"Kochwinke für die Heimküche" : VSA-Fortbildungskurs vom 22./23. September 1980 in der Paulus-Akademie in Zürich

Autor(en): **B.W.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Fachblatt für schweizerisches Heimwesen = Revue suisse des établissements hospitaliers**

Band (Jahr): **51 (1980)**

Heft 11

PDF erstellt am: **24.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-809834

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

«Kochwinke für die Heimküche»

VSA-Fortbildungskurs vom 22./23. September 1980 in der Paulus-Akademie in Zürich

Auch dieses Jahr führte der VSA unter der Leitung von David Buck-Krapf einen Kochkurs durch. Angesprochen waren Hilfsköche und -köchinnen von grösseren und verantwortliches Personal der kleineren Heime. Der ganze Kurs stand im Zeichen *der gesunden Ernährung*. Wir dürfen mit Befriedigung feststellen, dass es allen Referenten gelungen ist, diesen Auftrag zu erfüllen. Trotzdem, dass alle aus der eigenen Sicht und Erfahrung die neuen Erkenntnisse der Ernährungslehre beleuchteten, traf man sich immer wieder an den wichtigsten Punkten, die wir etwas näher betrachten möchten:

Frau G. Fleckenstein, Mitglied der Altersheimkommission des VSA, durfte 50 Teilnehmer begrüssen und eröffnete den Kurs.

D. Buck, Kursleiter, klärte noch einige organisatorische Anliegen ab und konnte H. Sager, Küchenchef, als erstem Referenten das Wort erteilen über das Thema «*Von der Suppe bis zum Dessert*». Die wichtigsten Anregungen seien in Stichworten zusammengefasst:

- Sparsames Umgehen mit Fett und Kohlenhydraten.
- Genügend Eiweiss, ebenfalls Ballaststoffe.
- Erhalten der Vitamine und Nährstoffe.

Die Mahlzeitarten

- Ueblich sind bis jetzt sicher drei Mahlzeiten.
- Anstrebenswert wären aber fünf Mahlzeiten am Tag.

Nun zeigt er Möglichkeiten auf von Menus, einzelnen Gerichten, erklärt die Zusammenstellung und einige Rezepturen.

Nach einer kurzen Pause wurde der Kurs in drei Gruppen aufgeteilt. In der ersten Gruppe zeigte die Firma Turmix AG das richtige Handhaben eines Mixers und die Wichtigkeit und Vorteile vom Grillieren des Fleisches.

In der zweiten Gruppe wurde über die Lagermöglichkeiten referiert und diskutiert. Die Firma Inauen demonstrierte die Möglichkeit des Vakuumverpakkens mit dem Hauptgewicht auf die *Restenaufbewahrung,* einfrieren, Möglichkeiten für Selbstversorger und gezielten Einkauf.

Die Gruppe 3 behandelte den *Produktionsplan,* auf den wir in der Restenverwertung näher eingehen werden.

Den Nachmittag eröffnete H. P. Bühler, Dussnang, mit dem Thema «*Getreide und Getreideernährung*». Im Mittelpunkt stand das Brot, und zwar das *Vollkornbrot*. Ueber einige geschichtliche wie fachlich richtige Erkenntnisse zeigte er, welche Bedeutung das richtige Brot in der Ernährung der Jugend- und Altersheime einnimmt. Die Kursteilnehmer zeigten sich ersichtlich angeregt, was der anschliessende Wettbewerb, der von Fräulein M. Schärli, Hauswirtschaftslehrerin, vorbereitet wurde, bewies. *Die ersten sechs Fragen waren Fachfragen,* die siebte Frage lautete wie folgt:

- Wie können Sie Ihre Pensionäre vom Vollkornbrot überzeugen? (Wir suchen einen Slogan.)

Nun einige Beispiele:

- Vollkornbrot isch gsünder für eusi liebe Chinder.
- Mir ässe vo jetzt a Vollkornbrot, vo suurem Teig und fin Schrot. D'Verdauig lauft, es isch ä Freud, vergässe tuesch d' Vergangeheit. Z'fixe chasch lo si und wirsch no fröhlich derbi.
- Ab hüt ässe mer Vollkornbrot, s'git Muskle und Kondition, vo früe bis spot.
- Wenn Ihr Eure Gesundheit wollt behalten, fangt an mit Vollkornbrot zu gestalten.
- Blieb vital und b'halt Bagge rot, iss täglich Vollkornbrot.
- Iss jeden Tag Vollkornbrot, dann leidest Du keine Not.
- Iss Vollkornbrot, dann lachst Du wieder.

Frage 8

- Sie haben beschlossen, von nun an das Brot im Betrieb selber zu backen.
  Wie orientieren Sie die Pensionäre?

Einige Antworten

- Anschlag: Bäckergehilfen gesucht.
- Neugierig machen auf eine neue Brotsorte.
- «Landsgemeinde», Pensionäre und Mitarbeiter motivieren.
- Kinder helfen beim Teigherstellen mit.
- Durch Mithilfe der Kinder Freude beim Essen.
- Pensionäre durch Mithilfe motivieren.

Nach dem Wettbewerb folgte wieder eine Gruppenarbeit mit den drei erwähnten Themen.

Am Schluss des Tages referierte D. Buck über das Thema «*Restenverwertung*».

