

Generationen kochen: Kochlöffelspaß für Jung und Alt

Gefördert durch die Bürgerstiftung Kaarst fand sowohl am 17. als auch am 24. März ein generationenverbindender Kochlöffelclub statt. Sechs Kindergartenkinder trafen jeweils auf sechs Seniorinnen und Senioren des Aldegundis-Parks bzw. des St. Aldegundis Seniorenheims und rührten, formten und schnippelten für eine perfekte Brotzeit. Geleitet wurde der Kurs von der Ernährungsberaterin Ulrike Oehlert, die – unterstützt von Andrea Wild-Engelke – die Teilnehmer nicht nur mit Rezepten, sondern auch mit vielen wertvollen Informationen zu den Zutaten und dem Thema Getreide versorgte.

Nachdem alle Hände gewaschen und die Kochmützen der kleinen Köche beschriftet waren, ging es auch schon los. Die vorbereiteten Hefeteige wurden zunächst zu Brötchen geformt, zum Teil in Milch getunkt und wahlweise in Sesam- oder Mohnsamen gewälzt. Da die kleinen Backwerke nicht ohne Belag bleiben sollten, rührten 24 emsige Hände danach verschiedene Brotaufstriche: Möhrenbutter, Schokoaufstrich und Ananas-Curry-Frischkäsecreme. Alle Zutaten dafür stammten aus kontrolliertem biologischem Anbau. Als alle Brotaufstriche fertig, die frisch gebackenen Rosinen- und Vollkornbrötchen abgekühlt und die letzten Äpfel und Möhren zum Dippen geschnitten waren, folgte der kulinarische Höhepunkt der Aktion: das große Schlemmen! In kürzester Zeit verwandelten sich die Tische zu einer kleinen Festtagstafel und das Probieren der selbst gefertigten Köstlichkeiten konnte beginnen. Die zubereiteten Speisen wurden gelobt – ebenso wie die dazu gereichte frische, nicht homogenisierte Milch – und der älteste Teilnehmer beteuerte, solch' leckere Brötchen noch nie in seinem Leben gegessen zu haben.



Doch der Spaßfaktor beschränkte sich nicht nur auf das Essen. Auch die gemeinsame Interaktion, das Arbeiten im Team und der unbeschwerte Umgang miteinander sorgten für gute Stimmung und eine rundum gelungene Aktion. Ein besonderer Dank an dieser Stelle an die Bürgerstiftung Kaarst für ihre finanzielle Unterstützung, an die Kursleitung sowie an alle Teilnehmer und hilfreichen Geister, die zum Gelingen des Generationenkochens beigetragen haben.

(Michaela Kura)