



STADT LANDSHUT

www.landshuter-zeitung.de

### An den Rand geschrieben

Die eigene Hochzeit planen Paare in der Regel mit großer Sorgfalt über Monate im Voraus. Auch im Internet warnen erfahrene Hochzeitsplaner davor, die Zeitplanung nicht auf die leichte Schulter zu nehmen. Hilfestellungen aus ihrem unerschöpflichen Erfahrungsschatz beginnen mit panischen Sätzen wie: „Nur noch zwölf Monate! Was Sie alles erledigt haben sollten.“ Ich frage mich, ob damit die Verlobung gemeint ist? Doch keineswegs: Paare, die der Heirats-Experte anspricht, sind dank einer umfangreichen Liste schon viel weiter. Das Versprechen, das dahinter steckt: Sofern sie alle Punkte abgearbeitet haben, steht der perfekten Heirat bei wohligh spätsommerlichen Temperaturen nichts im Wege. Oder man pfeift einfach auf den ganzen Quatsch – und heiratet im Dezember, wie mein bester Freund.

### ■ Die spontane Hochzeit

Ja, Sie haben richtig gehört! Der Dezember ist der neue Juli wenn es darum geht, den perfekten Hochzeitstermin zu finden. Wir reden an dieser Stelle von einer echten Spontan-Hochzeit. Von winterlicher Romantik. Von echten Eiskristallen anstelle von billigen Rosenblüten, die vom Himmel regnen. Von Eisbären auf Schlitten, die statt weißer Tauben mit Hochzeitswünschen auf die Reise geschickt werden. Wir reden von Authentizität! Von kaltem Sekt – anstelle von kalt gestelltem Sekt. Von bequemen Moonboots anstelle von Hochzeitsschuhen, die Blasen an den Zehen verursachen. Von Pinguin-Kostümen anstatt langweiliger Fracks. Wir reden von Lippen, die beim Hochzeitskuss für immer zusammenfrieren werden. Von echter, glühender Liebe anstatt sommerlichem Achselweiß und von wahrer Herzenswärme, die alle Gäste am großen Lagerfeuer in der Mitte des Hochzeitssaals gemeinsam entfachen werden. Bleibt nur noch zu hoffen, dass das Thermometer im Dezember – nicht wie im Vorjahr – durchschnittlich 23 Grad anzeigen wird. *Ingmar Schweder*

### Heute: Seligenthaler Gespräche beginnen

Mit Professor Dr. Dr. Hanna-Barbara Gerl-Falkovitz werden heute Abend die diesjährigen Seligenthaler Gespräche eröffnet. Ab 19.30 Uhr spricht die emeritierte Professorin für Religionsphilosophie und vergleichende Religionswissenschaft zum Thema „Scheitern und Gelingen – der Weg von mir zu mir“ im Kloster Seligenthal. Das Motto der Seligenthaler Gespräche lautet in diesem Jahr „Wege zum Selbst“. An drei Abenden werden sich verschiedene Referenten im Kloster Seligenthal dem Thema auf unterschiedlichen Wegen nähern.

Am 18. November spricht ab 19.30 Uhr Professor Dr. Dr. Erwin Møde von der Universität Eichstätt-Ingolstadt. Sein Thema lautet: „Beten als Weg zu mir selbst“. Den Abschluss der diesjährigen „Seligenthaler Gespräche“ macht am 2. Dezember ab 19.30 Uhr Professor Dr. Martin Thurner von der Ludwig-Maximilians-Universität München. In seinem Vortrag befasst er sich mit dem Theologen Eugen Biser.

Anmeldungen zu den Seligenthaler Gesprächen sind bei der Zisterzienserinnen-Abtei Seligenthal, Bismarckplatz 14, Telefon 8210, Fax 821 171, möglich.



