**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz
**Band:** 65 (1994)
**Heft:** 12

**Rubrik:** Bouquet garni : Fortbildung

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 24.08.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

Fort- und Weiterbildungskurs des Heimverbandes Schweiz zum Thema «Menüplanung»

# «NEIN, MEINE SUPPE ESS' ICH NICHT» – TOMATENRÖSELI UND FONDUE-ABENDE

*Von Eva Johner Bärtschi*

**«Das Kochen im Altersheim ist schwierig, schwieriger als in der Gastronomie. Der Job im Altersheim ist eine Herausforderung, eine Aufgabe. Es sind immer dieselben Leute am Tisch, sie sind immer da, dreimal am Tag Ernstfall – mit Essen könnt ihr dreimal täglich Freude bereiten und Möglichkeiten geben, Frustrationen abzuladen.» Mit diesen Worten fasste Markus Biedermann, eidg. dipl. Küchenchef und Diätkoch, Leiter des Fortbildungskurses «Menüplanung», die Erfahrungen vieler Heimköche zusammen. 24 Personen aus verschiedensten Institutionen hatten sich für diesen Weiterbildungskurs eingefunden: Haushaltleiterinnen und Köche aus dem Alters- und Pflegeheimbereich, aus dem Lighthouse, aus einem Wohnheim für geistigbehinderte Frauen, aus einem Cevi-Lehrlingsheim und aus einem kantonalen Jugendheim . . . So verschieden auch die Herkunft war, es gab doch Gemeinsamkeiten: Erfahrungen in ihrer Arbeit, die allen vertraut waren.**

Das Problem, das den meisten Köchen und Küchenverantwortlichen zu schaffen macht, ist die Unzufriedenheit der Heimbewohner mit den Mahlzeiten, die tägliche «Motzerei» über das Essen. Im Extremfall muss damit gerechnet werden, dass der Tellerinhalt zum Fenster hinausgeworfen wird, wie das im Jugendheim etwa geschieht, aber auch Altersheimköche berichten von ihren Frustrationen, wenn Schüsselinhalte fast unberührt wieder in die Küche zurückgeliefert werden. Beobachtungen und Mutmassungen über Gründe, die zu dieser Unzufriedenheit führen können, werden vorgebracht:

- Abhängigkeit; besonders auch bei Zwangseinweisungen im Jugendheim
- gegenseitige Beeinflussung (in der Ablehnung oder der Zustimmung!)
- Sich-behaupten im Kollektiv
- Langeweile: wer aktiver ist, wer mehr Besuch hat, ist auch zufriedener
- fehlende Information, mangelnde Orientierungsmöglichkeiten
- Wetter
- Erscheinungsbild der Küchenmitarbeiterinnen und -mitarbeiter
- Essen ist etwas Konkretes, es strukturiert den Tag, und es ist eine Angelegenheit, wo sich jeder kompetent fühlt – man hat ja auch eine lebenslängliche Erfahrung. Alle Unzufriedenheit lässt sich übers Essen abladen.

Diesen Druck, dem Heimköche ausgesetzt sind, auszuhalten, Kritik zu relativieren und immer wieder zu versuchen, zurückzustehen, Gründe zu verstehen: das ist eine der Schwierigkeiten ihres Berufes. Andererseits, so Markus Biedermann, hat der Heimkoch gerade mit der Menüplanung auch die Möglichkeit, Kommunikation, Esskultur, Verbundenheit und Partnerschaft im Heim in Gang zu bringen. Voraussetzung dazu ist ein entsprechendes Menschenbild, die Einsicht, dass Perspektiven und Wünsche des Menschen bis ans Lebensende bestehen. Nur mit dem Hintergrund des Menschenbildes Typ B (siehe Kasten) wird ein Küchenverantwortlicher immer wieder die Kreativität und die Ausdauer aufbringen, die es braucht, um Neues, Schöpferisches, Kommunikationsförderndes von seiner Seite her in den Heimalltag einzubringen.

