

200 Gäste lassen es sich schmecken

WIE WAR'S BEI ... der AOK-Kochshow in der Lenzkircher Festhalle?

Von Susanne Gilg

LENZKIRCH. Die Lenzkircher Festhalle hat sich am Dienstagabend in ein Kochstudio verwandelt, in dem die AOK-Ernährungsexpertin Bettina Dürr und Küchenchef Hans Joachim Burger von der Pension Endehof aus Oberprechtal 200 Gästen ein gesundes Menü zum Nachkochen kredenzten.



In der vollen Lenzkircher Festhalle servieren die Volleyballerinnen des TV Neustadt gekonnt das Essen.

Die Mission

„Früher kam gesunde Ernährung oft langweilig daher, war nicht gerade für Vielfalt und Genuss bekannt“, sagt Ernährungsexpertin Bettina Dürr. Und so greift der Oberprechtaler Küchenprofi Hans Joachim Burger zum Kochlöffel, zaubert ein vegetarisches Menü, für das die Gäste am Ende der Show das Rezept zum Nachkochen bekommen.

Das Menü

Das Menü beginnt mit Blattsalaten und Joghurt-Kräuter-Dressing sowie einer Ratatouille-Vinaigrette mit Parmesankräckern. Der Hauptgang ist ein mediterran gefüllter Gnocchiknodel auf Blattspinat mit zweierlei Tomatensauce. Zum Dessert gibt's eine „verkappte Schwarzwälder“ im Glas – ohne Alkohol, dafür mit Äpfeln und Mangos statt Kirschen. „Wir wollen zeigen, dass gesunde Ernährung auch schmecken und kreativ sein kann“, sagt die Ernährungsexpertin. Jeden Gang dürfen die Gäste in der Festhalle probieren.



Hans Joachim Burger und Bettina Dürr im Kochstudio FOTOS: SUSANNE GILG

Das Interesse

Das Interesse an der Kochshow ist groß, alle Stühle in der Festhalle sind gefüllt. „Ich habe mich kurzfristig angemeldet, weil ich gerne Kochshows im Fernsehen anschau und sowas jetzt mal live sehen wollte“, sagt etwa eine Zuschauerin aus Friedenweiler.

Der Hingucker des Abends

Mit flinken Fingern schneidet Burger Schnittlauch – und die ganze Festhalle schaut gebannt zu. „Wenn er schneidet, dann hört mir keiner mehr zu“, scherzt Bettina Dürr, als sie etwas über Butter erzählt. „Er hat's halt gelernt“, fügt sie hinzu, und listet einige Stationen von Hans Joachim Burger auf: Waldhorn in Oberwinden, Schwarzer Adler in Oberbergen oder Adler in Lahr-Reichenbach. Burger hat ein Messer aus Damaststahl mitgebracht, das er beherrscht wie ein guter

Musiker sein Instrument. „Je nach Betrieb hat man die Lehrlinge schon Grashalme schneiden lassen – damit der Schnittlauch nicht hin ist, wenn was schiefeht“, berichtet Burger und erntet einige Lacher aus dem Publikum.

Die Rollenverteilung

Humorvoll spielen sich die Ernährungsexpertin und der Kochprofi verbal die Bälle zu, mit Argusaugen wacht Bettina Dürr darüber, dass Burger nicht zu viel Fett oder Zucker verwendet. Burger will mehr Genuss, Bettina Dürr setzt auf Gesundheit. Markus Schlegel, Leiter des Kundendienstcenters der AOK Hochschwarzwald, bezeichnet die beiden gar liebevoll als „Engel und Teufel“.

Die Vorbereitung

Eineinhalb Tage brauchen Hans Joachim Burger und seine Beiköchin, um die



Kreativ und lecker

Kochshow, die die AOK nun erstmals im Hochschwarzwald angeboten hat, vorzubereiten. Denn drei Gänge für 200 Personen machen 600 Portionen.

Die fleißigen Helfer

Die Volleyballerinnen des TV Neustadt servieren an dem Abend die Gänge, an der Ausgabe packen auch Sportler kräftig mit an. „Wir hatten noch nie so junges Personal und auch noch nie so viele junge Männer – das war toll zu sehen“, lobt Bettina Dürr das Engagement. „Bei unseren Kochshows wollen wir immer die lokalen Vereine miteinbeziehen“, fügt sie hinzu.

Das Fazit

Am Ende nehmen die Gäste eine Idee für ein gesundes, dreigängiges Frühlingsmenü mit, Schülerin Annalena aus Neustadt gewinnt sogar einen Gutschein für einen Aufenthalt in der Pension Endehof.