

Erfolg geht durch den Magen

Schüler lernen das Zubereiten gesunder Speisen

Neuburg (DK) Mit leerem Magen studiert's sich schlecht, heißt es. Oder anders ausgedrückt: Was muss man essen, damit man einen „Einser“ im Abitur schreibt? Dieser Frage gingen Schüler der Fachoberschule und Berufsoberschule in Kooperation mit der Paul-Winter-Schule in dem Projekt „Erfolg geht durch den Magen“ auf den Grund.

Was macht eine gesunde, ausgewogene Ernährung aus? Welche Lebensmittel enthalten besonders viele Vitalstoffe, um nicht nur körperliche, sondern auch geistige Höchstleistungen zu erbringen? Das war einer der Schwerpunkte dieses Projekts, das von der lokalen Agenda 21 der Stadt Neuburg ins Leben gerufen wurde und bereits zum fünften Mal stattfand. Ein weiterer Schwerpunkt bildete die Aufklärung über Ernährungsirrtümer und Zuckerfallen, die einem tagtäglich begegnen. Diese machen nicht nur dick, sondern auch geistig träge.

An zwei Nachmittagen vermittelte die Ernährungsberaterin Rosemarie Hausladen den



Die Schüler hatten eine Gaudi beim Kochen – und lernten etwas.

Foto: FOS/BOS

Schülern die theoretischen Kenntnisse zu all den Fragen. Der Höhepunkt bildete zum Schluss das gemeinsame Kochen in der Schulküche der Paul-Winter-Schule. Unter fachgerechter Anleitung Rosemarie Hausladens und der Hauswirtschaftsmeisterin Petra Schlamp wurde das theoretische Wissen in schnelle, einfache und vor allem schmackhafte Gerichte umgewandelt.

Mit vollem Elan machten sich die 27 Schüler der FOS/BOS und der Paul-Winter-Schule daran, Paprikaschnitzel, scharfe Spaghetti, Paprikasch, Kaffee-creme, Zaubergries und einiges mehr zuzubereiten. Ehe man sich versah, waren die Gerichte gekocht, aber noch schneller waren sie danach verzehrt. Die Schüler waren begeistert, wie schnell und einfach das Zubereiten von Speisen in Zeiten von Fertigprodukten sowie Thermomix geht. „Erstaunlich ist, dass sich auch immer mehr Jungs sich für dieses Thema interessieren und an dem Projekt mit Begeisterung teilnehmen“, so die Veranstalter.