

Köche für Hülsenfrüchte begeistern

Um Multiplikatoren der Berufsgruppe Köche für heimische Hülsenfrüchte zu begeistern, gingen LeguNet-Mitarbeiterinnen Petra Zerhusen-Blecher und Cecilia Antoni ins Börde-Berufskolleg Soest, um Azubis und Lehrkräften großküchentaugliche Rezepte vorzustellen.



Hülsenfrüchte sind eine hervorragende Alternative für mehr vegetarische Gerichte in der Großküche.

Zehn Azubis aus dem zweiten Lehrjahr im Ausbildungsberuf Koch/Köchin und zwei Lehrkräfte nahmen an dem Workshop teil. Teilweise hatten die Azubis bereits Erfahrungen mit der Zubereitung von Hülsenfrüchten, aber eher im Bereich der Standardrezepte (Eintopf, Suppe, Salat, Hummus).

Im Workshop lernten sie ganz neue Rezepte kennen. Die Teilnehmenden kochten in fünf Rezeptgruppen Linsen-Bolognese, Erbsenhummus,

Ackerbohnen-Pattys, Kichererbsenwaffeln und Ackerbohnen-Brownies. Geschmäcker sind bekanntermaßen verschieden und so fanden die Gerichte auch unterschiedlichen Zuspruch. Eindeutiger Favorit war die Linsen-Bolognese. „Sie kann als wohlschmeckende und vegetarische Variante unkompliziert auf die Speisekarten der Restaurants gesetzt werden“, so die einstimmige Meinung der angehenden Köch*innen.

Ackerbohnen noch weitgehend unbekannt

Bei den Ackerbohnen-Brownies waren die Teilnehmenden eher skeptisch: Es stehe nicht immer das optimale Gerät in den Küchen zur Verfügung, um die eingeweichten und gekochten Ackerbohnen zu zerkleinern. Zweitens: Der Bezug von Ackerbohnen sei noch problematisch, die Schale sehr hart.

Dieses Feedback war sehr wertvoll für die LeguNet-Mitarbeiterinnen, um die Rezepte und das Workshopkonzept weiter zu optimieren. Von der Idee, mehr heimische Hülsenfrüchte in die Außer-Haus-Verpflegung zu bringen und die vielen Vorteile für

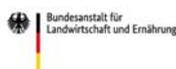


Der Patty aus Ackerbohnen kam prinzipiell gut an, müsse aber noch eine feinere Konsistenz und mehr Bindung haben, so einige Teilnehmende.

Gefördert durch



Projektträger



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

im Rahmen der BMEL Eiweißpflanzenstrategie

leguNet.de



Gesundheit und Klima zu kommunizieren waren die angehenden Köch*innen zumindest begeistert.

Text : Hella Hansen, FiBL Projekte GmbH

Fotos : Petra Zerhusen-Blecher

Datum : 30. Oktober 2023

Hintergrund

Im Rahmen der bundesweiten Eiweißpflanzenstrategie setzt das LeguNet die Arbeit von drei Netzwerken zu Erbse/Bohne, Lupine und Soja fort und bündelt das Wissen rund um alle Körnerleguminosen. In Deutschland eher selten angebaute Kulturen wie Kichererbsen und Linsen sind ebenfalls in das Netzwerk integriert, denn durch Klimaveränderungen steigt auch ihr Anbaupotenzial. Ziel des LeguNet ist es, den Selbstversorgungsgrad mit Körnerleguminosen in Deutschland zu steigern und Wertschöpfungsketten zu entwickeln. Das LeguNet-Netzwerk wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages im Rahmen der BMEL Eiweißpflanzenstrategie.