KOMMUNIKATION AM GOETHEANUM

Goetheanum, Dornach, Schweiz, 27. Februar 2020

**«Eine Mahlzeit ist ein Gemeinschaftsprozess»**

**Charta für die Gemeinschaftsverpflegung**

**Großküchen haben oft einen schlechten Ruf. Mensaessen muss billig sein. Für eine Wertschätzung der Prozesse rund um Anbau, Produktion, Zubereitung und Verzehr von Lebensmitteln setzt sich der Ernährungskreis für Küchenprofis in seiner Charta für die Gemeinschaftsverpflegung ein.**

«Was wir heute in manchen Einrichtungen sehen – leider immer wieder auch in Pflegeeinrichtungen – ist ein Trauerspiel, weil am Essen gespart wird», hat Jasmin Peschke beobachtet. Sie leitet den Fachbereich Ernährung der Sektion für Landwirtschaft am Goetheanum. «Ernährung ist mehr, als etwas zu essen», sagt die promovierte Oecotrophologin. Es gehe um eine schmackhafte und abwechslungsreiche Verpflegung, um hochwertige Kost und schonende Zubereitung.

«Die Qualität unserer Lebensmittel hängt von vielen Faktoren ab: vom Saatgut, vom Boden, vom Anbau, vom Zeitpunkt der Ernte, von Lagerzeiten sowie von Verarbeitungsmethoden», so Jasmin Peschke. Daher haben mit ihr nun elf Expertinnen und Experten für Ernährung mit Erfahrungen in anthroposophisch orientierten Arbeitsfeldern öffentlich Stellung bezogen. Mit ihrer Charta für die Gemeinschaftsverpflegung setzen sie ein Zeichen für eine gesunde und gesundende Ernährung mit Genuss – gerade weil der Kochalltag in der Gemeinschaftsküche oft stressig ist.

Einer der Erstunterzeichner ist Heinz Fendrich. Der Küchenchef des Sonnenhofs Arlesheim, Schweiz, betont, dass auch Haltung und Stimmung, die beim Kochen gepflegt werden, zur Qualität der Speisen beitragen. Daher sind ihm und weiteren Küchenchefs und Ernährungswissenschaftlerinnen wichtig, dass Köchinnen und Köche sowie ihre Küchenhelferinnen und -helfer den Lebensmitteln achtsam begegnen und die Essensteilnehmenden einbeziehen – auch um Lebensmittelverschwendung entgegenzuwirken. Letztlich obliegt es allen, darauf zu achten, Mahlzeiten regelmäßig und rhythmisch zu verzehren. «Dazu gehört auch eine entspannte und bewusst gestaltete Atmosphäre beim Essen», hält die Charta fest.

«Eine Mahlzeit ist ein Gemeinschaftsprozess vor, während und nach der Aktivität in der Küche», fasst Jasmin Peschke zusammen.

(2098 Zeichen/SJ)

**Charta** für die Gemeinschaftsverpflegung **Web** www.sektion-landwirtschaft.org/fileadmin/SLW/Arbeitsfelder/ernaehrung/Gemeinschaftsverpflegung/Charta\_Gemeinschaftsverpflegung\_DE.pdf (auch auf Englisch, Französisch, Italienisch)

**Ansprechpartnerin** Jasmin Peschke, jasmin.peschke@goetheanum.ch