



GEMEINSAM GSUND GENIESSEN

Küchengespräch Frischküche

Nachlese zur Veranstaltung vom 30.06.2025, Online, 13:30-15:00

Referent: **Daniel Köberl**

Moderation: Mag.^a Martina Karla Steiner, Ernährungswissenschaftlerin, Gesundheitsfonds Steiermark

Nachlese erstellt von Mag.^a Martina Karla Steiner

GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN ist eine Initiative der Fach- und Koordinationsstelle Ernährung des Gesundheitsfonds Steiermark



Nachlese

GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN

Küchengespräch

Hintergrund:

Die von GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN herausgegebenen steirischen [Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung](#) sehen auch Anforderungen für Convenience-Produkte vor.

Die Küchengespräche sollen die Umsetzung der Mindeststandards erleichtern.

Wer steckt hinter GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN und warum gibt es die Küchengespräche?

- ◆ GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN ist eine Initiative der Fach- und Koordinationsstelle Ernährung, angesiedelt beim Gesundheitsfonds Steiermark
- ◆ Die Initiative wendet sich seit 2011 an Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen und gibt die [steirischen Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung](#) heraus.
- ◆ Für die Gemeinschaftsverpflegung gibt es zahlreiche Unterstützungsmöglichkeiten, wie z. B. Förderungen, Musterspeisepläne und jetzt **NEU die Küchengespräche**.
- ◆ Die Aktivitäten gehen aber auch über die Gemeinschaftsverpflegung hinaus. Weitere Unterstützungsmaßnahmen für ein besseres Ernährungsverhalten werden angeboten. Beispielsweise kostenlose Ernährungsberatungen und Gemüse-Kochpartys.

Zentral für die Initiative ist die Website mit umfangreichen kostenlosen Informationen

- www.gemeinsam-geniessen.at bzw.
- www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/



Nachlese Küchengespräch: Frischküche- Kernbotschaften

1. Frischküche ist nicht teurer

- ✦ Daniel Köberl hat seine Küche umgestellt – Frischküche muss nicht mehr kosten

2. Frischküche ist nicht aufwändig, erfordert jedoch eine gute Planung und das Engagement von Einrichtungsleitung und Personal.

- ✦ Mit der richtigen Planung und Personalführung ist Vieles möglich! Laut Daniel ist eine Frischküche so auch gut für bis zu 300 Personen realisierbar

3. Mit der Frischküche lässt sich die Qualität gut steuern

- ✦ Seit der Umstellung auf die Frischküche sind die Beschwerden bezüglich Unverträglichkeiten im Haus verschwunden

Weitere Info aus dem
Küchengespräch bzw.
aus der Diskussion →

Nachlese Küchengespräch: Frischküche

Daniel Köberl

- ◆ kocht für ca 50 Personen im Privatkrankenhaus (Personal und Patient*innen) → 365 Tage im Jahr, Vollverpflegung
- ◆ in der Küche gibt es 7 VZÄ (Küche ist von 05 Uhr bis 19 Uhr besetzt; 3-4 Personen täglich)
- ◆ es gibt Mittags immer
 - ◆ 2 Suppen (eine davon immer Hühnersuppentopf)
 - ◆ 2 Salate
 - ◆ 2 Hauptspeisen
 - ◆ 2 Desserts
 - ◆ außerdem eine große Salatplatte mit täglich wechselnden „Zugaben“
 - ◆ in einem 5 Wochen-Rad (jeweils für Frühling/Sommer/Herbst/Winter)
- ◆ hat das Konzept für die Frischküche in seine jetzige Küche ausgerollt. (Die Einrichtungsleitung hat sich eine Frischküche gewünscht und steht voll hinter dem Konzept)

Nachlese Küchengespräch: Frischküche

Was ist eine Frischküche bzw. Convenience?

Was wird an Convenience gerne in der GV eingesetzt:

- ♦ Fertigsaucen/Fertigdressings, Erdäpfelpüree-Pulver, Suppeneinlagen, Geschälte Karotten/Gemüsemix, ...

