

Konzept „Kinderrestaurant“

1. Ausgangslage

Die Idee des Kinderrestaurant ist, kochen mit Kindern „ernsthaft“ zu gestalten und einen Kinderkochkurs gleichsam auf ein höheres Niveau zu heben. Dies geschieht durch die Zusammenarbeit mit Profi-Köchen und durch die Zubereitung von Menüs, zu denen Eltern, Senioren Lehrer, Stadtteilgruppen etc. als Gäste eingeladen werden. Das Kochen mit den Kindern umfasst bei dieser Maßnahme somit den gesamten Bereich der Koch-, Ess- und Tischkultur. Es schafft für die Kinder Leistungsanreize und Anerkennung.

An einem Restauranttag geht es zu wie in der Profiküche: d.h. drei bis vier Stunden Vorbereitung, Chaos und Hektik beim à la minute Kochen und Anrichten, Stolz beim Servieren.

2. Ziele

- Schülerinnen und Schüler der Fritz-Köhne-Schule lernen im Kurs auf altersgerechte Weise wichtige Aspekte der Ernährung und der Herstellung gesunden Essens kennen.
- Die Schülerinnen und Schüler laden in regelmäßigen Abständen am Restauranttag Eltern und andere Gäste ein, um ihnen selbst gekochte Menues zu präsentieren. Die Kinder erfahren hierbei eine hohe Anerkennung und Wertschätzung durch Eltern und andere Gäste (z.B. in Betriebskantinen).
- Die Schülerinnen und Schüler lernen den Umgang mit verschiedenen Küchengeräten kennen.
- Die Schülerinnen und Schüler erlernen auf altergerechte Art Grundbegriffe der Hygiene.

3. Zielgruppe

Jeweils max. 14 SchülerInnen der 2. und 3. Klasse pro Kurs. Die Kinder werden in 2 Gruppen aufgeteilt, jede Gruppe wird von einem Referenten angeleitet.

4. Ort und zeitlicher Umfang

Der Kochkurs findet einmal pro Woche für ca. 2 Stunden in der Schulküche der Fritz-Köhne-Schule statt. An den Restauranttagen wird entweder ebenfalls in der Schule gekocht und das Essen dort den Gästen serviert, oder es findet an einem externen Ort statt (Betriebskantine, Restaurant, Seniorentagesstätte, usw.)

5. Auswahl / Gewinnung der TeilnehmerInnen

Ansprache der Kinder durch die Klassenlehrer und andere LehrerInnen, der Kochkurs findet im Rahmen eines Wahlpflichtkurses statt.

6. Qualifikation der Referenten

Der Kurs wird von einem gelernten Koch und Dipl.Ökotrophologen durchgeführt. Unterstützt wird der Kurs vor allem in den Phasen der Wochen vor dem Restauranttag durch den Einrichtungsleiter des HdJ Rothenburgsort (Dipl. Sozialarbeiter und gelernter Koch).

7. Methodik

Mit dem Kinderrestaurant wollen wir Kochen in den Rang von Kinder –und Jugendkultur heben. Ähnlich, wie ein Musiker für den Auftritt übt, üben die Kinder kochen und präsentieren das Gelernte ihren Gästen und erleben den Applaus und die Anerkennung. Diese Anerkennung soll Freude und Lust auf die nächste, schwierigere Herausforderung schaffen.

Unser methodisches Vorgehen lässt sich mit folgenden Stichworten beschreiben.

Herausforderung

Ein Beispiel für eine neue Herausforderung ist das Erstellen einer Mousse au Chocolat, anstelle eines Schokoladenpuddings.

Die Kinder tun sich schwer damit, die harte Cuvertüre zum schmelzen in kleine Stücke zu hacken. Erst nachdem sie ermutigt wurden, auch mit einem großen Messer und viel Kraft an die Sache heran zu gehen, hatten sie Erfolg. Auch das Trennen von Eiern will erst mal gelernt sein.

