



# Gesund durch Ernährung und personalisierte Gastronomie

## Hauswirtschaftliches Bildungszentrum Esche

Die Lehrbetriebe für Hotelberufe der Kulturgemeinschaft Arbor leisten einen Beitrag an das für unser Land wichtige Anliegen, über gut ausgebildete Berufsleute im Gastgewerbe zu verfügen. Dabei ist uns auch die Weiterbildung unserer Berufs- und Praxisausbilderinnen wichtig.

In diesem Sinne fand im September 2019 im Hauswirtschaftlichen Bildungszentrum Esche der Kurs «Gesund durch Ernährung und personalisierte Gastronomie» unter der Leitung von Concepción Manrique, Pharmazeutin und Ernährungsexpertin, und Alexandra Luque, Diät- und Chefköchin einer Madrider Klinik, statt. Rund 20 Personen des Gastronomie-Personals der Betriebe der Kulturgemeinschaft Arbor nahmen daran teil.

Den Auftakt bot eine PowerPoint-Präsentation, die uns eine gesunde Ernährungsweise mittels guter Planung näher brachte. Wir erhielten wertvolle Tipps:

- Das Ersetzen gewisser Nahrungsmittel bei Unverträglichkeiten.
- Das Erreichen einer gesunden Ernährungsweise durch gute Planung.
- Eine rationelle Arbeitsweise durch das Vorbereiten gewisser Menu-Komponenten, die gleichzeitig für mehrere Menus gebraucht werden können.

Im zweiten Teil des Nachmittags probierten wir unter der Führung der Kursleiterinnen einige Rezepte aus und degustierten sie. Auch Regula Geissmann, gelernte Köchin und Diätköchin, die diese Weiterbil-

dung initiierte, gab ihre Erfahrungen den anderen Teilnehmerinnen weiter. Im Anschluss fand eine interessante Gesprächsrunde mit anregendem Austausch statt.

Dieser Kurs fand im Rahmen eines durch „Movetia“ finanzierten europäischen Austauschprojektes statt.

### Lehrbetriebe für Hotelberufe

[www.berufslehre-arbor.ch](http://www.berufslehre-arbor.ch)

- Esche, Allenmoosstrasse 80  
8057 Zürich, T 044 312 01 36
- Neuhaus, Ackermannstrasse 27  
8044 Zürich, T 044 252 09 07
- Sonnegg, Scheuchzerstrasse 27  
8006 Zürich, T 044 362 43 51