



Newsletter 5/2020

Liebe Küchenleiterinnen und Küchenleiter,

die Themen heute im Newsletter:

- Impulsstammtisch online am 19.1.2021 um 17 Uhr**
- Online Profi-Treff „pflanzliche Öle“ am 16.12.2020**
- 9 ausgezeichnete Küchen „Vorarlberg am Teller“**
- Neue Referenzwerte für Vitamin A festgelegt**
- Gute Ansätze für ein nachhaltiges Ernährungssystem**
- Obsternte Österreich 2020, Statistik Austria**
- Gesundheitsbefragung: Einfluss sozialer Faktoren auf die Gesundheit**
- Rosenkohl – vitaminreicher Fitmacher**
- Ausreichend Trinken – auch im Alter**
- Bio in der Klinik Küche?**
- Internetnutzung nach Altersgruppen, Statistik Austria**
- Zertifikatslehrgang Verpflegungsmanager*in/DGE startet im Januar 2021**
- Kohlenhydrate, Fett und Eiweiß – drei Hauptnährstoffe im Überblick**
- Medientipp: KlimaGENUSS-App des Rems-Murr-Kreis**
- Küche und Technik - Handbuch für gewerbliche Küchen (Teil II)**
- Sicherer Fußboden**
- Buchtipps: Appell zum Umdenken**
-

-
- Impulsstammtisch online am 19.1.2021 um 17 Uhr**

Am **Dienstag, den 19.1.2021** werden wir einen ersten Versuch starten, unseren Impulsstammtisch online abzuhalten. Start ist um **17 Uhr** bis ca. 19 Uhr.

Wenn du dabei sein willst, melde dich bitte wie immer über office@lhpv.at bei Deborah Blümel an. Du bekommst dann einen Link zugesandt. Über diesen Link (Zoom) kannst du dann teilnehmen.

Du brauchst dazu nur einen Laptop, Computer oder Smartphone. Nach Aufrufen des Links wirst du gefragt, das Programm herunterzuladen. Das sollte schnell und problemlos gehen. Dann musst du deine Kamera und dein Mikro freigeben und



eventuell noch deinen Namen eingeben - schon kannst du teilnehmen. Du kannst auch ohne Kamera teilnehmen, falls du am Standgerät keine Kamera installiert hast. Bei Fragen melde dich bitte vorab bei mir.

Thema des Impulsstammtischs: **Kalkulationsprogramme für die Großküche**

Es kam die Frage auf, nach einfachen Programmen, die im Alltag helfen, die Planung der zu kochenden Mengen über die eigenen Rezepte zu berechnen. Es gibt hier einfache Excellösungen und natürlich auch umfangreichere Programme. Ich werde drei bis vier Möglichkeiten kurz vorstellen, wir werden die Vor- und Nachteile diskutieren und uns über Erfahrungen austauschen. Sei dabei!

Anmeldungen dazu ab sofort unter office@lhpv.at

□ **Online Profi-Treff „pflanzliche Öle“ am 16.12.2020**

Pflanzliche Speiseöle spielen eine wichtige Rolle bei der Zubereitung der täglichen Mahlzeiten. Sie sind ein wichtiger Geschmacksträger und weisen je nach Sorte und Herstellungsverfahren unterschiedliche Eigenschaften auf. Doch welche heimischen Öle eignen sich für verschiedene Zubereitungsarten in der GV und wie können wir gesundheitlich von ihnen profitieren? Der Online-ProfiTreff bietet grundlegende Informationen und gibt einen Überblick über die Unterschiede und Gemeinsamkeiten verschiedener Pflanzenöle.

Um den digitalen Austausch zu ermöglichen, nutzen wir das Programm „Webex“. Für die Teilnahme am Online-ProfiTreff benötigen Sie nur einen PC/Laptop mit Internetanschluss und Mikrofon/Headset oder Ihr Telefon als Mikrofon/Headset-Ersatz. Es wird empfohlen vor dem Beginn der Veranstaltungen zusätzlich mindestens 15 Minuten für das Einwählen in das Meeting einzuplanen.

Die Veranstaltung findet am 16. Dezember 2020 von 14.00 – 15.30 Uhr online statt.

Hier können Sie sich anmelden: <http://www.aelf-au.bayern.de/ernaehrung/gv/065877/index.php>

Anmeldeschluss: 9. Dezember 2020

□ **9 ausgezeichnete Küchen mit „Vorarlberg am Teller“**

Die Auszeichnung „Vorarlberg am Teller“ fokussiert sich auf eine saisonale, vitalstoffreiche und regionale Frischeküche. „Im heurigen Jahr haben wir von neun Betrieben sogar fünf Betriebe dabei, welche vier Gabeln erreicht haben. Die höchste Auszeichnung garantiert fünf Gabeln. Wir sehen auch für das nächste Jahr weiteren Zuwachs und gehen davon aus, dass bald die fünfte Gabel erreicht wird“, so Landesrat Gantner. Zu den neun Gemeinschaftsverpflegern im Land, welche diese Woche offiziell den Titel „Ausgezeichnete Küche“ seitens des Landes erhalten haben und tragen dürfen, zählen:



- Landesberufsschule Lochau – 4 Gabeln
- Sozialzentrum Rankweil GmbH – 4 Gabeln
- Sozialzentrum Lebensraum Vorderland gemeinnützige Betriebs GmbH, Röthis – 4 Gabeln
- Alters-, Wohn- und Pflegeheim der Kreuzschwestern GmbH, Feldkirch – 4 Gabeln
- Illwerke vkw, Betriebsrestaurant Rodund – 4 Gabeln
- Illwerke vkw, Betriebsrestaurant Bregenz – 3 Gabeln
- Sozialzentrum Frastanz Betriebs GmbH – 3 Gabeln
- 3L Gastronomie GmbH, Landhaus Bregenz – 3 Gabeln
- Krankenhaus der Stadt Dornbirn – 2 Gabeln

Mehr unter: <https://presse.vorarlberg.at/land/dist/vlk-62855.html>

□ **Neue Referenzwerte für Vitamin A festgelegt**

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat die Referenzwerte für die Zufuhr von Vitamin A überarbeitet. Sie liegen für Frauen bei 700 Mikrogramm (µg) und für Männer bei 850 µg Retinolaktivitätsäquivalent (RAE) pro Tag.

