Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim
Herausgeber: Heimverband Schweiz
Band: 68 (1997)
Heft: 4

Rubrik: Bouquet garni : Seite für die Küche

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: 13.01.2026

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

Projektarbeiten von Ljulzim Nuhija, Altersheim Gärbi, Sevelen, Jean Marc Meuwly, derzeit in der Gastronomie tätig, Konrad Reimann, APH Drei Linden, Oberwil BL.

FRÜHSTÜCKSBUFFET, SALATBUFFET, NACHTESSENBUFFET, SOMMERBUFFET...

Mit dem Thema «Buffet» haben sich drei Teilnehmer in der Weiterbildung zum Heimkoch 1996 in ihrer Projektarbeit befasst: Ljulzim Nuhija betitelte seine Arbeit «Daheim im Heim» und führte für seine «Gäste» im Altersheim Gärbi, Sevelen, ein Frühstücksbuffet ein. Jean Marc Meuwly, während der Ausbildung im Blindenaltersheim OBV St. Gallen und jetzt vorübergehend in der Gastronomie tätig, entschied sich dafür, mit einem Frühstückswagen den offiziellen Tagesbeginn anders zu gestalten. Konrad Reimann, im APH Drei Linden, Oberwil BL, widmete sich gleich «Diversen Buffets» und befasste sich mit Frühstückbuffet, Salatbuffet, Nachtessenbuffet, Salatbuffet mit Erweiterung zum Sommerbuffet, was er in Gedanken bereits zu einem warmen Buffet zur Selbstbedienung ausbaute.

Für einmal soll die Zusammenfassung mit einem Schlusswort beginnen. Ljulzim Nuhija äussert sich in seiner Projektarbeit rückblickend zur Weiterbildung mit eindrücklichen Worten:

Im zweiten Halbjahr 1995 informierte mich die Heimleitung über die Möglichkeit einer Ausbildung zum Heimkoch. Ich war von diesem Angebot von anfang an sehr angetan. Liegt es mir doch sehr am Herzen, dass auch ich einen Beitrag zum Wohle der Heimbewohner leisten kann. Es erfüllt mich mit Stolz, dass in mich soviel Vertrauen gesetzt wurde. Danken möchte ich unserer Heimkommission, die durch ihr Ja diese Ausbildung erst möglich machte.

Die Ausbildung hat mich viel selbstsicherer gemacht und im Vertrauen für meine Aufgabe gestärkt. Ich habe gespürt, wo ich selber im Leben stehe. Nur wenn ich mich selbst als Persönlichkeit akzeptiere, kann ich auch den Heimbewohner als Persönlichkeit respektieren und ernst nehmen.

Durch Erlerntes im Kurs wurde ich sensibler, motivierter und lernte, wie man gewünschte Ziele erreichen kann. Vieles hat mich aber auch als Mensch aufgewühlt. Verständnisvolle Gespräche mit der Heimleitung waren in dieser Zeit sehr wichtig für mich.

Mit meiner Projektarbeit habe ich mich intensiv mit einem Thema «Frühstücksbuffet» auseinandergesetzt und Schritt für Schritt das Gelernte vom Kurs umgesetzt. Die erfolgreiche Weiterbildung macht mir Mut, weitere Änderungen zum Wohle der Heimbewohner zu planen.» Nuhija betont in seiner Arbeit ein weiteres mal die Unterstützung durch die Heimleitung: *Die Heimleitung hat mir auch geholfen, die Projektarbeit auf Papier zu bringen, da es für mich (fremdsprachig) schwierig ist, in der deutschen Sprache ein Projekt zu erarbeiten.*

Wie ging Nuhija bei seiner Arbeit vor und was plante er?

Im Altersheim Gärbis sollte künftig ein abwechslungsreiches Frühstücksbuffet bereitstehen, im Speisesaal gut integriert, übersichtlich und gut zugänglich auch für Rollstuhlbenützer. Ein Mitarbeiter steht jeweils für Hilfeleistungen bereit. Das Projekt hatte zum Ziel:

- Die Kreativität des einzelnen zu fördern. Durch die vielfältige Auswahl kann der Heimbewohner jederzeit selber entscheiden, was und wieviel er essen möchte.
- Die Eigenverantwortung wird gefördert.
- Hilfsbereitschaft und Rücksichtnahme machen offener für den Mitbewohner.
- Gelegenheit für mehr Kontakte und Gespräche.
- Physische und psychische Bereicherung durch Erleben von neuer Esskultur.