GEMEINSAM MIT DEM PROMIKOCH KRÄUTER SCHNEIDEN UND FISCH WÜRZEN: Stefan Marquard kochte gestern zusammen mit Schülern und Lehrern. Mit dem „Mensa-Check“ will das Ministerium für Landwirtschaft und Ernährung zeigen, dass sich aus regionalen Lebensmitteln ein gesundes, schmackhaftes Schulleben zaubern lässt. (Foto: Christine Vinçon)

## Schnippeln und braten mit dem Promikoch

Stefan Marquard kam zum „Mensa-Check“ an die Berufsschule II

Von Sigrid Zeindl

„Gesundes Kochen ist eigentlich ganz simpel.“ Mit dieser Botschaft ist Küchen-Profi Stefan Marquard gestern in die Staatliche Berufsschule 2 gekommen. Der bekannte Fernsehkoch war im Rahmen des „Mensa-Checks“ der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern zu Gast, um zusammen mit Schülern und Lehrern zu kochen und das Mensateam zu schulen. Mit der Aktion soll gezeigt werden, dass sich aus regionalen Lebensmitteln ein Schulleben zaubern lässt, das gesund und bezahlbar ist und den Kindern schmeckt. Bayernweit hatten sich für den „Mensa-Check“ 40 Schulen beworben, als einzige niederbayerische Schule war die Berufsschule 2 ausgewählt worden.

Sie ist sehr überschaubar, die Küche in der Berufsschule 2. Und gestern war sie besonders kuschelig: Schüler, Lehrer und Pressevertreter drängen sich rund um Herd und Promikoch. Es wuselt nur so, aber Marquard ruht in sich und behält den Überblick über Kabeljau, Glasnudeln, Gemüse-Schnippler – und die Uhrzeit. Denn um Punkt 12 Uhr muss das Essen fertig sein, dann kommt der erste Schüleransturm. Der Promikoch hält sein Team an, das Gemüse und den Fisch vorher zu würzen („Sobald das Essen angebraten ist, bringst du nichts mehr rein“), erfüllt zwischendurch Autogrammwünsche und setzt die Suppe an. Der Koch mit dem Ziegenbart und dem Stirnband, der einem breiten Publikum aus dem Fernsehen bekannt ist, ist unkompliziert und unkonventionell und kommt damit bei den Schülern durchwegs gut an. „Man hat das Gefühl, dass man mit einem Freund kocht“, sagt etwa



Mit dem Gong um 12.05 Uhr kam der große Andrang. (Fotos: sig)

Stephanie Wantia. Sehr angetan sind seine Kochschüler auch von seinen vielen Kniffen und Ratschlägen: „Er hat uns tolle Tipps für zu Hause mitgegeben. Das ist eine große Motivation, es auch selbst auszuprobieren“, so Denyse Zettl.

### Mensa erst im April eröffnet

„Ich bin ganz begeistert!“, sagt Werner Zehetbauer im Vorbeigehen und bringt neue Schüsseln voll Gemüse. Er ist der Pächter der Berufsschul-Kantine und führt dort normalerweise das Kochlöffel-Regiment. Zusammen mit seinem Team kocht er täglich 90 bis 120 Mittagessen. Auf der Speisekarte standen diese Woche beispielsweise Gerichte wie gebratene Nudeln mit Asiagemüse oder Hähnchenbrust mit Couscous – also durchaus abwechslungsreichere Gerichte als die üblichen Kantinenklassiker Currywurst, Schnitzel und Pommes. Entsprechend bekam die Mensa von Schülern und Lehrern schon jetzt viel Lob: „Es war vorher schon sehr

gut“, sagt eine Schülerin – allerdings habe manches teilweise ein wenig fad geschmeckt. Auch Schulleiter Johann Cikanek sagt, dass die erst im April eröffnete Mensa von Schülern und Lehrern sehr gut angenommen werde. Aber nichts sei so gut, dass es nicht noch besser werden könne – deshalb habe man sich für den „Mensa-Check“ beworben. Und der fiel sehr gut aus, wie der Coach am Ende resümierte: Allerdings könne man in der Organisation einige Kleinigkeiten verändern, sodass die Ausgabe schneller gehe und die Wartezeiten kürzer würden. Und man könne in der Mensa einige weitere Tische aufstellen, damit auch alle Schüler Platz fänden. Marquard nahm dabei auch Oberbürgermeister Hans Rampf in die Pflicht: Die Kantine sei perfekt eingerichtet – „a bisserl etwas fehlt aber noch an Ausstattung“.