Das Vermengen von Eischnee und geschlagener Sahne ist eine neue Herausforderung, denn ein Mousse soll luftig bleiben. Man darf nicht einfach nur zusammenrühren, sondern muss – wie wir in der Fachsprache sagen - unterheben. Das erforderte einiges Geschick.

Die Kinder haben das aber geschafft und der Stolz und die Freude, die sie dabei ausgestrahlt haben, lässt einen so manchen Lärm und Toberei vergessen. Denn das Mousse konnte sich am Ende mit dem von guten Köchen messen.

Talente

Wie in der Musik oder im Sport gibt es auch beim Kochen Talente. Einige Kinder stellen sich mit dem Messer, dem Sparschäler oder dem Schneebesen sehr geschickt an, andere können sich über einen langen Zeitraum konzentriert einer Sache widmen, andere weniger.

Grundsätzlich wollen wir allen Kindern, ob mehr oder weniger talentiert, die Freude am Kochen vermitteln. Niemand soll überfordert werden und dadurch den Spaß am Kochen verlieren. Durch unsere anspruchsvolle Kinderküche bieten wir aber auch den Talenten - das müssen im Übrigen nicht immer die besten Schüler sein – die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten weiter zu entwickeln und Erfolgserlebnisse zu erfahren.

Höhepunkte und Anerkennung

Ein weiterer wichtiger Aspekt des Kinderrestaurants ist, dass wir auf einen Höhepunkt hin arbeiten. Je näher es an den Restauranttag geht und die Eltern erwartet werden, desto höher wird die Aufregung und die Intensität der Vorbereitung. Wenn es dann soweit ist, kochen die Kinder über 4 Stunden – mit Pausen – und entwickeln eine erstaunliche Leistungsbereitschaft. Beim Anrichten können sie es manchmal nicht abwarten, den Eltern zu servieren. Nach dem letzten Gang – sozusagen nach dem Vorhang – kommt dann der Applaus.

Alltag

Höhepunkte gibt es aber nur da, wo auch Alltag ist. Im Alltag unserer Kochkurse geht es nicht immer so aufregend und gleichzeitig diszipliniert zu wie am Restauranttag. Da ist es auch laut, es wird herumgetobt. Nicht alle sind immer über die ganze Zeit konzentriert. Da gibt es auch mal Lustlosigkeit oder die Kinder streiten sich.

Wir beschäftigen die Kinder je nach ihren Fähigkeiten und ihrer aktuellen Konzentrationsfähigkeiten. Da können sich einige auch mal ausklinken und ein Bild malen oder auf dem Schulhof Fußballspielen. Wir sind kein Eliteinternat.

Wir achten in den Kursen darauf, dass die Kinder mit Kochen und Essen keine negativen Erlebnisse verbinden. Sie müssen nichts essen, was sie nicht mögen. Aber wenn sie es selber gemacht haben, probieren sie auch öfter mal etwas bisher Unbekanntes. Einige Lebensmittel, wie Geflügel und Fisch im rohen Zustand, finden viele Kinder zunächst etwas eklig. Keiner muss dann die Hähnchenbrust oder den Fisch anfassen, aber nach und nach trauen sie sich auch daran und empfinden dann beim nächsten Mal das portionieren als ganz normal.

Wie in allen anderen Kochkursen auch, achten wir darauf, dass die Kinder respektvoll mit Lebensmitteln umgehen, sich die Hände vorher waschen und ihren Arbeitsplatz sauber halten.

Am Ende wird selbstverständlich gemeinsam gegessen.

8. Durchführung / Ablauf

In der Regel werden die Kinder je nach Tagesplan in ein zwei oder drei Gruppen eingeteilt, die jeweils verschiedene Arbeiten für das Gericht vornehmen. Zu Beginn wird das Gericht, die Zutaten, deren Verarbeitung und die dafür notwendigen Werkzeuge erklärt und wenn nötig einmal vorgemacht. Die Kinder kochen dann alleine. Die Kursleiter achten dabei auf die sachgerechte Verarbeitung und auch auf hygienische Notwendigkeiten.