Bedenken gegenüber dem Vorhaben waren vorhanden, waren doch schon frühere Bemühungen mit einem Frühstücksbuffet gescheitert. So galt es nun, erst einmal das Projekt bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und den Heimbewohnern bekannt zu machen, was einerseits Begeisterung, andererseits Angst und Skepsis bewirkte. Trotzdem: es wurde ein Informations-Apéro angeboten.

Diese Woche war sehr schwierig für mich; obwohl ich sehr motiviert war, überkamen mich plötzlich viele Zweifel und Bedenken. Ich hatte Angst, die Heimbewohner zu überfordern. Vielleicht sind am Schluss alle enttäuscht, am meisten ich selbst...

Doch der Tag X mit Infoapéro und mit dem ersten Frühstücksbuffet kam.

Ich war froh, dass es endlich so weit war. Ich war sehr aufgeregt und brauchte viel Zeit, um das Buffet zu arrangieren mit Tischdecke, Blumen und der ganzen Vielfalt an Nahrungsmitteln. Weil das Buffet viel Raum einnimmt, wurde auch die Tischordnung geändert. Trotzdem war ich eine halbe Stunde zu früh fertig. Eine Heimbewohnerin, die mithilft, musste auch beruhigt werden. Die Heimbewohner waren ebenfalls aufgeregt und drängten sich plötzlich alle miteinander um das Buffet. Wo ist mein Brot? Wo die Butter? Und wo ist jetzt mein Sitzplatz?

Mit meiner Hilfe und mit viel Verständnis für die erste Aufregung der Heimbewohner wurde die schwierige Lage bald ruhiger. Mit Freude erlebte ich auch, wie viele doch sehr flexibel sind. Aber auch Hilfsbereitschaft untereinander wurde spürbar. Eine Heimbewohnerin nahm sofort die Tischnachbarin an der Hand und führte sie zum Buffet. Ich fragte am Platz jedes Heimbewohners nach, ob alles in Ordnung sei. Ein Heimbewohner sass vor seinem leeren Teller und war der Meinung, dass er bezahle und somit das Recht auf Bedienung hätte. Ich erfüllte ihm seinen Wunsch. Somit war auch er zufrieden. Rege Gespräche herrschten. Ich setzte mich auch an einen Tisch und bekam viele Komplimente. Die Heimbewohner standen ganz im Mittelpunkt. Ich konnte nur staunen. Mir blieb selbst kaum die Möglichkeit, mich zu äussern.

Das Frühstücksbuffet wurde schnell zum Alltag

Zur Freude und Überraschung aller Mitarbeiter. Wir sind stolz auf unsere Heimbewohner, wie sie diese Veränderung aufgenommen haben. In einer weiteren Phase fanden persönliche Gespräche mit den Heimbewohnern statt. Einzelge-

spräche oder in Zweier- oder Dreiergruppen, je nach Wunsch im Zimmer oder ausserhalb des Heimes, wurden organisiert. Diverse Anregungen von seiten der Heimbewohner wurden an mich herangetragen. Das Frühstücksbuffet soll auf jeden Fall weitergeführt werden. Weitere Wünsche, betreffs Auswahl von Broten, Käse, weniger Gipfeli und Weggli, wenig Zopf, dafür mehr Vollkornbrote, Müesli usw. wurden geäussert. Gesprochen wurde auch über Lieblingsmenüs, Geburtstagsessen, mehr Salat, mehr Kartoffeln als Teigwaren. Ich erkundigte mich auch, ob Bereitschaft wäre zur Mithilfe im Küchenbereich. Einzelne waren sehr stolz, dass wir ihnen eine solche Leistung zutrauen und zeigten Bereitschaft zur Mithilfe beim Gemüserüsten, Abwaschen, allgemein bei leichten Arbeiten.

Die vielseitigen Wünsche der Heimbewohner wurden begrüsst und nach Möglichkeit berücksichtigt. Es war stark spürbar, dass bei diesen Einzelgesprächen die Heimbewohner mehr Mut hatten sich offen und ehrlich mir gegenüber zu äussern. Solche Gespräche bringen für beide Seiten mehr Gewinn. Einige benutzten die Zeit mit mir nicht nur über Esskultur im Heim zu reden, sondern vertrauten mir gerne persönliche Probleme an. Sie waren dankbar, ein offenes Ohr zu finden.

Ein Frühstückswagen?

Bedeutend weniger Erfolg mit seiner Projektarbeit hatte *Jean Marc Meuwly,* welcher noch vor dem Abschluss der Weiterbildung aus dem Heim ausschied. So blieb sein Projekt in der Planungsphase stecken. Auch er wollte das Frühstück abwechslungsreicher gestalten, um dem Tagesbeginn mehr «Farbe» zu geben.

