

GV *kompakt*

FACHMAGAZIN FÜR GEMEINSCHAFTSVERPFLEGUNG

■ INTERNORGA

Die 90-Jährige hält Hof



INDUKTION
Sinnvoller
Einsatz



FRÜHSTÜCK
Gesundes auf
die Hand



GESCHIRR
Mit System
punkten



Mit Herz für die Jüngsten

Kochen für Kinder ist ein Abenteuer mit ungewissem Ausgang. Einerseits sind die kleinen Tischgäste offen für Neues und begeistert, wenn es schmeckt. Andererseits halten sie mit Kritik nicht hinter dem Berg. Das kleine Küchenteam der Aqua-Kita Nürnberg geht das tägliche Abenteuer mit viel Herz und Ideen an.

AQUA-KITA NÜRNBERG

Text und Fotos: Birgit Lehmann

Susanne Diezel brät Fischfilets. Konzentriert beobachtet die junge Frau, wie sie binnen weniger Minuten eine schöne Bräunung annehmen, wendet das gute Dutzend und schichtet dann die fertigen Filets auf ein bereit gestelltes Backblech. Es folgt die nächste Charge. Ein fein-würziger Duft zieht unaufdringlich durch die Küche. Jens Sicheremann schaut der Praktikantin über die Schulter und erklärt, warum beim Bratvorgang Eiweiß austritt. Aufmerksam hört Susanne zu. Sie hantiert ruhig und gleichmäßig, ohne Scheu vor dem leistungsstarken Bräter. Es ist ihr erster Großkücheneinsatz. Susanne Diezel möchte Ernährungswissenschaften studieren. Im Küchen-

team der Aqua-Kita Nürnberg unter Leitung von Jens Sicheremann sammelt sie erste praktische Erfahrungen.

Gekocht wird hier montags bis freitags das Mittagessen für 300 Kinder im Alter von einem halben Jahr bis zu zehn Jahren. Auch das Frühstück und die Nachmittagsangebote richtet die Mannschaft für die Kinder her, stellt außerdem Tee, Wasser und frisches Obst bereit.

Aktuell besuchen 140 Kinder die Krippe, den Kindergarten und den Hort der Aqua-Kita im Stadtteil Mögeldorf im Osten von Nürnberg. 160 Mittagmahlzeiten produziert die Küche für drei externe Standorte für Kindergarten- und Grundschulkinder.

Geliebter Koch

Küchenleiter Jens Sicheremann ist glücklich mit dieser Aufgabe. „Ich habe hier meinen Traumjob“, sagt er lachend. Der drahtige, passionierte Radfahrer – einen Führerschein besitzt nur seine Frau – ist über viele Stationen in der Gastronomie und Hotellerie im In- und Ausland, zuletzt im Tagungshaus Caritas-Pirckheimer-Haus, seit einem Jahr der Kopf des kleinen Küchenteams der Aqua-Kita. Zur Truppe gehören die Hauswirtschafterinnen Anna Charuto-Szyszko und Georgia Karvouni sowie seine Frau Melanie Sicheremann, eine gelernte Hotelfachfrau. Durch die langjährige Erfahrung des „Fördervereins der Gebrüder Grimm Schule“ hat sich die Geschäftsführung für einen ausgebildeten Koch/Diätkoch als Leitung der Küche entschieden. „Die Kinder lieben den Jens“, freut sich Kita-Co-Leiterin Martina Rebhan über den guten Draht zwischen Sicheremann und seinen jungen Gästen. Und auch das Führungsteam arbeite eng und komplikationslos mit ihm und seiner weißen Brigade zusammen, ergänzt sie und macht es an einem Beispiel deutlich: „Wir erwarten, dass die Küche sehr flexibel ist und sowohl unsere Wünsche, als auch Vorgaben aufgreift und umsetzt. Beispielsweise müssen Allergien ebenso berücksichtigt werden, wie die Tatsache, dass die Kleinsten in der Krippe noch keinen Honig in ihren Speisen und Getränken vertragen.“ Für den versierten Koch sei das kein Problem.

