

# Gewürze veredeln die Lamm-Pflanzerl

**FREIZEIT** In Eichhofen gingen die Miniköche Rüdiger Forst und Josef Rebitzer zur Hand und zauberten mit ihnen Köstlichkeiten. Das Kochbuch wird immer dicker.

VON INGRID KROBOTH, MZ

**EICHHOFEN.** Nein, grauslich war es überhaupt nicht, als der Hemauer Schäfer Josef Rebitzer vor den Augen der Europa-Miniköche-Regensburg das Waldschaf zerlegte. „Es ist ja schon alles draußen“, gibt Larissa sich professionell, als sie die Vorarbeiten für den Kochnachmittag im Schlossgasthof Eichhofen beschreibt. „Heute gibt's Lammpflanzerl mit Gratin-Kartoffel und Paprika-Gemüse“, bereitet Küchenchef Rüdiger Forst seine quirligen Helfer auf ihren großen Einsatz am Herd vor. Das Lammfleisch ist mittlerweile durch den Wolf gedreht, raffiniert gewürzt mit Curry, Ingwer, Knoblauch und Petersilie.

Seit September letzten Jahres ziehen die Miniköche – fesch eingekleidet mit Kochjacke, Halstuch, Schürze und Baseballcap – durch den Landkreis und schauen ihren meisterlichen Vorbildern in die Kochtöpfe. „Das macht Spaß“, schwärmt Philipp und erzählt stolz, wie er auch daheim kocht, was er als Minikoch gelernt hat. Neben Messer, Spätzle Brett und Schaber liegen Rezeptmappen in weißen Hartschalenkoffern, schon gut gefüllt mit Anweisungen für leckere Speisen aus namhaften Restaurantküchen von Bad Abbach bis Kallmünz, von Thalmassing bis Eilsbrunn.

Zwei Jahre lang, jeden Monat treffen sich die Miniköche in einer anderen Meisterküche. In rund vier Stunden lernen sie die Vielfalt regionaler Produkte kennen, ihre Herkunft, abwechslungsreiche und geschmackvolle Zubereitungs-Varianten. Die Kinder sind dabei – wie diesmal beim Lamm – wenn das Tier zerlegt, zubereitet und schließlich gegessen wird. „Wir wollen den Kindern wichtige Werte vermitteln“, beschreibt Stephanie Fleiner das Ziel ihrer ehrenamtlichen Arbeit, das sie mit Peter Greiner als Teamleiter anstrebt: „Kinder sind die Gäste von morgen.“ Die aus einem Hotel stammende Gastronomin will Kindern „gesundes Essen und Trinken als unser wichtigstes Kulturgut“ nahe bringen – als genussreiche Variante zu Fast Food.



Die Miniköche und Küchenchef Rüdiger Forst beobachten Josef Rebitzer beim Tranchieren des Lammes.



Für die Lamm-Pflanzerl muss das Fleisch schön geknetet werden. Fotos: Ilik

Dass auch die Eltern etwas haben von dem Projekt Miniköche, erzählt die Mutter von Hannes Gerstl, der daheim Gerichte kocht und für die Mama keine Zeit hat – etwa arbeitsaufwendige Bauchstecherl.

Im Nebenraum ist die zweite Gruppe der jungen Köche im Alter von zehn bis zwölf Jahren mit den passenden Getränken zum Lamm beschäftigt. Die feinen Gläser sind gefüllt mit zweifarbigen, sauber abgesetzten

Cocktails in knallgrün mit gelb, oder blau mit rot. „Alles ohne Alkohol“, versichert Daniela Schönharting, als Chefin des Brauereigasthofs Eichhofen diesmal die Gastgeberin der Miniköche.

## DAS PROJEKT

- **Theorie:** In der Theorie werden die Regensburger Miniköche von Oecotrophologen (Lebensmittelwissenschaftlern), Ernährungsberatern, Biologielehrern oder kompetenten Personen aus dem Ernährungsbereich unterrichtet.
- **Praxis:** Die Mädchen und Buben teilen sich an jedem Kochnachmittag in zwei Gruppen: Küche und Restaurant im Wechsel. Die Kinder lernen das gastronomische Handwerk – vom Kochen bis zum Servieren und Essen in gepflegter Umgebung.
- **Abschluss:** Zum Ende des Projekts legen die Kinder eine Prüfung ab und bekommen für die Teilnahme ein Zertifikat von der IHK.