Mensa-Essen vom Sternekoch

Ein Gourmet zu Gast in Lippstadt: Im Rahmen der Aktion „Sterneküche macht Schule“ besucht Stefan Marquard deutschlandweit Mensen und gibt Tipps zur gesunden Ernährung. Vergangene Woche machte er Halt am Evangelischen Gymnasium.

Von Bastian Puls

Lippstadt – Auf den ersten Blick wirkt es, als herrsche in der Mensaküche des Evangelischen Gymnasiums (EG) ein heilloses Durcheinander. Mehr als zwanzig Schüler, die hauseigene Küchencrew und auch einige Lehrer schneiden Gemüse, panieren Fleisch und schmecken Soßen ab. Doch der Schein trügt: Inmitten des Gewusels steht Stefan Marquard – ausgezeichnet mit einem Michelin-Stern – und dirigiert die kleinen und großen Helfer. Jeder hat für das anstehende Mittagsmenü seinen festen Aufgabenbereich.

Schüler für gesundes Essen sensibilisieren

Seit rund vier Jahren besucht Marquard mit dem Präventionsprojekt „Sterneküche macht Schule“ Mensen im gesamten Bundesgebiet und gibt einen Tag lang hilfreiche Tipps auf organisatorischer und kulinarischer Ebene. Das Ziel dabei sei in erster Linie, die Schüler für gesundes Essen zu sensibilisieren: „Wir versuchen, die Kids auf spielerische Weise dazu zu bringen, mehr zu probieren. Mit karamellisierten Ingwer-Möhrchen kommst du in der Altersklasse nicht weit“, erklärt der 55-jährige Fernsehkoch. Ansetzen müsse man deshalb bei den Gerichten, die die Schüler bevorzugen. „Burger sind nicht zwangsläufig ungesund. Kommen frische Zutaten zum Einsatz, eignen sie sich gut, um Kinder ernährungstechnisch in die richtige Richtung zu führen.“

Finanziell unterstützt wird das Projekt von der Knappschaft. Pressereferentin Sandra Piehl betont, dass sich die Aktion nicht nur an Kinder richtet. Auch dem Fachpersonal und den Lehrern sollen konkrete Verbesserungsvorschläge vermittelt werden. Ein wichtiger Aspekt dabei sei die Optimierung des Kosten-Nutzen-Faktors bei der täglichen Zubereitung der Speisen – ganz ohne zusätzliches Personal oder Ausgaben. „Um hier nachhaltig zu agieren, veranstalten wir mit den Schulen ein halbes Jahr nach unserem Besuch Nachschulungen, um die gelernten Impulse zu reflektieren“, verdeutlicht Piehl. Auch das direkte Feedback sei den Organisatoren hier wichtig.

Zumindest am EG fällt dieses positiv aus, unterstreicht Lehrerin Petra Balder: „Das Projekt bietet eine gute Möglichkeit, die Abläufe in unserer Küche zu optimieren. Und unsere Schüler haben definitiv Bock, zu kochen.“ Auch vorher sei die Qualität in der Mensa bereits gut gewesen, was man anhand der Nachfrage sehen könne: „Pro Tag gehen bei uns circa 380 Mahlzeiten über die Theke“, betont Balder. Nach den Tipps vom Sternekoch ist die Wahrscheinlichkeit, dass sich diese Zahl noch vergrößert, mit Sicherheit gestiegen.

Hähnchen mit Gemüsesoße stand unter anderem auf dem Menüplan von Stefan Marquard (3.v.r.). Foto: Puls