Das alles setzt Daniel NICHT ein. Bei ihm gibt es höchstens

- ♦ Croquetten, Gnocchetti
- ♦ Bohnen/Kichererbsen werden selbst gekocht und Naan wird selbst hergestellt. Wie auch z. B. vegetarische Brokkoli-Käse-Laibchen.
- ♦ Strudelteig wird einen Tag vorher bereitet und am nächsten Tag gezogen und auch der Pizzateig wird einen Tag vorher schon zubereitet.
- ♦ Generell ist der Einkauf sehr bewusst gestaltet
 - ♦ Brot direkt vom Bäcker
 - ♦ Tomaten(produkte) direkt vom Produzenten
 - ♦ Gemüse vom Gemüsehändler
 - ♦ Fleisch direkt vom Bauern (Schlögel), Wurt & Schinken aus bäuerlicher Fleischerei
 - ♦ Fisch von der Firma Eisvogel – nur Filets, alles frisch (keine Calamari oder Muschel; Wolfsbarsch, Saibling)

Für die Praxis:

- ♦ Eventuell leidet der Regional-Anteil durch die Frischküche, wenn auch im Winter frischer Brokkoli verkocht wird.

Nachlese Küchengespräch: Frischküche

Wie erfolgte die Umstellung (innerhalb von 2 Monaten)

- ◆ **Umstellung des Personals.** Daniel hat seine Küchenmannschaft neu strukturiert und geschult. Statt vier Tage à 12 Stunden gibt es jetzt fünf Tage à 9 Stunden. Dafür gibt es eine Urlaubsplanung: Jeder kann seine fünf Wochen Urlaub nehmen. Die vorhandenen Kompetenzen wurden genutzt: Eine Person hat beispielsweise „nur“ abgewaschen, kann aber auch perfekt für Vorbereitungsarbeiten eingesetzt werden. Das Personal steht hinter dem Thema Frischküche (durch Schulungen) und hat einen guten Teamspirit (das Personal organisiert teilweise selbst die Krankenstandvertretung).
- ◆ Derzeitiger Ablauf:
 - ◆ Frühdienst (u.a. für die Vorbereitung)
 - ◆ Nachmittag-/Abenddienste
 - ◆ Abwäscher*in/Küchenhilfe: auch Zwischendienste (Karotten werden z. B. am Vortag gewaschen und am nächsten Tag geschält)
- ◆ Kosten waren kein Thema (von Anfang an war klar, dass es kostenneutral oder günstiger werden wird)
- ◆ Umstellung Einkauf

Für die Praxis:

- ◆ Trauen Sie sich alte Personal-Strukturen anzusprechen bzw. neu zu strukturieren – Fairness im Fokus
- ◆ Suchen Sie die Unterstützung der Einrichtungsleitung.
- ◆ Schulen Sie Ihr Personal und schaffen Sie Bewusstsein.

Nachlese Küchengespräch: Frischküche

Wie muss die Küche aussehen?

Küchengeräte

- ◆ Rational: Kombidämpfer
- ◆ Grillplatte
- ◆ Induktionsherd
- ◆ Salamander
- ◆ Rührkessel-groß und klein
- ◆ Tellerwärmer
- ◆ Geschirrspüler

Küche

- ◆ Ausreichend Platz für separate Bereiche (Gemüseschneideplatz, ...) und Lager- sowie Kühlmöglichkeiten

Für die Praxis

- ◆ Bei der Planung einer Küche muss es nicht immer die teuerste Ausführung sein, aber eine Frischküche braucht Platz

Nachlese Küchengespräch: Was wird bei Daniel gerne gegessen

Weil vegetarisch immer ein Thema ist, wurde gefragt, welche Veggie-Speisen gut funktionieren

- ◆ Gemüsecurry (verschiedene Varianten)
- ◆ Erdäpfelstrudel
 - ◆ 1 x aus geschälten und gepressten Erdäpfeln
 - ◆ 1 x die steirische Variante aus rohen geschabten Erdäpfeln
- ◆ Polentaschnitten
- ◆ Sojagranulat-Bolognese

Für die Praxis

- ◆ Veggie ist billiger und man kann kleine Highlights, wie z. B. Zupf-Karotten, mit auf den Teller packen. Diese kosten zwar mehr, rechnen sich aber über den grundsätzlich günstigeren Wareneinsatz und machen das Gericht zu etwas Besonderem.



