

# Der Ernährungsberater



*Siegfried Wintgen,  
 Ernährungsberater,  
 Küchenmeister VKD,  
 Mitglied im Olympia-  
 team 2004 der Natio-  
 nalmannschaft der  
 Köche Deutschland.*

## Dauerbrenner: Mediterrane Küche

Die betriebliche Verpflegung hat in den letzten Jahren einen intensiven Wandel durchgemacht und ihre Angebotsgestaltung stetig verbessert ohne die Kundenwünsche aus den Augen zu verlieren. Aktionswochen, Sonderkostformen wie das Brainfood oder spezielle Nährstoffsensibilisierungen wie die Fettsäurenkennzeichnungen sind nur einige Beispiele für immer neue Anreize zur Kundenbindung. Doch was auch immer angeboten wird, einen Evergreen kann man vom hohen Norden bis in den Süden, vom Westen bis in den Osten einfach nicht toppen, die vielgeliebte mediterrane Küche. Dieser Trend ist seit der Eroberung der Mittelmeerländer durch den Tourismus ungebrochen und das mit gutem Grund. Zunächst einmal bietet die mediterrane Küche ungeahnte Möglichkeiten mit einfachen Grundprodukten zu variieren und dabei immer neue Geschmackserlebnisse zu vermitteln. Die meisten Gerichte lassen sich sowohl in

kleinen Haushaltsküchen als eben auch in der Großverpflegung einer Kantine hervorragend zubereiten und bieten dem Kunden immer ein wenig Urlaubsflair. Außerdem entspricht die mediterrane Küche allen Empfehlungen an eine gesunderhaltende Ernährungsweise. Reichlich frisches Obst und Gemüse, herrliche Olivenöle, feinste Fische, aromatische Kräuter, kräftiger Käse und natürlich unzählige Pastavariationen und Pizzen enthalten wertvolle Kohlenhydrate und Eiweiße, lebensnotwendige Fettsäuren und die ganze Bandbreite an Vitaminen, Mineralstoffen sowie die immer bedeutenderen Pflanzenbegleitstoffe, wie zum Beispiel die Farbstoffe oder die ätherischen Öle. Mit einer solchen Kostform ließen sich die meisten Zivilisationskrankheiten vermeiden, wie etwa die so genannte Kretadiät in verschiedenen Studien belegt.

Auch die Industrie hat diesen Trend seit langem erkannt und bietet den Verarbeitern auf breiter Ebene in allen Conveniencestufen sowie in verschiedensten Preissegmenten eine umfangreiche Produktpalette an, die für eine mediterrane Küche unerlässlich ist. Wirtschaftlich gesehen lässt sich mit moderatem Aufwand das produzieren, was für den Konsumenten ein absolut faires Preis-Leistungsverhältnis bedeutet, einschließlich einer gelassenen Lebensart was den Erholungswert der Mittagspause erheblich steigert. Diese im Grunde sehr leichte und frische Küche lässt sich in der Regel recht einfach zubereiten. Ein hoher technischer oder personeller Aufwand ist nicht nötig, so dass eine mediterrane Küche in allen Betriebskantinen gut umzusetzen ist. Schnelle Nachproduktionen ermöglichen eine genaue Kalkulation und lange Warmhaltezeiten lassen sich gut umgehen. Ein Steinofen für Pizzen oder ala Minutekreationen mit Pasta in einem Free-Flowsystem sind gute Möglichkeiten, dem Kunden mit wenig Aufwand Showeffekte zu bieten. Die inzwischen allseits beliebten Salatbars oder Buffets sind letztendlich auch ein Ableger der mediterranen Küche und der beste Beweis dafür, wie sich gute Konzepte mit ein wenig Geduld bestens in der Großverpflegung umsetzen lassen. Wir versuchen immer wieder unsere Phantasie durch andere Kulturen zu inspirieren um mit neuen Ideen überraschen zu können. Ohne die mediterrane Küche wird es auch zukünftig nur das halbe Vergnügen sein. Ihnen darf ich an dieser Stelle ein frohes Fest sowie einen guten Rutsch in ein friedliches 2006 wünschen.