Optimierte Mischkost

„Trotz der gesetzten Rahmenbedingungen habe ich viel Freiraum“, sagt Sicheremann. Das Ernährungskonzept der Aqua-Kita orientiere



Die Kombidämpfer nutzt das Küchenteam vielfältig – auch zum Backen, z. B. für Brot und Geburtstagskuchen.

STECKBRIEF

Kapazität:	500 Essen pro Tag
aktuelle Leistung:	250 Mittagessen, 140 Frühstück und Nachmittagsimbiss
Mitarbeiter:	4, zzgl. 1 Praktikant/in
Geschäftsleitung:	Jens Fischer
Küchenleiter:	Jens Sichermann

Ausstatter + Partner:

Produktionstechnik/ Kochapparate:	Küppersbusch
Kombidämpfer:	Küppersbusch
Kältetechnik:	Viesmann
Spültechnik:	Meiko
Speisentransport:	Blanco
Speisenverteilung:	Blanco
Hygiene:	Hagleitner
Lebensmittel:	Kupfer & Sohn (Obst & Gemüse), Metzgerei Kraft & Lehr, Edeka, Hutzelhof Edelsfeld

Besonderes:

Umsetzung der Optimix-Richtlinien



Das Küchenteam kocht gern für Kinder.



Diätkoch Jens Sichermann gibt sein Fachwissen gern an das Team weiter.

sich an den Empfehlungen für eine optimierte Mischkost (Optimix) des Forschungsinstituts für Kinderernährung Dortmund. Dafür nutzt sie gern auch die sogenannte „Bremer Checkliste“. „Das bedeutet konkret zum Mittagessen in der Woche ein hochwertiges Fleischgericht, einmal Eintopf oder einen Auflauf, ein vegetarisches Vollwertgericht, ein Gericht mit Seefisch und ein Wunschessen der Kinder“, zählt Jens Sichermann auf. Wenn Eltern diese Informationen das erste Mal in die Hand bekämen, gäbe es oft auch besorgte Stimmen. „Nur einmal Fleisch? Ist das nicht ein bisschen wenig?“, werde der Küchenchef oft gefragt. Sichermann argumentiert dann mit seinem ganzen Sachverstand, rückt das Mittagessen in den Kontext des gesamten Verpflegungsangebotes – einschließlich der Mahlzeiten daheim – und

verweist auf die vielen Pluspunkte: Verwendung überwiegend frischer, regionaler Zutaten, hochwertiges Fleisch, abwechslungsreiche Speisenpläne, frisch gekochte Gerichte.

Geburtstagskuchen inklusive

76 Euro beträgt die Verpflegungspauschale, die Eltern für ihr Kind in der Aqua-Kita Nürnberg zahlen. Sie deckt neben der optimierten Mischkost zum Mittagessen auch das Frühstück mit hausgebackenem Brot, Müsli, Zwieback, Frischkäse, Cornflakes, Gemüsesticks und Obst sowie das Nachmittagsangebot mit Vollkornknäckebrötchen, Butter und Obst und alle Getränke ab. Für besondere Wünsche der Kinder hat das Küchenteam ein offenes Ohr und erfüllt sie in Absprache mit der Kitaleitung. Auf

einen speziellen Gruß aus der Küche darf sich jedes Kind freuen: Zum Geburtstag gibt es einen frisch gebackenen Kuchen.

Moderne Technik

Um 7 Uhr morgens sind Jens Sichermann und Anna Charuto-Szyszko die ersten in der tageslichtdurchfluteten, komplett mit Koch- und Gargeräten des Traditionsherstellers Küppersbusch ausgestatteten Küche. Ihr Arbeitstag endet um 16 Uhr. Melanie Sichermann und Georgia Karvouni unterstützen die beiden auf einer Halbtagsstelle bis 12 Uhr, wenn das Mittagsgeschäft erledigt ist. „Die Bedingungen sind optimal“, findet Sichermann. Der schmutzige, moderne Kochblock mit Bräter, Kochkessel, Fritteuse und sechsflamigem Gasherd



