

Mit Engeln kochen

vom 9. Dezember 2013

Aus der Redaktion des Flensburger Tageblatts

90 leckere Rezepte aus der Region in einem Buch: Die Idee der Flensburger Wirtschaftsjuvenen hat Gestalt angenommen.



Freude am Kochbuch: Mama Monika mit Tochter Christin, Timo Klass, Volker Syring, „Engel“ Lea-Sophie, Jan Lehmann, Matthias Graf, Franziska Leupelt, Sönke Petersen, „Engel“ Annabelle, Mama Susan (von links).

Foto: fischer

Als Einstieg das „Vorspiel im Blätterteig“, gefolgt von „Wildragout mit Orangen-Rum-Sauce“ sowie einem „Käse-Leuchtturm“ als Nachtisch? Oder doch lieber den „Kritharaki-Salat“ mit anschließenden „Lammhaxen Mallorquinisch“ sowie wahlweise „Amaranth-Joghurt-Pop“ oder „Spekulatius-Tiramisu“ als krönenden Abschluss?

Ganz gleich, welche Geschmacksknospenrichtung soeben angeregt wurde – lecker sind diese Rezepte alle. Und viele, viele mehr! Sie entstammen einem neuen Kochbuch mit ganz besonderem Bezug zur Region Flensburg: Zahlreiche Bürger und Promis, viele Firmen sowie Schulen und Sportler wurden angesprochen, um für ein Charity-Projekt eines ihrer Lieblingsgerichte nachvollziehbar zu kreieren, auszuprobieren und zur Veröffentlichung zur Verfügung zu stellen. Herausgekommen ist eine spannende Sammlung, die Appetit macht.

Die Idee dazu haben die Flensburger Wirtschaftsjuvenen entwickelt. „Auf der Suche nach einem Projekt, für das wir uns sozial engagieren wollten, haben wir uns schnell auf den gemeinnützigen Verein Schutzengel verständigt. Denn neben der regionalen Wirtschaft fördern wir außerdem Kinder und Jugendliche, besonders in Bildungshinsicht“, erzählt Wirtschaftsjuvener Jan Lehmann. Einen konkreten Anlass gab es auch: Die Schutzengel-Dependance in der Lerchenstraße hatte von Flensburgs Serviceclubs eine Einbauküche gesponsert bekommen. „Und was eignet sich besser als flotte Rezepte, um diese Küche

nachhaltig mit Kochvergnügen zu erfüllen“, freut sich Sprecherin Franziska Leupelt. Der nahe liegende Titel des Kochbuchs – „Mit Engeln kochen“.

Der Name ist Programm: Schutzengel wird in der Gemeinschaftsküche künftig regelmäßig Kochkurse für Familien anbieten, um die Vorteile einer gesunden Ernährung einschließlich Zutaten und Zubereitung zu vermitteln. Damit soll dem Mangel an Bewusstsein für einen ausgewogenen Speiseplan entgegengewirkt werden, der bedauerlicherweise oft in einkommensschwachen Familien anzutreffen ist. Dies wirkt sich häufig nachteilig auf die wichtigen Entwicklungsphasen der Kinder aus. „Der Schutzengel legt großen Wert auf gesunde Ernährung. Den Wirtschaftsuniern danken wir sehr für ihre Initiative, die haben das echt gelebt. Die Rezepte sind ideal geeignet, mit gemeinsamen Kochaktionen unsere neue Küche zu beleben“, sagt Vereinsgeschäftsführer Volker Syring.

Inspirationen für Gaumen und Seele bietet „Mit Engeln kochen“ in Hülle und Fülle. So empfiehlt ‚Super Nanny‘ Katharina Saalfrank eine „Cremige Gemüsesuppe“. Die Fördenixen bevorzugen „Mediterrane Hähnchen“. Auffallend viele Männer haben sich als talentierte Köche geoutet: beispielsweise ein Kurs aus dem Haus der Familie mit einem „Glücksburger Topf“. Oder Timo Klass von Hoch-Zwei an gleich drei Familienabenden („Österreichische Frittatensuppe“). Von der SG verraten fünf Spieler ihr Lieblingsrezept: Für Olaf Gustafsson ist das „Lammkeule in Blaubeermarinade“, für Tobias Karlsson „Kroppkakor“ und für Bogdan Radivojevic „Cevapcici“. Auch Sternekoch Dirk Luther vom Alten Meierhof konnte gewonnen werden: Er verführt zu „Lachsragout mit Karottenjus und Folienkartoffeln“. Besonders fleißig war die Ostseeschule: Acht Beiträge haben die Schüler mit ihren Lehrern eingebracht.

Das Kochbuch haben die Wirtschaftsuniern Flensburg im Eigenverlag herausgebracht. Die Auflage war auf 2000 Stück ausgelegt; tatsächlich beträgt sie jedoch 2150, da der Buchdrucker den so genannten ‚Zuschuss‘ auf eigene Kosten gebunden hat. Damit reiht er sich in die Schar der vielen Engel ein, die dieses Projekt möglich gemacht haben. Die 90 Rezepte aus „Mit Engeln kochen“ bedienen jeden Geschmack.

von Rainer Fischer
erstellt am 09.Dez.2013 | 11:38 Uhr