Interesse an weiteren Küchengesprächen?

Küchengespräche, Teil des Werkzeug-Koffers von GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN



Hier finden Sie Werkzeuge zur Optimierung Ihrer Verpflegung bzw. zur Umsetzung der steirischen Mindeststandards.

- ↓ für die Helden am Herd (Musterspeisepläne, Rezepte, Einkauf, ...)
- ↓ für die Helden der Ausgabe (Nudging, Atmosphäre, Ideensammlung ...)
- ↓ für die Berater*innen und MEHR (Speiseplanchecks, Budget, Recht, Broschüren, ...)
- ↓ Beratungsmöglichkeiten (Förderung Mittagstisch, Schulbuffetprogramm)

NEU! Speiseplanideen für das Abendessen im Pflegewohnheim

Förderungstopf offen – Holen Sie sich eine Förderung und optimieren Sie Ihre Verpflegung

Infos zu den Küchengesprächen, Förderungen und mehr finden Sie hier:

<https://gesundheitsfonds-steiermark.at/gesundernaehrung/steirische-mindeststandards/werkzeugkoffer/>

[Nachlese zum Küchengespräch Kostenplanung:](#)

Wie schaffe ich es, eine Win-Win-Situation herzustellen?

Referent: Küchenmeister Andreas Purin, B.A. MSc., Ronge & Partner

[Nachlese zum Küchengespräch Bio:](#)

Wie funktioniert eine Bio-Schulküche?

Referentin: Michaela Schneebacher, MA, Bunte Speiserei

Mehr Infos zu den Küchengesprächen von GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN

Tauschen Sie sich mit uns über **wichtige Themen der Gemeinschaftsverpflegung** aus! Dazu organisieren wir Küchengespräche und engagieren Personen aus der Praxis (Held*innen am Herd, Berater*innen, ...), die einen Input zu relevanten Themen liefern.

✦ **Welchen Mehrwert haben die Küchengespräche?**

- ✦ Die Küchengespräche sind ein neues Fortbildungs-/Vernetzungsangebot der Initiative GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN.
- ✦ Sie erhalten kostenlos, unabhängig und kompakt Informationen zu wichtigen Themen der Gemeinschaftsverpflegung (auch zum Förderprogramm zu den steirischen Mindeststandards). Sie haben auch die Möglichkeit, Fragen zu stellen bzw. sich beim offenen Erfahrungsaustausch zu beteiligen.

✦ **Wie können Sie sich den Ablauf der Küchengespräche vorstellen?**

- ✦ Die Küchengespräche finden virtuell (online) statt. Nach der Anmeldung bekommen Sie einen Zugangslink zugeschickt.
- ✦ Sie dauern ca. 1,5 Stunden und bestehen aus einem kurzen fachlichen Input zum Thema, Diskussion bzw. Austausch und Fragen.

✦ **Wer ist zu den Küchengesprächen eingeladen?**

- ✦ ALLE Personen, die mit der Gemeinschaftsverpflegung zu tun haben.

Mehr Info zu den Küchengesprächen:

<https://gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/steirische-mindeststandards/werkzeugkoffer/#fortbildungen>

Für Auskünfte und Rückfragen! Melden Sie sich gerne!



Gesundheitsfonds Steiermark
Fach- und Koordinationsstelle Ernährung
GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN
Mag.^a Martina Karla Steiner
Ernährungswissenschaftlerin
0316/877 5521
0676/8666 5521

E-Mail: martina.steiner@gfstmk.at

Website: www.gemeinsam-geniessen.at

Website: www.gmiasig.at

Website: www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/