



Bettina Krättli und ihre beiden Kinder Rebecca und Noah freuen sich auf die Restaurant-Küche von Christian Mutschler.

Bild: Martina Gradmann

Kinder schauen in Kochtöpfe

GRÜNINGEN Sie gehen auf den Bauernhof, in eine Restaurantküche und in ein Privathaus. Damit Kinder mehr über Lebensmittel und deren Zubereitung lernen, organisiert der Elternrat Grüningen einen Kinderkochkurs in drei Modulen.

Martina Gradmann

Rührt die Mama in den Kochtöpfen oder brutzelt etwas in der Pfanne, fasziniert das die meisten Kinder und fast immer wollen sie mithelfen. Woher die Zutaten für die Gerichte stammen oder welche Gemüsesorten bei uns wachsen und Saison haben, wissen viele Kinder aber nicht so genau. Weil bei den Grossverteilern immer alles verfügbar ist und «Bequemkost» immer mehr zunimmt, machen sich nicht nur die Schulen, sondern auch Elternräte Gedanken über gesunde Ernährung. Der Elternrat Grüningen organisierte deshalb 2013 erstmals einen Kinderkochkurs in drei Modulen. Nach sechs erfolgreichen Kursen wurde der Anlass nach einem Jahr Pause jetzt wieder aufgenommen.

Gemüse beim Bauern ernten

Auf dem Bauernhof der Familie Kunz buddelten die Kinder Kartoffeln aus dem Boden, lasen

Äpfel ab oder auf und pflückten Tomaten und Bohnen. Das Fallobst wurde gemostet und die Kinder konnten beim Melken der Kühe zuschauen. Im Restaurant Bären und im zweiten Jahr im Restaurant Hirschen durften die Kids das saisonale Gemüse und auch Fleisch gemeinsam mit den Küchenchefs verwerten. Im Privathaus lernten sie schliesslich, wie man aus Kürbissen eine Suppe macht, dass Spalt-Kartoffeln genauso gut schmecken wie Pommes frites und welche Kräuter zu welchen Gerichten passen.

Gemeinsames Essen als Ritual

Elternratmitglied Bettina Krättli hatte sich für die Wiederaufnahme des Kinderkochkurses stark gemacht. «Im Kinderkochkurs lernen Kinder etwas über die Lebensmittel und woher sie kommen. Sie dürfen etwas kreieren und mithelfen. Das finde ich eine tolle Sache.»

Auch Christian Mutschler vom Restaurant Bären, der die-

ses Jahr auch seine Restaurantküche öffnet, möchte Kinder dafür sensibilisieren, dass es noch etwas anderes gibt als Tiefkühlpizza. «Man muss früh anfangen, Kindern Alternativen zu zeigen», ist der Gastronom überzeugt. Das habe er auch mit seinen eigenen Kindern so gemacht. Schön fände er auch, wenn Eltern bewusst den «Bären» für das gemeinsame Essen auswählen, weil es hier weder Pommes frites und Chicken Nuggets noch Spaghetti gebe.

Neben der Zubereitung einfacher Gerichte will Mutschler den Kindern im Kochkurs auch Esskultur vermitteln, denn das gemeinsame Essen sei ein Ritual, das man pflegen sollte. Für Bettina Krättli ist der Kinderkochkurs auch ein Gegenpol zum einseitigen Konsumieren und etwas, was die Kinder fürs Leben mitnehmen können. «Ausserdem kommen ganz viele Jungs in den Kochkurs und stehen gemeinsam mit den Mädchen am Herd», sagt sie schmunzelnd.

www.elternrat-grueningen.ch

Kolumne

Vom Naturerlebnis zum Kulturschock

Die Überfahrt nach Schottland ist gut verlaufen. Auf dem gleichen Breitengrad wie Oslo starten wir neu. Endlich wieder in die Pedalen drücken können und unsere Mission weiterführen! Wir haben ja noch immer gut 5500 Kilometer vor uns.

Alles ausgebucht

Viel Wind, rund zwölf Grad im Durchschnitt und immer wieder etwas Regen – doch eine schöne Landschaft. Aber es gibt ein Problem: Es ist schwierig, eine Übernachtung zu erhalten, denn es ist alles ausgebucht. So kommt es, dass wir die erste Nacht in einer kleinen Herberge zu viert in einem Schlag verbringen.

Vorbei am Loch Ness

Die nächsten drei Tage sind schnell erzählt: viel Wind, viel Verkehr. Vorbei am Loch Ness und dann der legendäre Glen-Coe-Pass. Eigentlich wunderschön, aber viel zu viel Verkehr – schade! Dann kam da noch die Umfahrung von Glasgow. Bisher fuhren wir in der Natur, Glasgow hingegen ist ein Kulturschock: Schmutz, Stau, miserable Strassen.

Mittlerweile befinden wir uns in Haydock, einem Ort zwischen Manchester und Liverpool. Es bleiben uns noch drei Tage bis Portsmouth. Für den 31. August haben wir die Überfahrt nach Le Havre in Frankreich gebucht, also liegt kein Ruhetag drin. Das bedeutet: Grossbritannien wird ohne Ruhetag durchquert.

Marcus Niessl
Andreas Isler

Die Gossauer Marcus Niessl und Andreas Isler pedalen durch Europa – vom Nordkap bis nach Gibraltar. Sie berichten regelmässig von ihren Erfahrungen. Infos unter www.jedemeilezaehlt.ch.



THEATER ROBEHUSE:
WETZIKON

REINI NÄRVESACH

Mundart-Lustspiel in 3 Akten

Jeweils Freitag und Samstag, vom 9. bis 24. September 2016, 20:00

Sonntagnachmittag, 11. September 2016, 14:30,
Benefizveranstaltung zugunsten IWAZ

Singsaal Schulhaus, Schulhausstrasse 39, Robenhausen, Wetzikon
Ticket unter www.theater-robehuse.ch oder Mobile 079 502 55 43
oder Kasse am Spieltag, 1 Std. vor Spielbeginn