*Ihr Siegfried Wintgen*

PV-REPORT ist die unabhängige Fachzeitschrift für Köche, Wirtschaftsleiter, Einkäufer und Entscheider die professionelles, modernes Gastronomie-/Verpflegungsmanagement betreiben. Schwerpunkte sind die Produkt-Zubereitung und Vermarktung von Convenience, TK-Produkten und Spezialitäten, incl. dazugehörige Küchen- und Regenerationstechnik. **Zielgruppe:** Catering, Systemgastronomie, Betriebsrestaurants, Kliniken & Alten-/Pflegeheime, Reisegastronomie, GV-Großhandel, C&C / Großmärkte, Köche Deutschlands.

Mitglied und/oder Förderer des – regelmäßige Berichterstattung über:

- VKD, Deutschland
- Landesverband der Köche Hessen
- Landesverband Baden-Württemberg
- Landesverband Berlin-Brandenburg
- Landesverband der Köche Bayern
- Landesverband Mitteldeutschland
- Landesverband Niedersachsen
- Landesverband Nord
- Landesverband Nordrhein-Westfalen
- Landesverband West
- sämtlichen Argon/Zweigvereine
- IKSV, Deutschland
- Eurotoques, Deutschland

organisierte/freie Köche

Herausgeber:  
 ES-Verlag GmbH

Verlagsverbund:  
 Verlagsgruppe ES

Kontakt:  
 PV-Report - Die Zeitschrift für alle Köche  
 Scheidemannstr. 2 · 61130 Nidderau

Telefon:  
 0 61 87 / 92 94 9 - 0

Telefax:  
 0 61 87 / 92 94 9 - 18

e-mail: [redaktion@pv-report.de](mailto:redaktion@pv-report.de)  
[anzeigen@pv-report.de](mailto:anzeigen@pv-report.de)  
[vertrieb@pv-report.de](mailto:vertrieb@pv-report.de)

Internet: [www.pv-report.de](http://www.pv-report.de)

Jahrgang / Jahr:  
 33. Jahrgang / 2005

Anzeigen-/Objektleitung:  
 Eric M.C. Schwaab  
[es@pv-report.de](mailto:es@pv-report.de)

Redaktion:  
 Peter von Gersdorff, Nidderau  
[pvg@pv-report.de](mailto:pvg@pv-report.de)  
 Oliver Jesgarz, Nidderau  
[oj@pv-report.de](mailto:oj@pv-report.de)  
 Michaela Meiser, Nidderau  
[mm@pv-report.de](mailto:mm@pv-report.de)  
 Detlef Euler, Nidderau  
[de@pv-report.de](mailto:de@pv-report.de)  
 Claudia Bierhoff, Nidderau  
[cb@pv-report.de](mailto:cb@pv-report.de)

Erscheinungsweise:  
 monatlich, bzw. 11 Ausgaben.  
 Gültig ist Mediadataplan 2005,  
 Anzeigenschluß: 20 Tage vor Erscheiner

Abonnement: Bezugspreis Inland Euro 60,- + MwSt. incl. Versand, Bezugspreis Ausland Euro 60,- + Porto.

Bankverbindung: Frankfurter Volksbank eG  
 Kto.-Nr. 61 48 000 · BLZ 501 900 00  
 Geschäftsführung: E. Schwaab  
 Amtsgericht Hanau, Reg.-Nr. HRB7609  
 USt.-Ident.-Nr. DE230219580

Für unverlangt eingesandte Manuskripte u./o. Fotos wird keine Haftung u./o. Honorarzählung übernommen. Beiträge die nicht mit vollem Namen gekennzeichnet sind, geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder. Alle Veröffentlichungen erfolgen ohne Berücksichtigung eines möglichen Patentschutzes. Alle Angaben ohne Gewähr. Alle Veröffentlichungen sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages ist eine Verwertung strafbar. Vielfältigkeit, Kopien in Print oder digitaler Form bedürfen der Zustimmung des Verlages.