Das Hauptthema war Restenverhinderung. In diesem Zusammenhang wurde der Produktionsplan wie folgt eingeführt:

- Im Plan enthalten ist das Datum, Anzahl der zu Verpflegenden und Angebot, das heisst also Mittagessen oder Nachtessen. In der ersten Kolonne

sind Artikel aufgeführt, so zum Beispiel Suppe, Rahm, Kalbsschnitzel usw. In der zweiten Kolonne die Menge pro Portion. In den folgenden drei Kolonnen sind die Bezugsquellen angegeben, also z. B. als Tiefkühlraum oder Lager und Economat oder Frischwareneinkauf. In der fünften Kolonne folgen die Produktionsmengen. In der sechsten der Einkaufspreis und in der siebten Kolonne die Hauptbestandteile, also die Kalkulation des Menus. In der achten Kolonne folgen die Bemerkungen und dann die Aufführungen der *Resten*.

Die Vorteile des Produktionsplanes

Je nach Grösse des Betriebes und dessen Angebot wird ein Tages-Wochenproduktionsplan erstellt. Was enthält der Produktionsplan?

1. Zur Vorkalkulation

- Portionengrösse(Gramm)
- Produktionsmenge
- Einkaufspreis
- Warenbezug:
  Tiefkühlraum oder -schrank
  Lager – Economat
  Frischwareneinkauf

2. Zur Nachkalkulation

- Produktionsmenge (in kg)
- Verkaufte oder verbrauchte Portionen
- Resten in kg (oder Portionen)
- Preis pro verkauftes Essen

3. Weitere Vorteile

- Warenkostenpreis
- Bessere Einsparungsmöglichkeiten
- Keine Ueberproduktion
- Klare Produktionsaufträge
  (Arbeitsverteilung)

Mit der Nachkalkulation können eventuell Verteuerungen miteinbezogen werden. Ebenso bietet sie uns eine Kontrolle über *Resten und Verkauf* (Diebe). (Menubons und Resten vergleichen!)

Erfahrungszahlen für Neuproduktion

Aus dem Produktionsplan kann auch der Einkauf ersichtlich sein. Er gewährleistet einen ruhigeren und sicheren Arbeitsablauf.

Am Abend traf man sich zu einem gemeinsamen Nachtessen im Hotel Sonnenberg, das freiwillig und von den Kursteilnehmern auch selbst bestritten wurde.

Am zweiten Tag stand am Anfang das Thema «Sauberkeit» auf dem Programm. Herr Christen von der Firma KETOL AG zeigte – trotz anfänglichen Schwierigkeiten – aufschlussreich und eindrücklich anhand von Dias die Wichtigkeit der Hygiene in der Küche, Economat und Lagerräume und besonders auch an sich selbst auf.

In der zweiten Hälfte des Morgens beschäftigten wir uns mit dem Problem *«Diät im Kleinheim»*. Frau E. Alder stellte auch dieses Thema vor allem ins Licht der gesunden Ernährung.

Die Aufgliederung des Themas war:

- Gesunde Ernährung
- Nährstoff-Verluste beim Zubereiten
- Kochen der Speisen
- Diabetes – Diät
- Schonkost

Nebst wertvollen fachlichen Hinweisen unterbreitete die Referentin viele praktische Anregungen. 36 Diabetes-Desserts wie Nachtessen für Vollkost, Schonkost, Diabetiker wie auch Mittagessen und viele Rezepturen wurden besprochen.

Nach dem Mittagessen und einer Verschnaufpause referierte D. Buck über das Thema «Das Nachtessen». Der Vortrag war in drei Teile eingeteilt:

- Das Nachtessen und seine Bedeutung
- Die Menugestaltung
- Die Rezeptur

In diesem Zusammenhang unterbreitete er fünfzig Rezepte von Nachtessen und zeigte anhand einer kleinen Kochausstellung einige praktische Beispiele. Zum Schluss traf man sich wieder zum dritten Mal zu einer Gruppenarbeit.

Eine rund 100 Seiten umfassende Dokumentation mit vielen praktischen Unterlagen (vor allem Rezepte und Menuvorschläge) konnte an alle Teilnehmer abgegeben werden. Wir glauben, dass das Kursziel erreicht wurde, und dies sei nochmals kurz zusammengefasst:

- Welche Bedeutung hat eine gesunde Ernährung? (Müssen eventuell neue Wege in den Heimen gesucht werden, um diese Erkenntnisse durchführen zu können? Zum Beispiel fünf Mahlzeiten?)
- Das Vollkornbrot, die Bedeutung der Getreideernährung (Ballaststoff)
- Resten (der Produktionsplan)
- Die Sauberkeit (im Mittelpunkt der persönlichen Reinlichkeit)
- Diät im Kleinheim (im Mittelpunkt der gesunden Ernährung)
- Das Nachtessen (als Bestandteil der Verpflegung eines ganzen Tages)

Nach einer kurzen Umfrage konnte pünktlich Frau G. Fleckenstein mit Dank an alle Kursteilnehmer und alle Mitwirkenden den Kurs als geschlossen erklären.

B. W.

Wenn mich niemand danach fragt, weiss ich es. Wenn ich aber einem, der mich danach fragt, es erklären soll, weiss ich es nicht. Augustinus

Welche Weisheit können wir haben ausser der Menschlichkeit? J. J. Rousseau