Mit dem Gong um 12.05 Uhr waren die Gerichte gestern dann auch tatsächlich fertig. Aufgetischt wurde Kürbis-Graupensuppe, lauwarmer Glasnudelsalat und Kabeljau

mit Tomaten-Basilikumsoße. Leider nicht mitessen konnte Landwirtschaftsminister Helmut Brunner: Er war kurzfristig im Landtag nicht abkömmlich. Er hat etwas versäumt: „Es schmeckt phänomenal“, sagte eine Schülerin. Die Ehrengäste um OB Rampf waren ebenfalls voll des Lobes. Und auch Werner Zehetbauer war mit dem Tag mehr als zufrieden: „Wir werden organisatorisch einiges ändern und künftig noch mehr würzen.“

### „Gesundes Schulleben muss selbstverständlich werden“

Mit der Vernetzungsstelle Schulverpflegung unterstützt das Ministerium für Landwirtschaft und Ernährung seit gut fünf Jahren Schulen dabei, gesundes und wirtschaftliches Mensaeßen zu verankern. „Gesundes, hochwertiges Essen muss selbstverständlich werden, damit die Schüler den langen Unterrichtstag erfolgreich bewältigen können“, sagt Sabine Mehring vom Referat für Ernährungsstandards und Qualitätssicherung. Auch Profikoch Stefan Marquard will junge Leute für gesunde Ernährung begeistern. Wie er sagt, komme das gemeinsame Kochen und Essen zu Hause heute oft zu kurz, weil in immer mehr Familien beide Elternteile berufstätig seien. Er würde sich deshalb wünschen, dass Kinder in den Schulmensen mitkochen dürfen. Denn Marquard hat festgestellt, dass die jungen Leute sehr aufgeschlossen sind – wenn man sie nur mitmachen lasse. Zudem sagte Marquard gestern, dass Eltern bereit sein müssten, für die Schulverpflegung etwas tiefer in die Tasche zu greifen: „Die Gesundheit meines Kindes muss mir mehr wert sein als 2,50 Euro.“

## Drei Tipps vom Profi

Mit der Landshuter Zeitung unterhielt sich Promikoch Stefan Marquard am Rande des „Mensa-Checks“ über

• **die größten Zubereitungsfehler in der Küche:** Nummer 1: „Sobald ich etwas gegart habe, kann ich es nicht mehr ausreichend würzen. Wenn ich vorher nicht würze, kann es nicht schmecken. Deshalb: Vorher würzen.“ Nummer 2: „Es wird mit viel zu viel Temperatur gearbeitet. Runter mit den Temperaturen! Und viele Dinge werden zu lange gegart. Durch diese lange Garzeit bleiben

Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente auf der Strecke.“

• **den Mut zur Kreativität:** „Immer nur Leberkäse, Schweinebraten oder die belegte Semmel, da kommt mir das Gähnen. Fragt die Leute, auf was sie Lust haben: Bei kleinen Kindern kommen dann immer die ‚drei Heiligen‘: Pizza, Pommes, Spaghetti, das ist klar. Die Kleinen muss ich einfach mit auf die Reise nehmen und sie mit Aha-Effekten begeistern. Wenn wir mit den ‚Kurzen‘ von der ersten bis zur vierten Klasse kochen, die haben gebrannt

wie Frittenfrett. Die waren mit Begeisterung dabei.“

• **über das am Mittwoch häufig zitierte „Aktivieren“:** „Ich aktiviere vorher alles, indem ich Salz und Zucker dran mache. Im Endeffekt, wie es früher die Oma gemacht habe: Die hat an alle salzige Speisen eine Prise Zucker gemacht und an alle süßen eine Prise Salz. Dann wird's Essen rund. Wenn ich das Essen vorher würze, dann schmeckt es nicht nur durch und durch lecker, sondern ich muss es durch das Aktivieren auch viel kürzer garen.“



Eines von drei Gerichten: Kabeljau mit Tomaten-Basilikumsoße und Reis.