

Selbst zubereitet schmeckt es am besten

Kieler ruft Projekt „Kinder können kochen“ ins Leben

Kiel – Wie wird aus frischen und gleichzeitig preisgünstigen Lebensmitteln eine schmackhafte Mahlzeit, die noch dazu ein wertvoller Beitrag zur gesunden Ernährung ist? Darauf hat der Kieler Björn Dobbertin (26) die Antwort: Im Rahmen des von ihm initiierten Projektes „Kinder können kochen“ will er Sechs- bis 18-Jährigen zeigen, dass das Zubereiten von Speisen nicht lästig, sondern notwendig und mit viel Spaß verbunden ist.

Von Ingrid Haese

Die Idee für das Projekt, dessen Trägerverein „Opuntia 2001“ ist, wurde vor zweieinhalb Jahren geboren. Damals machte sich Björn Dobbertin, der im Hotel „Kieler Kaufmann“ zum Koch ausgebildet

wurde, Gedanken, wie er seine Begeisterung für das Kochen an Kinder und Jugendliche weitergeben könnte. „Mir war aufgefallen, dass sich viele von Fertiggerichten ernähren“, sagt er. Es gebe immer mehr Haushalte, in denen nicht gekocht werde und in denen elementare Kochkenntnisse fehlen, so Dobbertin.

Im Zentrum des Konzeptes von „Kinder können kochen“ stehen fünftägige Kochkurse, die sich jeweils in einen theoretischen und einen praktischen Teil gliedern. Zu Beginn jeder Kocheinheit referiert eine Fachkraft über die Vorzüge der gesunden Lebensweise und die Folgen falscher Ernährung. Im zweiten Teil bereiten die Kinder unter professioneller Anleitung ein Essen mit Dessert oder Vorspeise zu, lernen dabei den Umgang mit Lebensmitteln und Küchenutensilien. Die Rezepte hält jeder

Teilnehmer in einem Heft fest, damit sie auch zu Hause in der Familie nachgekocht werden können. „Der Kochkurs ist kostenlos, weil wir das Projekt über Sponsoren und Spenden finanzieren“, erläutert Björn Dobbertin. Er habe beispielsweise prominente Köche, Verlage, Versicherungen, Druckereien oder Internetfirmen kontaktiert und um Unterstützung gebeten. Als Hauptsponsor habe er die coop eG gewinnen können, die unter anderem die Nahrungsmittel zur Verfügung stelle. Oberbürgermeister Torsten Albig habe für das Projekt die Schirmherrschaft übernommen, berichtet Dobbertin weiter.

Der erste Kochkurs findet vom 15. bis zum 19. Februar in der Ausbildungsküche des Regionalen Berufsbildungszentrums für Soziales, Ernährung und Bau (RBZ 1) am Schützenpark statt. Björn Dobbertin,



Profikoch Björn Dobbertin beherrscht alle Gerichte, von der Vorspeise bis zum Dessert. Jetzt will er Kindern das Kochen mit preiswerten und gesunden Lebensmitteln beibringen. Foto ih

der dort Schüler war, hatte Schulleiterin Elke Grossmann sowie Abteilungsleiter Stephan Jansen schnell von seinem Konzept überzeugen können. „Mit der Erziehung zur richtigen Ernährung sollte man schon früh anfangen“, sagte Grossmann.

Das Projekt wird sich nicht

nur auf Kiel beschränken. Björn Dobbertin: „Wir stecken bereits in den Planungen für Kurse in Hamburg, Bremen und Lübeck, suchen neue Sponsoren, wollen später auch ein Kochbuch auf den Markt bringen.“ (Anmeldungen für den Kurs und Infos unter Tel. 0431/2405869)