

Pressemitteilung

Nr. 21pm388

Datum: 23. Juli 2021

Pressestelle

Landratsamt Böblingen

Ihr Ansprechpartner

Benjamin Lutsch

Telefon 07031 663-1619

Telefax 07031 663-1999

E-Mail b.lutsch@lrabb.de

AWARULI-Kochkurs mit erstaunlichen Gerichten

Fortsetzung Ende September geplant

Das durchschnittliche Gewicht eines Menschen in Deutschland im Alter zwischen 25 bis 30 Jahren liegt bei 74,7 Kilogramm. So weit, so gut, aber wenn man sich jetzt vorstellt, dass jeder Deutsche im Schnitt sogar noch etwas mehr, nämlich rund 75 Kilogramm, Lebensmittel pro Jahr verschwendet, erscheint diese Zahl plötzlich viel zu hoch.

Um der Lebensmittelverschwendung entgegenzuwirken, haben das „FORUM Ernährung und Hauswirtschaft“ als auch der Abfallwirtschaftsbetrieb des Landkreises Böblingen kürzlich gemeinsam den Online-Kochkurs „AWARULI“ angeboten. AWARULI steht für „**AL**ies, **W**As **R**Um**L**iegt“. Martina Spalt-Kuhlmann, Meisterin der Hauswirtschaft, hat den insgesamt 18 Kursteilnehmern gezeigt und erläutert, was man mit Resten aus dem Kühl- oder Vorratsschrank Leckerer zubereiten kann. Denn die Fachfrau weiß: „Lebensmittel müssen nicht in den Mülleimer wandern.“

Die Teilnehmer haben zusammen mit Martina Spalt-Kuhlmann unter anderem geschnitten, gewürzt, vermischt und gebacken. Währenddessen hat die Kursleiterin immer wieder nützliche Tipps zu einer praktischen Reihenfolge der einzelnen Arbeitsschritte, möglichen Alternativen für bestimmte Zutaten oder auch zum Testen der Frische einzelner Lebensmittel gegeben. Zur Resteverwertung gehört für Martina Spalt-Kuhlmann aber auch, „die Reste gut aus den Schüsseln zu kratzen, zum Beispiel mithilfe eines Teigschabers.“ Bei Unklarheiten konnten die Teilnehmer ihre Fragen direkt in den Chat schreiben und erhielten sofort eine Antwort.

Knapp zwei Stunden nach Beginn des Kurses, und perfekt im Zeitplan, waren die Gerichte fertig: ein bunter Sommersalat mit Joghurt-Bananen-Dressing und gerösteten Nüssen, Nudelmuffins, Tortillas aus dem Ofen und gebratene Semmelknödel. Ein Dessert gab es auch noch:

rote Grütze. Diese hält sich, heiß in Gläser mit Schraubverschluss gefüllt und sofort verschlossen, im Kühlschrank sogar mindestens 14 Tage.

Wer Lust bekommen hat und erfahren möchte, wie man verschiedene Lebensmittelreste sinnvoll und lecker verwertet, kann am 29. September am nächsten AWARDI-Kochkurs teilnehmen. Dieser ist als Präsenz-Veranstaltung geplant. Das „FORUM Ernährung und Hauswirtschaft“ und der Abfallwirtschaftsbetrieb Böblingen werden rechtzeitig vor Beginn des Kochkurses alle wichtigen Informationen veröffentlichen.

Bildunterschrift 1: Kursleiterin Martina Spalt-Kuhlmann gart das Gemüse für die Gerichte in der Pfanne.

Bildunterschrift 2: Rechtzeitig vor dem Ende des Kurses, und perfekt im Zeitplan, sind alle Gerichte fertig zubereitet.