



Thorsten Richter von der Catering-Firma Sternzeit | Gerichte zu. In der kommenden Woche darf die Klasse
 bereiteit zusammen mit den Osningschülern gesunde | 4c dann beim Firmenchef kochen. Foto: Ritzau

Knusper-Krümel-Äpfel als Dessert

Osningschüler lernen Kochen mit Sternzeit Catering

Sieker (cr). Ein Drei-Gänge-Menü steht bei der Klasse 4c der Osningschule sicher nicht alle Tage auf dem Mittagstisch. Unter dem Motto »Gesunde Ernährung« stellte sich am Mittwoch der Küchenmeister der Bielefelder Firma Sternzeit Catering, Thorsten Richter, gemeinsam mit den Kindern in der Schulküche an den Herd.

Die Kochaktion war ein Teil des Projektes »Mein Körper«, an dem die 4c gemeinsam mit Klassenlehrerin und Konrektorin Jutta Richter gerade arbeitet. Um so fit wie möglich zu bleiben, ist ausreichende Bewegung und gesunde Ernährung unerlässlich, das haben die Schülerinnen und Schüler gelernt. Zwar treiben die meisten von ihnen genug Sport, wie sie durch regelmäßige Einträge in ein Fit-

nesstagebuch festgestellt haben, sie könnten sich jedoch noch optimaler ernähren.

Die Tatsache, dass ihre Klassenlehrerin mit einem Koch verheiratet ist, kam den Kindern sehr gelegen. Thorsten Richter ist der Küchenmeister von Sternzeit Catering, das unter anderem Veranstaltungen im Bielefelder Theater, im Ringlokschuppen, im Alarmtheater und in der Kunsthalle beliefert. Er erklärte sich bereit, gemeinsam mit der Klasse 4c und der Hilfe einiger Mütter ein leckeres und gleichzeitig gesundes Menü zuzubereiten.

Die Kinder waren sofort Feuer und Flamme. Nachdem Plastikschürzen und Kochmützen fertig gebastelt waren und sich drei Gruppen für die Zubereitung der

Vor-, Haupt- und Nachspeise gefunden hatten, wurde in der Schulküche geschnippelt, geschält, gekocht und natürlich auch ab und zu abgeschmeckt.

Das Ergebnis war ein kreativ zubereiteter Salat als Entree, gefolgt von einem gesunden Fischgericht und abgerundet durch Knusper-Krümel-Äpfel aus dem Backofen.

In der kommenden Woche darf die Klasse 4c auf Einladung von einem der drei Firmenchefs, Martin Eichler, dann auch in der „echten“ Sternzeit-Küche kochen und dort noch mehr über gesunde Ernährung lernen. Eins wissen die Kinder aber schon jetzt: Eine selbst gekochte Mahlzeit kann durch Fastfood und Tiefkühlkost nicht ersetzt werden.