Doch, wie liess sich das bisherige Frühstück für Sehbehinderte ändern? Meuwly überlegte sich: Für sie kam ein Frühstücksbuffet nicht in Frage, da sie die Auswahl nicht sehen. Sie sind auch nicht in der Lage, sich am Buffet selber zu bedienen und wenn, können sie das Ausgewählte nur mit Mühe an den Platz bringen. Um ein Buffet zu realisieren, müsste jeder oder jeder zweite Sehbehinderte ans Buffet geleitet werden. Dies ist aus Personalgründen praktisch unmöglich. Dazu kam, dass das Personal gleichzeitig mit den Heimbewohnern isst und dabei der Tagesrapport stattfindet. Um diese Schwierigkeiten zu umgehen, plante Jean Marc Meuwly einen Frühstückswagen, beziehungsweise deren zwei, so dass ein Service an verschiedenen Punkten im Speisesaal gleichzeitig möglich sein sollte und jeder Pensionär vom Wagen aus das Gewünschte direkt auf seinen Teller angerichtet erhalten würde. Ein reichliches Angebot wurde geplant, welches den Frühstücksgästen im Speiseaal jeweils durch den Heimleiter mündlich bekanntgegeben werden sollte. Die in der Küche vorbereiteten Frühstückswagen sollten neben dem Nahrungsmittelangebot zusätzlich das benötigte Geschirr enthalten. Für die Pflegeabteilung war eine Lieferung des Tagesangebots direkt auf die Abteilung vorgesehen.

Doch bereits bei der Ankündigung des Projekts regte sich Widerstand. Das Speisesaalteam, Frauen mit einer Anlehre für den Grosshaushalt, betreute seit Jahren denselben Ablauf. Jede Änderung verlangte somit von ihnen eine schwer zu leistende Flexibilität, das Ausscheren aus dem Gewohnten, und bedeutete für sie eine grosse Umstellung. Sie zeigten Angst vor der Neuerung und fühlten sich von vorneherein überfordert. Einzelne Heimbewohner dagegen befürchteten sofort einen Aufschlag des Pensionspreises und versteckten ihre Bedenken hinter der Bemerkung, dass sich die Küche die Mehrarbeit sparen solle. Weitere Skepsis war zu überwinden. Die Heimleitung stand dem Projekt jedoch vorerst positiv gegenüber, und weitere Änderungen im Verpflegungsbereich wurden geplant. Auch wurden neu monatliche Besprechungen mit den Heimbewohnern eingeführt, wo sie Anregungen und Kritik in bezug auf die Küche anbringen konnten. Neu wurde in der Küche auch ein Direktverkauf von Früchten eingerichtet. Doch dann kam es zur Trennung, und das Projekt konnte nicht mehr realisiert werden.

Diverse Buffets

Da im AHP Drei Linden Buffets zum Frühstück sowie am Mittwoch- und Sonntagabend schon seit der Eröffnung des Heims zum Standard gehören, ging Konrad Reimann bei der Planung weiter und führte als nächsten Schritt ein Salatbuffet ein.

Mit den verschiedenen Buffettypen möchte ich die alten und eingefahrenen Angebote im Altersheim erweitern und den Bewohnern die Möglichkeit geben, tagtäglich, und was mir sehr wichtig erscheint, praktisch im letzten Moment zu entscheiden, was sie essen möchten. Ich will, dass sich die Heimbewohner wieder mehr Gedanken über das tägliche Essen machen. Es sollte nicht sein, dass der Bewohner sich wie eine Uhr pünktlich in den Speisesaal setzt und automatisch das von der Küche bestimmte Essen vorgesetzt bekommt. Nein, ich will den Pensionär animieren, seine bevorzugten Speisen auswählen zu können. Weiter soll nebenbei das Gedächtnis der älteren Menschen trainiert werden, wenn sie ihre Wünsche am Buffet bekanntgeben dürfen. Die nötige Hilfestellung der Küchen- oder Serviceangestellten sollte eine Selbstverständlichkeit sein. Und nebenbei sei noch erwähnt, dass auf diese Weise ein Dialog zwischen den Bewohnern und den Küchenangestellten stattfinden kann. Hier kann jeden Tag über das Essen geplaudert werden. Vielleicht erfahren wir dadurch noch einiges über das erfahrungsreiche Leben unserer Gäste.

Eine angeregte Unterhaltung bei Tisch ist ebenso bekömmlich wie angenehm; sie fördert die Verdauung, erwärmt das Herz und erhellt das Gemüt. Sie ist eine doppelte Wohltat, in moralischer und physischer Hinsicht. Die beste Mahlzeit kann, wenn sie schweigend eingenommen wird, weder den Körper noch den Geist zufrieden stellen. Grimond de la Reynière.

