

Vegane Fitmacher

Fit statt schlapp, Sättigungsgefühl statt Heißhunger – mit dem Angebot einer vollwertigen, veganen Menülinie punktet die Küche des Agora-Betriebsrestaurants der Linde AG in Pullach (nicht nur) bei ihren veganen Gästen.



Neben Gerichten wie Schweinebraten an Jus mit Bayerischkraut, Serbisches Reisfleisch oder Lachssteak mit Sauce Hollandaise mit Blumenkohl und Kartoffeln reiht sich seit März 2014 im Agora-Betriebsrestaurant der Linde AG in Pullach täglich auch ein veganes Menü ein. Auf dem Speiseplan stehen Gerichte wie Kichererbsencurry mit Natur-Basmatireis oder Veganes Hacksteak in leichter Kümmelsauce mit Blattspinat. Zeitgleich zum Angebot hielt auch die „Agora-Fibel“ Einzug in den Betrieb, die Kurt Stümpfig, Head of Catering Services bei Linde, mit Werner Langbauer von Gourmet Vital erarbeitet hat. Die Fibel baut auf einem Verpflegungskonzept zur Gesunderhaltung der Tischgäste auf und vermittelt

das Wissen darüber. Kurt Stümpfig sprach mit der Redaktion über Veganismus, die Gesunderhaltung durch Ernährung und die Umsetzung des neuen Konzepts im Betriebsrestaurant.

Herr Stümpfig, wie kam es dazu, dass Sie vegane Gerichte in Ihr Speisenportfolio aufgenommen haben?

Im Vorfeld hatte ich immer mal wieder Anfragen von Gästen nach veganen Gerichten erhalten. Wir bieten zwar täglich zwei vegetarische Gerichte an, aber diese enthalten in der Regel Milchprodukte wie Käse. Bei genauerem Hinsehen stellte ich irgendwann fest, dass es immer Veganer waren, die mich auf ein veganes Angebot angesprochen hatten – sie fühl-

ten sich im Speisenangebot nicht ausreichend berücksichtigt. Um dies zu ändern, haben wir uns schließlich hinsichtlich der veganen Küche informiert.

Wo und in welcher Form haben Sie schließlich den nötigen Input gefunden?

Vegane Küche spielte damals wie heute keine Rolle in der Berufsausbildung von Köchen. Bei uns hieß es aber, wenn wir vegane Menüs einführen, dann richtig: Dementsprechend mussten wir uns Hilfe suchen und haben diese bei Werner Langbauer von Gourmet Vital gefunden. Nach dem Essen soll sich statt Völlegefühl und Heißhunger ein Wohlgefühl und ein langanhaltendes Sättigungsgefühl einstellen – auf



Fotos: Linde, Kirchner

diesem Ansatz basiert sein Verpflegungskonzept, das auch die Grundlage für unser Angebot war. Wir bieten also täglich ein Gourmet Vital-Menü an, das immer ohne tierische Produkte auskommt. Wichtig dabei ist, Bestandteile wie Tofu auch schmackhaft zuzubereiten; denn, wenn etwas nicht schmeckt, dann hat man damit auch keinen Erfolg.

Aus welchen Bestandteilen setzt sich das vegane Angebot zusammen?

Vegan zu kochen, bedeutet nicht einfach Schinken und Käse in einem Gericht wegzun-

mit veganer Bolognese oder Kichererbseneintopf sind es auch schon mal 300 Essen. Dabei ernähren sich maximal 60 % der Gäste, die täglich ein Gericht der Linie bestellen, dauerhaft vegan. Die übrigen 40 % würde ich als „Flexiganer“ bezeichnen, darunter fallen z. B. Gäste, die laktoseintolerant sind oder auch die große Gruppe von Arabern und Indern, die bei uns arbeiten.

Um das Angebot „rund zu machen“, bieten wir neben einem veganen Mittagsmenü auch eine Auswahl an veganem Frühstück, Kuchen sowie Desserts an.



Zu den veganen Speisen greifen zu 40 % „Flexiganer“, darunter viele arabische, indische und laktoseintolerante Mitarbeiter.

Kurt Stümpfig

Wie stehen Sie selbst zur veganen Ernährungsweise?

Ich selbst habe ein halbes Jahr lang konsequent auf tierische Produkte verzichtet. Obwohl ich gerne Fleisch esse, habe ich es nicht vermisst. Vielmehr habe ich in dieser Zeit selbst bemerkt, wie positiv sich diese Ernährungsweise auf den Körper und das Wohlergehen auswirken kann: Man bleibt

länger gleichmäßig satt und man fühlt sich nach dem Essen nicht so schlapp.

Wollen Sie mit Ihrem Angebot auch diese fitmachende Wirkung fördern?

Ja, es geht uns darum, unseren Gästen aufzuzeigen, dass kleine Ernährungsumstellungen die eigene Gesundheit verbessern und den Lebenswert steigern können. Wir wollen ihnen dabei aber nichts aufzwingen. Jeder soll selbst entscheiden, was er essen möchte und zu welchem Zeitpunkt.

Um dieses Bewusstsein bei unseren Gästen zu stärken, haben Werner Langbauer und ich zudem die „Agora-Fibel“ für unsere Essensteilnehmer entwickelt. Sie enthält Informationen zur gesunden Ernährung und Nährstoffen sowie Rezeptideen.

Wollen Sie das Angebot künftig ausbauen?

Momentan ist es nicht vorgesehen; dafür fehlt uns auch die entsprechende Kapazität. Wir versuchen aber auch deshalb, so flexibel wie möglich zu sein und bieten Tofu z. B. als Komponente zu einem Gericht an. Auf diese Weise können wir es auch den Gästen schmackhaft machen, die wegen der Zutat Tofu sonst darauf verzichten würden. Auch im Sinne einer großen Abwechslung im Verlauf der Woche wollen wir so viele Gäste wie möglich damit ansprechen und zeigen so, dass vegane Menüs auch mit Genuss zusammenhängen.

Herzlichen Dank für das Gespräch!

sar

lassen. Unser Anspruch ist es, ein hochwertiges und vollwertiges, veganes Gericht auf den Teller zu bringen. Wir setzen z. B. Hülsenfrüchte oder Tempeh, Tofu und Seitan als Eiweißquellen ein, verwenden nur Vollkorn-Reis oder -Teigwaren oder auch „vergessene“

Getreidesorten wie Emmer, Kamut

und Einkorn. Viele Lebensmittel erhalten wir zudem unmittelbar von Bauern aus der Umgebung, viele davon – von Gemüse bis zu den Fetten – in Bio-Qualität. Bei unseren Zulieferern von Sojaprodukten achten wir darauf, dass sie mit Soja aus Deutschland, Österreich oder weitestgehend Europa arbeiten – und nicht mit Soja aus den USA oder China.

Wie groß ist die Nachfrage nach den Gourmet Vital-Menüs?

Die veganen Menüs wurden von Anfang an von unseren Gästen gut angenommen – Tendenz steigend. Etwa 200 bis 250 Essen der maximal 2.300 täglich ausgegebenen Mahlzeiten sind vegan. Bei Rennern wie Kamut-Spaghetti