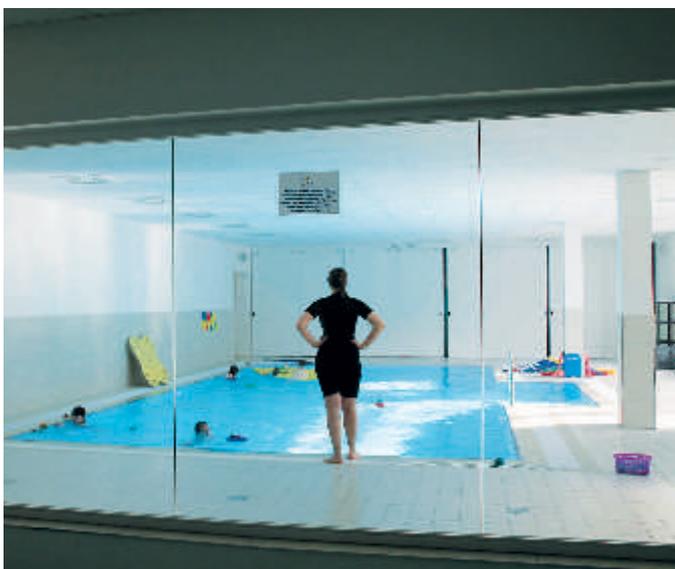
Susanne Diezel macht erste Küchenerfahrungen.



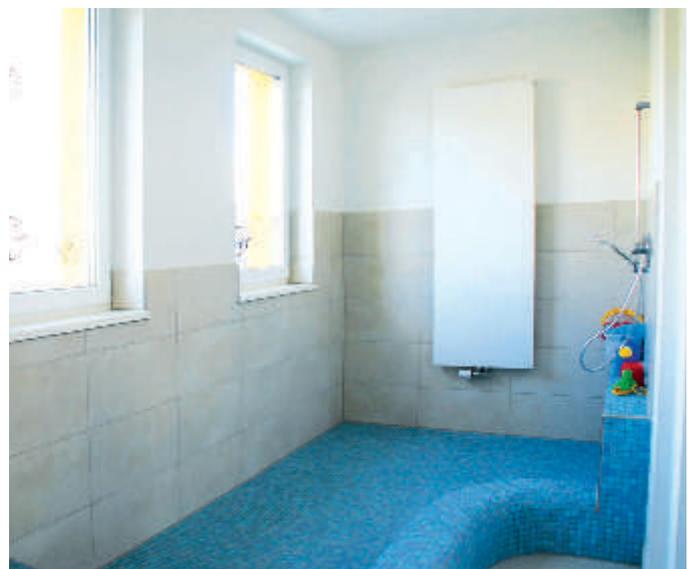
Alle Saucen kocht das Team selbst.



Es gibt Fisch: Schollenfilet mit Reis und Orangensaucen.



Das eigene Schwimmbad nutzen die Kitakinder zum Spielen, Toben, sich bewegen.



In der blauen Lagune entdecken die Kleinsten aus der Krippe das nasse Element.

beherrscht die Küchenmitte. Passgenaue Edelstahlmöbel und zwei Kombidämpfer „ConvectAir+“ zieren die Seitenfronten. In der separaten Spülküche verrichtet eine Meiko-Maschine ihre tägliche Arbeit. Vor allem die einfach bedienbaren Kombidämpfer haben das Herz des Küchenchefs erobert. „Das Display ist selbsterklärend“, sagt er. Die voreingestellten Programme und die Datenspeicherung eigener Rezepturen eröffnen viele Möglichkeiten. „Damit kann nicht nur ich schnell und sicher arbeiten, auch meine Mannschaft kommt damit bestens klar.“ Wie zum Beweis holt seine Frau Melanie auf ein akustisches Signal hin einen köstlich duftenden Kuchen aus dem Gerät. „Für unser heutiges Geburtstagskind“, sagt sie und ergänzt lachend: „Bei uns wird ja 140 Mal im Jahr Geburtstag gefeiert.“ Küchenchef Jens Sichermann nutzt die Backfunktion des Convectair auch für das hausgemachte Brot, dass die Kinder zum Frühstück bekommen. „Ich backe Biovollkornbrot und Weißbrot“, erklärt er. „Ich mache es selbst, weil ich dann ge-

nau weiß, was drin ist und weil es einfach toll schmeckt“, begründet er den Aufwand.