## Was ist Lebensqualität?

Die Aufforderung von Markus Biedermann, die eigenen Erwartungen an ein Heim und im spezifischen an eine Heimküche zu formulieren, macht die Differenz bewusst, die oft zwischen Anspruch und Wirklichkeit herrscht. Auch bei der Frage nach der eigenen Definition von Lebensqualität wird deutlich, dass vieles, was uns wichtig und lebensverschönernd erscheint, für Menschen im Heim nicht mehr realisier- und lebbar ist. Sicherlich gibt es auch Unterschiede in der Definition, doch nach Rudolf Welter gelten die fünf wichtigsten Dimensionen der Lebensqualität auch für Betagte:

- Integration – dazu gehören
- Selbständigkeit – Ziele und Wünsche erfüllen
- Selbstverantwortung – ernst genommen werden
- Sicherheit – sich sicher fühlen, Geborgenheit
- Eigenkreativität – aktiv sein

**Menüplanung: 24 Heimköche und -köchinnen am Kurs im Tagungs- und Studienzentrum Boldern.**
*Fotos Eva Johner*

## Menüplan

**Wunschmenu von: WH3**

| Datum | Snack | Mittagessen | Abendessen |
|---|---|---|---|
| Montag<br>25. Okt. 93<br>Café complet<br><br>**Minimüesli** | Wil selvilen Ihnen eine Gelicht mit feinem Gemüse und Poulet-fleisch, im Wok geschmolt! Plopielen Sie dieses lassige Gelicht!<br>**Trauben** | Salat<br>Kerbelsuppe mit Croûtons<br><br>Hirschpfeffer nach Jägerart<br>Spätzli mit Sesam gebraten<br>Rosenkohl mit Tomatenconcasse<br><br>Wunsch von Frau Bösiger | Milchkaffe<br><br>Kartoffelsuppe<br>**Es isch Chegele-Zyt**<br>eine Portion Vermicelle mit Meringues und Rahm . . .<br>wie in alten Zeiten . . . |
| Dienstag<br>26. Okt. 93<br>Café complet | **Queue de boufe**<br>in Rotwein geschmort im Kartoffelkranz serviert! Sie werden staunen!<br><br>Vermicelle mit Rahm | Randensalat<br>Gemüsesuppe nach Planzerart<br><br>Blut- und Leberwurst mit einer rassigen Zwiebelschweitzli<br>Byron-Kartoffeln<br>Apfelschnitzli mit Zimt<br>Wunsch von Frau Hirschi | Milchkaffee<br><br>Ravioli mit Riccottafüllung an einer Tomatensauce<br>Italienischer Salat |
| Donnerstag<br>18. Nov. 93<br>Café complet | Welsh Rarebits – eine Käseschnitte nach englischer Art mit Cheddar-Käse und Bier!<br><br>Fruchtsalat | Salat<br>Suppe nach Pächterinart<br><br>Pastetli nach Königinart –, mit Kalbfleisch, Kalbsbrät, Pilzen und Milken<br>Erbsli und Rüebli<br><br>Wunsch von vielen Heimbewohnern | Milchkaffee<br><br>Berner Birnenauflauf mit Quark, Eiern und feinen Butterbirnen<br>Vanillesauce |
| Freitag<br>19. Nov. 93<br>Café complet<br><br>Käsli | Tortelloni an einer samtigen Basilikum-sauce mit geriebenem Käse<br><br>Berliner | Salat<br>Haferflockensuppe mit Gemüsewürfeli<br><br>Eier an Tomatensauce<br>Kartoffelstock<br>Romanesco mit gerösteten Mandeln<br><br>Wunsch von Herrn Zumstein | Milchkaffee<br><br>Kürbis-Gratin – ein Rezept nach dem berühmten Künstler Toulouse-Lautrec – mit Kürbis und . . .<br>na, lassen Sie sich überraschen!<br>Salat |

