

BUNTENBOCK

Gutes selbst gemacht:
Kinderkochkurs
„Frikadelli“ ▶ S. 18



Gutes muss nicht lange dauern

Kinderkochschule Frikadelli im Landhaus Kemper will Gefühl für Lebensmittel und Qualität vermitteln

Von Andre Bertram

BUNTENBOCK. Kinder an den Slow-Food-Gedanken heranzuführen, den Geschmack schulen, will die „Kinderkochschule Frikadelli“ im Landhaus Kemper. Katrine Lihn von der „Aromenwerkstatt“ aus Osterode/Lasfelde zeigt mittwochs in den Ferien, wie kinderleicht gesundes Essen zubereitet wird.

„Es ist so einfach, Nudeln und Ketchup selbst herzustellen“, erklärt Dorothee Kemper. Fertigprodukte kommen bei ihr nicht auf den Tisch. Regionale Produkte, frisches Gemüse, werden bevorzugt. „Wir möchten vermitteln, dass Fischstäbchen nicht so im Meer wachsen. Deshalb gehen wir mit Kindern auch einmal in der Woche mit einem Sportfischer des Angelvereins Buntenbock angeln“, sagt die Landhaus-Chefin.

Natürlicher Geschmack

Ziel der Kochschule sei es, den Eigengeschmack jeder zubereiteten Zutat wahrzunehmen – beispielsweise wie eine Gurke schmeckt – und spielerisch ein Gefühl für gute Lebensmittel zu entwickeln. Das Angebot richte sich nicht nur an Gästekinder des Landhauses. Zehn Euro kostet der Kochspaß im Land-



Im Handumdrehen verlassen Spaghetti die Nudelmaschine. Karla (8) aus Berlin führt den Teig ein, Marie (9) aus Chemnitz kurbelt, Lukas (7) aus Hannover nimmt die geformten Nudeln entgegen. Lukas (3) und eine weitere Köchin beobachten aufmerksam die maschinelle Formgebung.
Fotos: Bertram

haus am Fluss. Frederik (7) aus Dänemark ist so begeistert, dass er bereits zum zweiten Mal die weiße Kochmütze aufsetzt. Auch Elisabeth (6) aus Chemnitz hat schon ge-

kocht, zu Hause: „Obstsalat“, sagt das pfiffige Mädchen. Mit ihr knetet eine Schar kleiner Köchinnen und Köche den Teig für die Nudeln. „Jetzt dreh, feste, feste“, begleitet Kursleiterin Lihn die maschinelle Formgebung und erklärt: „Manchmal färben wir die Nudeln auch, mit Spinat.“

Frisches vom Bauern

Das Rezept für den Nudelteig ist klassisch – zwei Kilogramm Mehl, 800 Milliliter lauwarmes Wasser und ein Ei. „Den mit den Händen geknetete Teig zehn Minuten ruhen lassen.“ Ihre geformten Spaghetti hängen die Kinder über einen Besenstiel, der auf den Rückenlehnen

zweier Stühle aufliegt. Nach dem Trocknen werden die frischen Nudeln mit Mehl bestreut, damit sie nicht zusammenkleben.

„Mit einem gefüllten Einkaufskorb vom Bauern im Wert von zehn Euro, können Sie Ihre Familie eine Woche gesund ernährend“, erklärt die „Lebensmittelhandwerkerin“ den zuschauenden Müttern. Auch Ketchup ist schnell gemacht: Vorgekochtes Püree aus frischen Tomaten wird mit Olivenöl, Kräutersalz, Honig und Basilikum gewürzt.

Dorothee Kemper plant bereits ein neues wöchentliches Kursangebot: „Urkost – Schinken, luftgetrocknete Mettwurst, Nüsse und Feigen – alles, was ein tolles Essen ergibt.“



Tomaten-Püree wird zu leckerem Ketchup verfeinert. Katrine Lihn zeigt, wie es geht.



Wer macht die längste Nudel? Frederik (l.) und Lukas beim Rekordversuch.