Die Auswahl der Gerichte erfolgt sowohl von den Köchen als auch von den Kindern.

Aus den Wünschen Spaghetti mit Tomatensoße werden dann selbstgemachte Nudeln, aus Hamburger werden selbstgemachte Vollkornbrötchen und Linsenbratlinge und selbstgemachter Ketchup, aus Schokoladenpudding wird Mousse au chocolate. Andere eher weniger bekannte Gemüse wie Rote Beete, Wirsing, Pastinaken etc. werden von den Köchen vorgestellt und eingebracht.

Neben der Zubereitung der Gerichte wird dann für den Restauranttag auch das Tischeindecken und das Anrichten geübt.

9. Möglichkeiten der Verstetigung

Wir haben mit dem Projekt Kinderrestaurant, mit den jährlich stattfindenden Kochfestivals, dem Aufbau und dauerhaften Betrieb des gesunden Schulkiosks und unseren Kochaktionen „außer Haus“ einen Schwerpunkt „Kochen und gesunde Ernährung“ an der Fritz-Köhne-Schule aufgebaut, der in der Hamburger Fachwelt hohe Anerkennung gewonnen hat. Bereits zum dritten Mal wurde die Fritz-Köhne-Schule mit dem Gütesiegel „Gesunde Schule“ der Hamburger Arbeitsgemeinschaft für Gesundheit ausgezeichnet. In diesem Jahr wird die Fritz-Köhne-Schule Austragungsort der neuen Vergabe „Gesunde Schule“ der HAG. Im letzten Jahr haben wir mit unseren Projekten den Preis „Starke Kids“ der AOK gewonnen. Ebenso sind wir im vergangenen Jahr in das Programm „anstiften“ der Körper-Stiftung aufgenommen worden und haben seitdem mit der Stockheim-Catering GmbH einen dauerhaften Projektpartner aus dem Bereich der Gastronomie gewonnen. Im Mai dieses Jahres hat die Fritz-Köhne-Schule den Gesundheitspreis „Pulsus“ der Techniker-Krenakenkasse und der BamS gewonnen und darf sich jetzt „gesündeste Schule Deutschlands“ nennen.

Mit all unseren Aktivitäten und den Anerkennungen haben wir in der Schule, sowohl bei der Schulleitung als auch in der Lehrerschaft eine Identifikation mit dem Thema geschaffen, die dazu führt, dass wir zukünftig die Projekte sowohl aus den jeweiligen Eigenmitteln von Schule und Haus der Jugend als auch durch gemeinsame Drittmittelakquise weiterführen werden. Unser Ziel ist es gleichwohl, die Projekte auszubauen. Aktuell planen wir einen Kinderkochwettbewerb mit mehreren Grundschulen des Bezirks.

Durch unsere Kochfestivals, die wir ebenso nach dem Auslaufen des Programms „Besser essen. Mehr bewegen weiterführen – mittlerweile in 4 Stadtteilen des Projektgebietes - haben wir

eine Vernetzungsstruktur aufgebaut, die nahezu alle relevanten Institutionen im Hamburger Gesundheitswesenumfasst. Diese Vernetzung wird uns ebenso bei der Verstetigung helfen.

Wir haben im Juni dieses Jahres unsere Kochprojekte in einer besonderen Form mit der Herausgabe des Kochbuches „Die Rothenburgsorter Gourmetkinder“ dokumentiert. Das Kochbuch hat die Öffentlichkeitswirksamkeit unserer Projekte noch einmal potenziert. Innerhalb von 6 Wochen haben wir 1.000 Exemplare verkauft, deren Erlös in unsere zukünftigen Projekte fließt. Mit dem Titel „Die Rothenburgsorter Gourmetkinder“ haben wir uns mittlerweile hamburgweit einen Namen gemacht.