## Menüplanung im Heim

**Kürbis-Gratin Toulouse-Lautrec**

Rezept 1
Anzahl Personen
10 50

| Menge | Einheit | Artikel | Zubereitung |
|---|---|---|---|
| 1,50 | 7,50 kg | Kürbis | Kürbis schälen, entkernen und in Scheiben schneiden. Würzen. |
| 0,50 | 2,50 kg | Zwiebeln | Die Schnitzel in der Bratbutter beidseitig braten. |
| 0,06<br>0,25 | 0,30 kg<br>1,25 kg | Zucker<br>Butter | Zwiebelringe in Butter rösten und mit dem Zucker bestreuen, leicht caramelisieren. |
| 0,10<br>0,70 | 0,50 g<br>3,50 kg | Kümmel<br>Tomatenconcasse | Schweinsbratwurstbrät in Butter andämpfen und die Tomatenconcasse beigeben, kurz mitdämpfen. |
| 0,10 | 0,50 g | Thymian | Würzen mit Kümmel, Thymian, Salz und Pfeffer. |
| 1,00 | 5,00 kg | Bratwurstbrät<br>Salz, Pfeffer, Muskat | Nun die einelnen Zutaten lagenweise, wie bei einer Lasagne, in eine ausgebutterte Gratinform einschichten. |
| 0,20<br>0,20<br>0,20 | 1,00 kg<br>1,00 kg<br>1,00 kg | Greyerzerkäse<br>Paniermehl<br>Butter | Den geriebenen Käse mit dem Panierbrot vermischen und über den Gratin verteilen. Butterflocken darüber geben. Backzeit: 45 Min./bei 180°. |

«Auch wenn alte Menschen», so Markus Biedermann, «nicht mehr dieselben Vorstellungen von Lebensqualität haben wie wir, so haben sie doch Wünsche, Ziele, Perspektiven.» Diese gilt es wahrzunehmen, ernstzunehmen – und das heisst, auch im Umfeld des Betagten Möglichkeiten anzubieten, wo er seine (verbliebenen) Fähigkeiten erkennen, nutzen und entwickeln kann.

### «Kommunikationskiller» Tablettservice

Was heisst das nun konkret für die Heimküche? Welche Möglichkeiten hat der Koch, zur Verbesserung der Lebensqualität der Bewohner beizutragen? Für Markus Biedermann heisst Esskultur auch Begegnungskultur: es gilt also, Möglichkeiten zur Begegnung beim Planen (gemeinsames Erstellen eines Menüplanes mit den Heimbewohnern), beim Kochen (Mithilfe in der Küche, wer will), beim Servieren (zum Beispiel nachbarschaftliche Hilfe bei einem Salat- oder Frühstücksbüffet) und beim Essen zu schaffen. Das würde beispielsweise bedeuten: Speisesaal – und nicht Tablettservice ins

Eine Möglichkeit der Begegnung: Gemeinsames Erstellen eines Menüplanes.

## Das Menschenbild nach R. Welter, CH

| TYP <A> | TYP <B> |
|---|---|
| Der Mensch ist von Natur aus nicht interessiert und zu träge, um sich :<br>1: mit seiner Umweltsituation aus - einanderzusetzen,<br>2: sich an seiner Umweltgestaltung zu beteiligen | Der Mensch ist von Natur aus neugierig und interessiert daran, sich mit seiner Umweltsituation auseinaderzusetzen und dies zu begreifen ( Einen Sinn darin zu erkennen –> Sinnfindung –> Lebenssinn |
| daraus folgt ↓ | daraus folgt ↓ |
| Der Mensch muss geführt werden:<br>Klare Reglementierungen –> Badeplan<br><br>Menuplan, Essenszeiten etc.<br>Es besteht wenig HSR = Handlungsspielraum!<br>Die Experten gestalten alles für die Betroffenen. | Schaffung von Umweltbedingungen, die Partnerschaft (= Partizipation ) ermöglichen.<br><br>Ein HSR entsteht sowohl für Mitarbeiter und Heimbewohner.<br>Entdeckung, Förderung &. oder Erhaltung von Fähigkeiten. |
| führt zu ↓ | führt zu ↓ |
| passivem Verhalten, Anpassung, Unterordnung und Widerstand gegenüber Veränderungen.<br>(Das wenige, was man noch hat, möchte man nicht auch noch aufs Spiel setzen) –><br>Geringe Experimentierfreudigkeit. | aktiver Auseinadersetzung mit den Umweltbedingungen !<br>Entwicklung oder Erhaltung (Förderung) von Handlungskompetenzen und sozialer Kompetenz. |
| führt zu ↓ | führt zu ↓ |
| Abau von Motivation und Fähigkeiten, Umwelt in Frage zu stellen und zu verändern.<br><br>Erlernte Hilflosigkeit.<br><br>Starre Strukturen bleiben | Gefühl des Beeinflussenkönnens und Meisterns.<br>Verantwortungsbewusstsein gegenüber Mitmenschen, Organisation, Ressourcen. |
| BESTÄTIGT TYP «A» | BESTÄTIGT TYP «B» |

