

ESSEN AUS DREI BLICKWINKELN

„T hoch 3“-Show in der Laga-Freiluft-Küche propagierte Nachhaltigkeit und Regionalität

OSNABRÜCK, 8. SEPTEMBER 2018

Von [Carolin Hlawatsch](#)

0



Kreative Küche mit ausschließlich regionalen Lebensmitteln präsentierten (von links) Thomas Ellrott, Leiter des Instituts für Ernährungspsychologie Universität Göttingen, Thomas Vilgis, AG-Leiter des Max-Planck-Instituts für Polymerforschung Universität Mainz, Sternekoch Thomas Bühner und Thomas Koch, Leiter der Kulturredaktion des SWR Hörfunks. Foto: Carolin Hlawatsch

Bad Iburg. Kochen, Esskultur und Wissenschaft verbanden sich am Freitag in der Outdoor-Küche im Rosengarten der Landesgartenschau Bad Iburg. In einer Show deren Titel „T hoch 3“ sich auf die drei identischen Vornamen der Protagonisten bezieht, lag der Fokus auf Wertschätzung von Lebensmitteln und bewusstem Umgang mit natürlichen Ressourcen.

Inmitten der Blüten- und Kräuterpracht des Laga-Gartens lud der Osnabrücker Sternekoch Thomas Bühner zusammen mit dem Leiter des Instituts für Ernährungspsychologie an der Universität Göttingen, Thomas Ellrott und dem Arbeitsgruppenleiter des Max-Planck-Instituts für Polymerforschung an der Universität Mainz, Thomas Vilgis, zum Genuss regionaler Produkte. Moderiert wurde die Show von dem gebürtigen Osnabrücker Thomas Koch, Leiter der Kulturredaktion des SWR Hörfunks. Dieser stieß gleich zu Beginn den Nachhaltigkeitsgedanken an indem er auf aktuelle Zahlen des World Wildlife Funds (WWF) hinwies: „Ein Drittel der deutschen Lebensmittel landen auf dem Müll. Das entspricht Ackerflächen von der Größe des Saarlandes“.

Während Bühner in der am Freitag verregneten Freiluft-Küche verschiedene Leckereien zubereitete, informierte Mediziner Ellrott über deren gesundheitsfördernde Aspekte und Vilgis betrachtete die Inhaltsstoffe aus Sicht des Physikers. So erfuhren die Zuschauer, dass Rote Beete eine passende Zutat für eine schmackhafte Gazpacho sein kann, ihre bezeichnende Farbe durch Carotinoide und auch blaue Farbstoffe wie in der Aubergine entsteht und sie durch eine hohe Elektronendichte perfekter Radikalfänger ist.

„Blüten sind nicht zum Zahlen da – Bienen wissen das“ lautet das Motto von „T hoch 3“ auf der Laga und so wurde Bühners Gazpacho-Gemüsesuppe verziert mit bunten Blüten zu einem Gaumen- und Augenschmauß. Das Publikum durfte sie kosten, genau wie den in Honig marinierten Braten oder die mit heimischen Kräutern verfeinerten Bratkartoffeln aus dem Osnabrücker Land. „Essen ist so etwas wie ein gemeinsames Lagerfeuer, es bringt Menschen zusammen“, sagte Ernährungspsychologe Ellrott. Dieser wichtige soziale Aspekt würde heute leider zwischen der Thematisierung von Ernährungstrends und Verbraucherverhalten vernachlässigt.



Das Publikum der „T hoch 3“-Show trotz dem Regen, dafür durfte es probieren. Moderator Thomas Koch (links) reichte die regionalen Leckereien durch die Sitzreihen vor der Laga-Freiluft-Küche. Foto: Carolin Hlawatsch

Die fachlich-inhaltliche Unterstützung für das zu nachhaltigem Handeln motivierende Format „T hoch 3“ liefert der Verein „CookUOS e.V.“. Er wurde 2015 von ehemaligen Projektakteuren aus dem Institut für Gesundheitsforschung und Bildung (IGB) der Universität Osnabrück gegründet und wird von national und international renommierten Wissenschaftlern begleitet. Ziel von „CookUOS e.V.“ ist die innovative Förderung von Wissenschaftskommunikation und der Transfer von Ernährungsbildung und Nachhaltigkeit in der Gesellschaft. Dafür wurde der Verein am Donnerstag mit dem „Volker-Pudel-Preis“ der Heinz Lohmann Stiftung ausgezeichnet. Unter Applaus des Publikums überreichte Stiftungsvorsitzender Reinhard Grandke den mit 10.000 Euro dotierten Preis an den Vorstandsvorsitzenden von CookUOS e.V. Uwe Neumann.