Frühstück, Mittag und noch was

Im täglichen Ablauf folgt auf die Frühstücksvorbereitungen mit Brot aufschneiden, Gemüse und Obst, Joghurt und Müsli sowie Frischkäse herrichten und Getränke zubereiten umgehend das Kochen für die Mittagsmahlzeiten. Die Zutaten dafür sind frisch oder TK, Convenienceprodukte verwendet der Koch nicht – mit einer einzigen Ausnahme. Eine klassische Gemüsebrühe ohne kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe nutzt er, da ihn die Qualität und der Geschmack überzeugen. „Generell koche ich Suppen und Saucen aber selbst“, betont er. Es gibt zu Mittag täglich ein Gericht, dessen Komponenten für die verschiedenen Altersgruppen der Kitakinder gleichermaßen immer frisch gekocht werden. Allerdings variiert die Darreichung. Die Kleinsten aus der Krippe bekommen die Speisen zer-

drückt oder püriert. Die Kindergarten- und Hortkinder dürfen ihre Komponenten wählen. „Wir haben bei uns ein Prinzip“, erklärt Kitaleiterin Martina Rebhan. „Die Kinder müssen probieren. Auch wenn es nur ein ganz kleiner Klecks ist. Nur so lernen sie den Geschmack ja kennen. Wenn sie etwas allerdings wirklich nicht mögen, dürfen sie diese Komponente weglassen.“ Koch Jens Sichermann unterstützt dieses Prinzip, indem er ab und an Neues und Ausgefallenes auf den Speiseplan bringt. Mit oftmals verblüffendem Ergebnis. „Unsere Süßkartoffel-Apfel-Suppe war kürzlich der absolute Renner. Die Kinder fanden das Gericht ganz toll.“ Dennoch macht sich der Koch nichts vor. Auf der Wunschliste der Kinder ganz oben stehen auch in der Aqua-Kita die Klassiker: Pizza und Pommes. Schon vor 11 Uhr sind die Speisen für den Mittagstisch fertig. Der Hausmeister liefert das in Blanco-Thermoboxen gelagerte Essen an die drei externen Standorte aus, wo es Mittagstreuer an die Kinder ausgeben. Die einzelnen



Jedes Kind bekommt einen Geburtstagskuchen.



Turnen und toben „an Land“. Die Aqua-Kita hat auch einen Sport- und Bewegungsraum.

Gruppen im Haus der Aqua-Kita essen zeitversetzt. Die Kleinsten in der Krippe eröffnen den Reigen. Es folgen die Kindergartenkinder. Die Hortkinder finden sich je nach Schulschluss zu unterschiedlichen Zeiten am Mittagstisch ein. Wenn sich am Nachmittag der kleine Hunger bei den Kindern meldet, hält die Küche eine Auswahl an Obst sowie Butter und Vollkornknäckebrot für sie bereit.

Kindermund tut Wahrheit kund

Gespannt beobachtet Praktikantin Susanne Diezel, wie der von ihr gebratene Fisch den Kindern mundet. Serviert wird das Schollenfilet mit Vollkornreis und einer fruchtigen Orangensauce. Dazu gibt es Feldsalat mit Kartoffeldressing und Paprikawürfel. Die angehende Studentin staunt. Die Paprikawürfel sind ratz, fatz alle. Der Feldsalat findet nur wenig Beachtung. Reis und Orangensauce scheinen zu schmecken und beim Fisch scheiden sich die Geister. „Der ist bäh“, sagt ein dunk-

NACHGEFRAGT



bei Jens Fischer, ehrenamtlicher Geschäftsführer der Aqua-Kita Nürnberg.

Was ist eigentlich eine Aqua-Kita und wie kam es zu ihrer Entstehung?

