

# Wo Radieschenmäuse im Kressebett sitzen

Artikel aus der Leonberger Kreiszeitung vom 21.08.2009

Leonberg/Weil der Stadt Gesunde Ernährung muss nicht langweilig sein, erfahren Kinder bei einem Kochkurs speziell für sie. Von Stefan Bolz

Viele Kinder wachsen mit einer Ernährung auf, die hauptsächlich aus Dingen wie Fischstäbchen, Tiefkühl-Pizza und Hamburgern besteht. Kein Wunder, dass manche von ihnen der Anblick einer rohen Zucchini oder frischer Kräuter in ehrliches Erstaunen versetzt. Die Höfingener Hotelfachfrau Annabel Jones will das ändern: Sie bietet zusammen mit ihrer Kollegin Stephanie Zeitler aus Neuhausen Kinderkochkurse an.

Es ist ein sonniger Samstagvormittag in der Küche des Schwarzen Adlers in Leonberg: Wo sonst der Koch Steffen Fink und sein Team zaubern, wuseln Charlotte, Colin, Jana und Larissa zwischen Töpfen und Schüsseln herum. Auf dem Kopf tragen sie Kochmützen mit ihrem Namen, gleich aussehende weiße T-Shirts machen das Küchen-Outfit perfekt. "Ist das gut so?", fragt Colin und zeigt Annabel Jones den Nudelteig, den er gerade durch eine Walze dreht. "Klar, solange die Finger noch dran sind", antwortet die 29-Jährige, und alle lachen fröhlich. Was gewollt ist, schließlich sollen die Kinder vor allem lernen, dass es Spaß macht, gemeinsam eine Mahlzeit zuzubereiten.

Mit Wurstbrot und Spiegelei lassen es Annabel Jones und Stephanie Zeitler dabei nicht bewenden. Drei Gänge dürfen es schon sein, ganz gepflegt mit Vorspeise, Hauptgang und Nachtisch. Dass eines der Kinder keine Milchprodukte verträgt, hindert sie nicht, es nicht trotzdem mit einer Champignon-Zucchini-Sahnesauce zu versuchen - wozu gibt es sonst Sahne aus Soja oder Hafer?

Während die Kinder aus Weil der Stadt, Rutesheim und Leonberg munter schnippeln und rühren, schaut Annabel Jones aufmerksam zu: "Es ist schon erstaunlich, wie konzentriert und diszipliniert die Kinder immer dabei sind", sagt sie über ihre bisherigen Kochkurse. Berührungsängste hätten eigentlich eher die Eltern. "Die fürchten, dass ihre Kleinen dann künftig immer drei Gänge haben wollen", vermutet die angehende Gastronomiebetriebswirtin schmunzelnd. Dabei versteht sich der Kochkurs eher als Anstoß, über den Tellerrand von Fast-Food und Fertigenen hinaus zu blicken. Entsprechend steht nicht nur Kochen und Essen auf dem Programm. "Wir zeigen den Kindern auch, wie man einen Tisch schön deckt, wie man leckere, alkoholfreie Cocktails macht und welche Manieren bei Tisch gefragt sind", erklärt Stephanie Zeitler, die in Neuhausen auf den Fildern ebenfalls Kinderkochkurse organisiert. Auf den Tisch kommen nur saisonale Zutaten aus der Region - Produkte eben, die den Kindern auch mal außerhalb der Küche, etwa beim Spazierengehen begegnen können.

Im Schwarzen Adler hat Chefkoch Steffen Fink derweil den großen Heißluftofen für die Muffins angeworfen. Dass der Nachtisch als erstes drankommt, sorgt für Erstaunen bei der kleinen Schar. "Die Muffins müssen ja nach dem Backen erst noch abkühlen", erklärt Annabel Jones und zeigt Colin, wie das mit dem Teig und dem Muffinblech funktioniert. Ein paar Meter weiter haben sich Larissa und Jana in die Produktion von "Radieschen-Mäusen" vertieft. Mit ein paar Handgriffen werden aus den würzigen Knollen lustige kleine Mäuschen, die für die Vorspeise auf einem grünen Kresse-Bett Platz nehmen - "das Auge isst mit" lautet eine weitere Lektion.

Steffen Fink sieht das bunte Treiben in seiner Küche mit zufriedener Miene. "Es ist schon erschreckend, wie wenig die Menschen manchmal über Nahrungsmittel wissen", sagt der Koch. Viele seien es gewöhnt, nur noch "nebenher" zu essen und nur noch auf schnell zubereitete Fertigprodukte zurückzugreifen. Dass Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten in den vergangenen Jahren deutlich zugenommen haben, hält Fink für eine Folge dieses gestörten Essverhaltens: "Da kann man gar nicht früh genug anfangen, gegenzusteuern", hebt Steffen Fink hervor.

Drüben im Speisesaal wird es langsam ernst: Der Tisch ist gedeckt, in den Schüsseln und Terrinen dampft es, eine verführerische Duftmischung aus Zitronensirup, Balsamicoessenz, Nudeln und Champignons liegt in der Luft. "Hmm, lecker", sagt Jana und strahlt über das ganze Gesicht. Den vier Jungköchen schmeckt es. Und dass sie das alles selbst gemacht haben, macht sie auch sichtbar stolz.