Frühstücksbuffet

Und nun zur Angebotspalette des Frühstücksbuffets.

1. Wie das Angebot im Moment im Alters- und Pflegeheim Drei Linden aussieht.

Das bestehende Angebot unseres Frühstücksbuffets beinhaltet täglich oder abwechslungsweise:

Getränke:

Kaffee, Milch, verschiedener Tee auf Wunsch, Ovomaltine, Schokolade, Orangenjus.
Die Getränke werden von der Speisesaaldame serviert.

Brotkorb:

Schwöbli, Weissbrot, Schwarzbrot, Grahambrot, Hirtenbrot, Zwieback, Knäckebrot und am Sonntag zusätzlich Zopf.

Milchprodukte und Käse:

Butter, Halbfettmargarine, Joghurt, Lightjoghurt, Käseplatte mit Frischkäse, Weichkäse und Halbhartkäse.

Konfitüren und Sonstiges:

Konfitürebar zum Selberschöpfen, Light-Konfitüreportionen und am Sonntag zusätzlich Honig.

Früchtekorb:

Mit allen einheimischen Obstsorten und zusätzlich je nach Saison Orangen, Nektarinen, Mandarinen, Bananen usw.

2. Was noch zusätzlich auf dem Frühstücksbuffet angeboten werden könnte:

- Mehr Brotsorten, wie Tessinerbrot, Bürli, Parisette, Maisbrot, Roggenbrot, Früchtebrot usw.
- Cornflakes oder andere Flocken, Haferkleie für die Verdauung, ganze Getreidekörner mit einer Getreidemühle zum Frischmahlen.
- Verschiedene Jus, inklusive Gemüsejus (Achtung auf die CCPs bei frisch gepressten Gemüsesäften).
- Verschiedene Quarks mit Schnittlauch, Knoblauch, Kefir, Sauermilch, Molkengetränke.
- Birchermüesli, verschiedene getrocknete Früchte, wie Feigen usw., für die Verdauung.
- Schinken und Aufschnitt.

Als Abwechslung könnte auch einmal etwas Englisches oder Amerikanisches mit gebratenem Speck, Würstli, Spiegeleiern (Achtung beidseitig gebraten wegen Salmonellengefahr), Toast, gesalzene Butter, Bitterorangenmarmelade, Grapefruit und sonstige Früchte oder sogar Kuchen und süsses Gebäck angeboten werden.

Salatbuffet

Unser tägliches Salatbuffet umfasst mindestens acht verschiedene Salate, drei Garnituren, wie Schnittlauch usw., drei verschiedene Salatsaucen, einen Brotkorb und drei verschieden grosse Teller oder Schalen zum Schöpfen. So hat der Gast die Möglichkeit, seine Lieblingssalate selber auszusuchen und die Portionengrösse selbst zu bestimmen. Das Buffet wird jeweils von einem Küchenmitarbeiter betreut. Dadurch kommen Informationen und Wünsche auf direktem Weg zu mir.

Zuerst möchte ich unsere «Renner» aufzählen und danach eine Liste mit weiteren Salaten aufzeichnen.

Sehr beliebt sind bei uns:

Kopfsalat, Randensalat, Karottensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Tomatensalat.

Weitere denkbare Möglichkeiten sind:

Artischockensalat, Fenchelsalat, Reissalat mit Curry und Früchten, Lauchsalat, Radieschensalat, Sojasprossensalat, Russischer Salat, Spargelsalat, Chicorino rosso, Ratatouillesalat, Kabissalat mit Speck, Linsensalat, Teigwarensalat, Geflügelsalat, Ochsenmaulsalat, Thonsalat, Fischsalat, Krustentiersalat, Blumenkohlsalat, Kartoffelsalat, Bohnensalat, Maissalat, Rettichsalat, Nüsslisalat, Brüsselersalat, Broccolisalat, Spinatsalat, Salat mit weissen Bohnen, Zucchettisalat, Kichererbsensalat, Griechischer Salat mit Feta, Wurstsalat, Käsesalat, Hörnli-Schinken-Salat, Tofusalat, Heringsalat, Salat mit Crevetten, Matjessalat mit Gurken und Äpfeln, Avocadosalat (Achtung auf die Oxidation), Peperonisalat (roh, schwer verdaulich), Sauerkrautsalat (Achtung blähend), Rohkostsalat mit Äpfeln, Karotten und Sultaninen, Rohkostsalat mit Rotkabis, Äpfeln und Trauben, gebratene Auberginen mit Tomatencoulis.