Das ist eine sehr, sehr lange Geschichte. Sie nahm ihren Anfang, als unser Sohn von einem evangelischen Kindergarten in die Grundschule wechselte und engagierte Eltern ein Netzwerk für eine Mittagsversorgung schufen. Das funktionierte sehr gut und so wurde in diesem Elternnetzwerk die Idee einer eigenen Kita in Trägerschaft einer gemeinnützigen GmbH geboren. Als besonderen Zusatzwert sollte diese Kita den Kindern das Element Wasser als Bewegungsraum bieten. Es dauerte, bis wir schließlich die Idee realisiert sahen. Aber über alle Jahre blieben wir Eltern bei der Stange, glaubten an das Projekt und setzten es Schritt für Schritt um. Ende 2014 konnten wir unsere Aqua-Kita – übrigens die erste in Deutschland – in Betrieb nehmen. Sie verfügt über ein eigenes Schwimmbad und für unsere Kleinsten über eine wunderbare blaue Lagune, in der sie spielerisch das nasse Element kennenlernen.

War eine eigene Küche von Anfang an in der Planung der Kita vorgesehen?

Ja, eine eigene Küche schon. Zunächst dachten wir aber nicht an einen professionellen Koch, sondern eher an Hauswirtschafterinnen, die hier das Essen zubereiten sollten.

Jens Sichermann hat uns aber eines besseren belehrt. Zumal er als diätetisch geschulter Koch über spezielle Kenntnisse verfügt. Jetzt mögen wir seine Fachkompetenz nicht mehr missen.

Welchen Stellenwert hat die Ernährung im Kita-Konzept?

Die Kinder sollen bei uns lernen, was gesundes Essen und Trinken ist. Sie dürfen und müssen alles probieren, können sich dann aber selbst entscheiden. Der Speisenplan, den die Kitaleitung mit der Küche abstimmt, bietet dafür die besten Möglichkeiten. Die Kinder im Alter von sechs Monaten bis zu zehn Jahren bekommen durch unser Pflegeangebot von Anfang an vermittelt, wie gesunde, frische Küche schmeckt. Ihnen diese Kompetenz mit auf den Lebensweg zu geben, ist ein ganz wichtiger Bestandteil unseres Gesamtkonzeptes.

Verraten Sie, wie alt ihr Sohn heute ist?

Inzwischen ist er 17, also lange dem Kita-Alter entwachsen. Aber das war unserer Elterninitiative immer bewusst, dass unser Projekt so viel Zeit brauchen würde, dass unsere eigenen Kinder davon nicht mehr profitieren. Wir freuen uns jetzt, dass eine neue Elterngeneration unser Angebot gern annimmt.

ler Lockenschopf. „Fisch ess‘ ich nie“, meint seine zappelige Tischnachbarin. Derweil geht ein anderer Junge schon zum dritten Mal an den mobilen Servierwagen und lässt sich ein weiteres halbes Filet nachlegen. Ein Mädels steckt sich Bissen für Bissen vom Fisch mit sichtlichem Genuss in den Mund, während sie den Reis verschämt an die Seite geschoben hat. Auf die Frage, wie es denn schmeckt, geben die Kinder in diesem Moment auch keine wirklich verwertbare Antwort. Vielmehr bestürmen sie den Koch ganz unverblümt mit ihren Wünschen: „Jens, Jens, mach‘ doch mal wieder Pizza!“

Sichermann nimmt’s gelassen. „Das mag ich“, gesteht er. „Dieses Ehrliche, Direkte. Die Kinder sagen, was sie wollen. Deshalb koche ich so gern für sie.“ Nach einem Jahr in der Aqua-Kita steckt er voller Ideen. Aktuell baut er den

Bioanteil der eingesetzten Lebensmittel aus. „Da muss man schauen, wo es Sinn macht und funktioniert“, schränkt er ein. Bei den Zutaten für sein hausgemachtes Brot klappe das sehr gut. Die seien komplett aus biologischem Anbau. Bei Obst und Gemüse sei es in Größenordnungen nicht immer einfach. Der Koch freut sich, dass er für die Kita Lieferanten gewinnen konnte, die auf seine Wünsche eingehen. Die Metzgerei Kraft & Lehr fertigt beispielsweise Würstchen mit Putenfleisch, da Schwein in der Kita tabu ist.

Jens Sichermann und sein kleines Team gehen in der Arbeit für die Gesundheit und das leibliche Wohl „ihrer“ Kinder auf. Der Koch hat seine Bestimmung gefunden. Und einen Fanclub. „Für unsere Kinder“, verrät Kitaleiterin Martina Rebhan, „ist Jens der beste Koch der Welt“.