Zimmer, dieser grösste «Kommunikationskiller» im Heim. Erstens, so Markus Biedermann, trägt dieses Serviersystem bei zur Vereinzelung, dann bedeutet es ein Wettrennen gegen die Kälte, und drittens fühlen sich alte Menschen von der Menge der Speisen, die ihnen da auf einen Schlag vorgesetzt wird, oft überfordert. Natürlich folgt der Einwand vieler Kursteilnehmer umgehend: Dieses System wurde bei uns vor Jahren so eingeführt, es hat viel gekostet, man kann es nicht einfach abschaffen; von der Pflege, von der Heimleitung her wird ein Wechsel nicht gewünscht . . . Markus Biedermann appelliert an die Kreativität der Köche: es gibt Möglichkeiten, auch auf der Abteilung die Suppe in Schüsseln vorneweg zu servieren, man braucht nicht das Tablett, sondern nur den Teller auf den Tisch zu stellen . . . In Wiedlisbach beispielsweise wird auch einmal monatlich vom Küchenpersonal auf der Etage gekocht: dies ermöglicht Kontakte zwischen Bewohnern und Mitarbeitern. Es erlaubt Bewohnern, mit anderen zu sprechen, ohne «Schwellen» zu übertreten, es bietet den Küchenmitarbeiterinnen und -mitarbeitern aber auch die Möglichkeit, Rückmeldungen direkt «an der Front» einzuholen, zu informieren, zu diskutieren mit den Pensionären. Eine andere Möglichkeit, Begegnungen zu fördern, sind Feste: zusammen essen – zusammen festen! Gemeinsame Feste, seien das Jahreszeitenfeste, die Feste des christlichen Kalenderjahres, regionale Traditionen oder private Geburtstagsfeiern, sind Gelegenheiten, wo kulinarische «Ereignisse» stattfinden können. Dass es an Festtagen plötzlich nicht mehr nötig ist, Pommes Frites oder Fleisch zu pürieren wie im Alltag, dass an Fondue-Abenden plötzlich auch Betagte mit Schonkost mitassen (ohne Folgebeschwerden!) –, solche und ähnliche Beobachtungen haben fast alle anwesenden Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer machen können. Die Wurzel solcher Erfahrungen dürfte aus demselben Grundbedürfnis stammen, das Markus Biedermann mit seiner Geschichte über die Garnituren berührt. Gegen den Widerstand seiner Mitarbeiter hatte er zu Beginn seiner Tätigkeit in Wiedlisbach versucht, die Teller bei der Ausgabe mit «garnitures» zu versehen. Nach verschiedenen Anläufen, kurz vor dem Resignieren, gab er einmal vor dem Mittagessen die Anweisung, halt nur jeden zweiten Teller mit einem «Tomatenröseli» zu verzieren. Nach dem Essen kam eine betagte Frau in die Küche, aufgelöst, und beklagte sich vor versammelter Küchenmannschaft: «Gäll, du hesch mi nid gärn! I ha keis Blüemli gha.» Heute ist die «garniture» keine Frage mehr.

(Fortsetzung folgt) ■