Salatsaucen:

Frenchsauce, Thousand Islanddressing, Currysalatsauce, Hagebuttendressing, Joghurtsauce, Sauerrahmsauce, Italienische Sauce, Roquefortsauce, Apfelsalatsauce, Mangodressing, Quarksalatsauce.

Garnituren:

Geschnittener Schnittlauch, gehackter Peterli, gehackte Zwiebeln, gehackte Eier, Puletjulienne, Kürbiskerne, gebrochene Baumnüsse, Käsewürfeli, Brotcroutons, verschiedene Oliven, Schinkenjulienne, gebratene Speckwürfeli, Sonnenblumenkerne.
Salz, Pfeffermühle, Essig und Öl nicht vergessen!

Mittwoch und Sonntag Nachtessenbuffet

Das Angebot dieses Buffets besteht heute aus:

- 4 bis 6 Salaten und deren Saucen
- 4 bis 6 verschiedenen Fleischplatten mit Garnitur
- dem kompletten Frühstücksbuffet
- Birchermüesli, je nach Saison Melonen, süssen Komponenten, wie Gugelhopf, Russenzopf, Birnbrot, Nußschnecken usw.
- sowie allen möglichen Getränken wie beim Frühstücksbuffet

Weitere Vorschläge fürs Buffet:

Russische Eier, Pasteten, geräucherter Lachs (teuer), kaltes Roastbeef, geräucherte Entenbrust, Crevettencocktail, Tomatensalat mit Mozzarella, Matjeshering, Terrinen, Galantinen, geräucherte Forellen, Mostbröckli, Windbeutel mit Galakäse, gefüllte Eier, Schinkencornet mit Sellerie, Fischmayonnaise.

Erweiterung des Salatbuffets zu einem Sommerbuffet

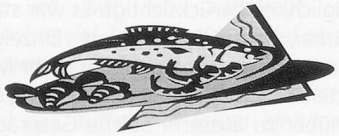
Wie vorgängig erklärt, ist es unser Bestreben, auf den Sommer 1997 ein erweitertes Salatbuffet zu einem eigentlichen Sommerbuffet auszuweiten. Das Vorgehen habe ich ebenfalls schon beschrieben. Meine Vorstellungen des Angebots sind neben den Salaten, kalte Platten mit zum Beispiel:
Vitello tonnato, kalte Pouletschenkel, Sulzpastetli, Geflügelsalat mit Ananas, Müschelisalat mit Crevetten, Siedfleisch vinaigrette, Fleischpastetli, Pouletsalat mit Grapefruit, Riesencrevetten mit Limonen, Trutenbrust mit Curry.

Diverse kalte Suppen, wie:

Gazpacho, kalte Tomatensuppe, Erdbeerkaltschale, Vichysoisse, Melonensuppe.

Dazu verschiedene Saucen in Saucieren, wie:

Cocktailsauce, Currymayonnaise, Tartarsauce, Knoblauchsauce, Bourgignonnesauce.



Gedanken zur Erweiterung des Sommerbuffets zu einem warmen Buffet zur Selbstbedienung

Und nun zum letzten Buffet, das zwar in weiter Ferne und überhaupt noch nicht strukturiert ist. Doch will ich meinen Kollegen und Kolleginnen folgende Gedanken auf den Weg geben:
Neben dem bestehenden Sommerbuffet könnte das Ganze mit einem Element warmer Gerichte erweitert werden. Die Gerichte werden vorwiegend Snacks oder kleine Saucengerichte sein.

Folgende warme Speisen kann ich mir vorstellen:

Hackfleischkugeln, Schinkengipfel, Gemüsewähen, Fritto misto, Quorngeschnetzeltes, Fischburger, Chili con carne, Schinken im Brotteig, Paella Valenciana, Bahmi Goreng, Satee Spiessli, Käsewähen, Gemüsestrudel, gefüllte Tomaten, Gemüsegratin, Chicken Nuggets, gebratene Pouletschenkel, Ofenfleischkäse, kleine Hamburger, Nasi Goreng, Sweet and sour Porc.

Ich hoffe, mit diesem Buffetstil eine weitere Alternative zum bestehenden Mittagessen zu bieten. In diesem Buffet könnte ich auch eine Auswahl gewagterer Speisen anbieten. Weiter glaube ich dadurch, die Vorlieben für gewisse Speisen besser herauszufinden. Der Erfolg des Salatbuffets gibt mir grosse Hoffnung und Ansporn, weitere Schritte zu unternehmen. ■