

# Esskultur bedeutet Lebensqualität

Neue Esskonzepte sollen die Mahlzeiten für Senioren zu einem Genuss werden lassen  
– Smoothfood im Pflegeheim

Von Hanna Spengler, epd

**W**er im Alter nicht mehr gut schlucken und kauen kann, will nicht jeden Tag nur Brei und Pudding essen. In Kursen lernen Köche, dass es im Altersheim auch anders geht.

In der Großküche des Maria-Martha-Stifts in Lindau herrscht Hochbetrieb. Auf dem Speiseplan des Alten- und Pflegeheims steht heute Hähnchenbrustfilet in Kartoffelkruste, dazu grüner und weißer Spargel. Elf Köchinnen und Köche folgen den Anweisungen des Referenten Herbert Thill. Sie möchten sich berufsbegleitend zum Heimkoch ausbilden lassen und sollen nun erstmals ihr Können im Bereich „Smoothfood“ zeigen: Dabei wird für Menschen mit Kau- und Schluckstörungen das Gericht püriert oder passiert und wieder in Form gebracht. Übersetzen lässt sich der englische Fachbegriff am ehesten

mit „weiches Essen“.

An hübsch gedeckten Tafeln genießen die Bewohner des Stifts den Service: Die angehenden Heimköche servieren das Essen persönlich, helfen den Senioren beim Schneiden, fragen, ob es geschmeckt hat. „Das war auserlesen“, urteilt die 88-jährige Brigitte Rogowsky. „Einfach fein, wie das riecht!“

In der Küche kümmert sich Eva Löffelmeier um die Forellenfilets. „Die gibt es heute zum Salat mit Apfel-Meerrettich-Sauce“, sagt die 40-jährige Heimkochanwärterin. Dazu als Vorspeise: ein Schaumsüppchen aus roten Linsen mit frittiertem Kartoffel-Gemüse-Spieß. Die stellvertretende Küchenleiterin im Sparkassen-Altenheim Augsburg ist begeistert: „Das Aufschäumen werde ich bei uns auf jeden Fall ausprobieren.“

Smoothfood gibt es in gelierter Form, als Schaumkost oder als angedicktes Gericht.

Leichte Schäume sind beispielsweise geeignet für Patienten, die wegen Schlaganfall oder Tumoren im Mund- und Rachenraum keinerlei feste Nahrung aufnehmen können. Softe Gele auf der Basis von passierter oder pürierter Kost eignen sich bei Kau- und Schluckstörungen. Fingerfood ist ideal für Menschen, die aufgrund motorischer Einschränkungen oder einer Demenz nicht mehr mit Besteck umgehen können.

„Esskultur ist Marketing“, sagt Heimkoch und Smoothfood-Experte Thill mit Blick auf die Konkurrenzsituation zwischen den Heimen. Um die Senioren angemessen zu ernähren, seien Kenntnisse im Bereich der Altersforschung und Ernährungslehre unabdingbar. Denn immer weniger Senioren und Angehörige seien bereit, liebloses Essen in Heimen hinzunehmen.

## Mehr als Brei und Püriertes

Thill ermutigt die Köche, mit kleinen Veränderungen zu beginnen: Ein Frühstücksbuffet auf der Station regt die Kommunikation an. „Treten Sie bei der Essensausgabe als Koch in Erscheinung, nehmen Sie Wünsche und Reaktionen der Patienten auf“, rät er.

Um Menschen mit Kau- und Schluckbeschwerden nicht dreimal täglich Brei, Pudding und Püriertes vorsetzen zu müssen, wurde auch im Maria-Martha-Stift nach Alternativen gesucht – und bereits vor knapp zwei Jahren „Kost in Form“ eingeführt. „Jetzt wer-



Appetitlich angerichtet schmeckt das Essen umso besser.



# Esskultur bedeutet Lebensqualität

Neue Esskonzepte sollen die Mahlzeiten für Senioren zu einem Genuss werden lassen  
– Smoothfood im Pflegeheim



In der Großküche des Maria-Martha-Stifts in Lindau lernen Kursteilnehmer, wie man eine hochwertige, bedarfsorientierte und abwechslungsreiche Verpflegung für Senioren in Alten- und Pflegeheimen zubereitet.

FOTOS: HANNA SPENGLER

den die Hühnerschenkel passiert, der Brei kommt mit einem Bindemittel auf natürlicher Basis in eine Hähnchenschenkelform und wird dort wieder in Form gebracht“, erklärt Anke Franke, Leiterin des Stifts. Genauso würden auch Bratwürstchen, Erbsen, Brokkoli, Kotelett und Fisch verarbeitet. Manchmal könne darum sogar eine Magensonde um-

gangen werden. Allerdings sei der zusätzliche Arbeitsaufwand in der Küche nur mit besonders motiviertem Personal zu meistern.

## Essen mit Appetit

Vorteil für die Bewohner: „Sie sehen, was sie essen, und es schmeckt auch so, wie es aussieht“, erklärt Franke. „Bei einigen können wir beobachten,

dass sie mit größerem Appetit essen und länger ihr Gewicht halten.“ Kursteilnehmer Manfred Kaiser aus Mindelheim, Koch im Caritas-Seniorenzentrum St. Georg, bereitet den Nachtisch vor: hausgemachtes Erdbeerparfait mit einem Beeren-Minze-Salat. Der 25-Jährige ist von einer Fünf-Sterne Gastronomie in die Heimküche gewechselt. Neben ihm

steht die Hauswirtschaftsleiterin im Maria-Martha-Stift, Barbara Mrowka-Bandte: „Wenn es bei uns Bohnen gibt, schnippeln die Bewohner vorher auf den Stationen vor. Das macht ihnen Freude“, erzählt sie. Back- und Zwiebeldüfte der Heimküche erinnerten die Senioren an einen belebten Haushalt: „Bei vielen Heimen aber liegt die Küche im Keller.“

Pflege und Küche müssten noch viel enger zusammenarbeiten, meint auch Ina Büttner von der Firma „Innovative Qualifikation in der Altenpflege“ aus Bad Arolsen, die die Weiterbildung konzipiert. „Wir brauchen eine gut ausgebildete Küchenleitung, die auf Augenhöhe mit der Pflegedienstleitung und im Leitungsteam einer Senioreneinrichtung agieren kann.“

„Wenn ein Bewohner nicht isst, kann das viele Ursachen haben: Depressionen, Schluckstörungen, die Tischdekoration missfällt, ein Gebiss fehlt“, weiß Büttner. Die Heimbewohner sollten in die Planung der Mahlzeiten einbezogen werden und auch mal beim Tischdecken helfen, rät sie: „Esskultur bedeutet Wertschätzung und Lebensqualität“.

**Informationen im Internet:**  
<http://smoothfood.de>,  
[www.kostkonform.de](http://www.kostkonform.de)  
Weiterbildungen für Heimküche: <http://u.epd.de/1j6>,  
[www.innovative-qualifikation.de](http://www.innovative-qualifikation.de), Deutsche Gesellschaft für Gerontologie und Geriatrie: [www.dggg-online.de](http://www.dggg-online.de)