Quelle: Bundeszentrum für Ernährung

□ **Gute Ansätze für ein nachhaltiges Ernährungssystem**

Eine beitragsfreie Kita- und Schulverpflegung für alle Kinder und Jugendlichen/Ökolandbau als weltweiter Standard/ein Ende des Verpackungswahns: Solche Visionen für eine bessere Zukunft in fünf Jahren äußerten die sechs Referent*innen beim 4. BZfE-Forum „Essen wird anders - Ernährung und die planetaren Grenzen“. Sie stellten ihre Ansätze für ein nachhaltiges Ernährungssystem vor. Hier schon einmal der Link zum Tagungsstream:

<https://www.youtube.com/watch?v=ioVeW7enS8g>

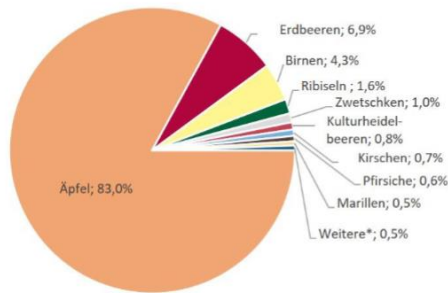
Quelle: Bundeszentrum für Ernährung

□ **Obsternte Österreich 2020, Statistik Austria**

Im Erwerbsobstbau wurde (ohne Holunder und Aronia) mit einer Erntemenge von 192.700 Tonnen eine deutlich unterdurchschnittliche Produktion verzeichnet (-13% zum Zehnjahresmittel). Im Vorjahresvergleich fiel die Ernte um 14% geringer aus, wobei die Ausfälle je nach Produktgruppe unterschiedlich stark waren. Beerenobst schnitt dabei am besten ab.



Grafik 1 Erwerbsobstproduktion 2020 nach Obstarten

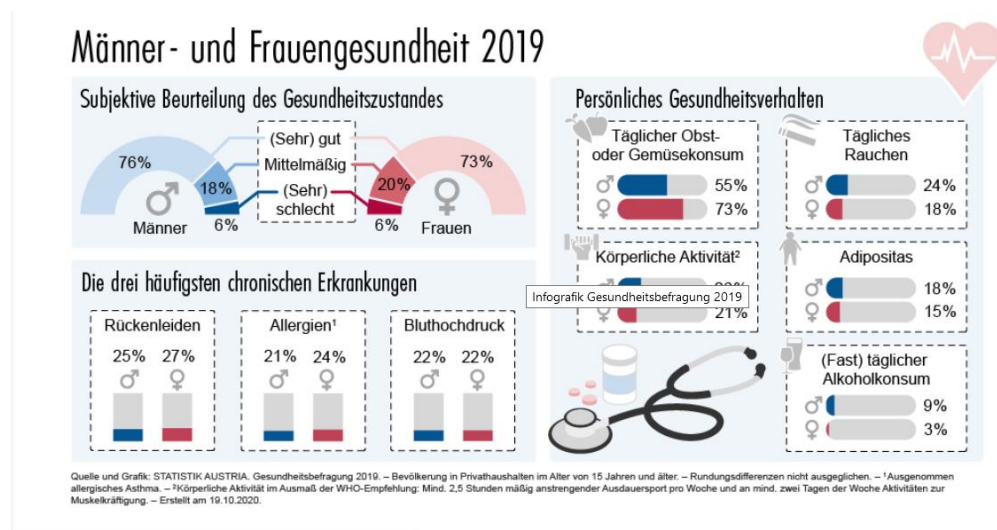


Q: STATISTIK AUSTRIA, Ernterhebung. * umfasst Himbeeren, Walnüsse und Weichseln, deren Anteile jeweils unter 0,5% liegen.

Quelle: Statistik Austria, [Link](#)

□ Gesundheitsbefragung: Einfluss sozialer Faktoren auf die Gesundheit

Wie stark beeinflussen die Lebenslage und der soziale Status den individuellen Gesundheitszustand und das Gesundheitsverhalten? Diese Frage stand im Mittelpunkt einer vom Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz sowie der Bundesgesundheitsagentur beauftragten vertiefenden Analyse der Ergebnisse der Österreichischen Gesundheitsbefragung 2019 von Statistik Austria.



Quelle: http://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/gesundheit/gesundheitszustand/index.html



□ Rosenkohl – vitaminreicher Fitmacher

Wenn es im Herbst grauer und dunkler wird, zaubert Rosenkohl frisches Grün auf Feld und Teller. Die zierlich-zarte Vertreterin unter den Kohlarten versorgt uns im Winter mit einer Extraportion Vitamin C und Mineralstoffen. Mehr dazu: [hier](#)

□ Ausreichend Trinken – auch im Alter

Der Tag ist vorbei und schon wieder zu wenig getrunken? Das passiert öfters, vor allem älteren Menschen. Durst ist ein wichtiges Signal des Körpers. Doch im Alter lässt das Empfinden nach, was unbemerkt zu einem Flüssigkeitsmangel führen kann.

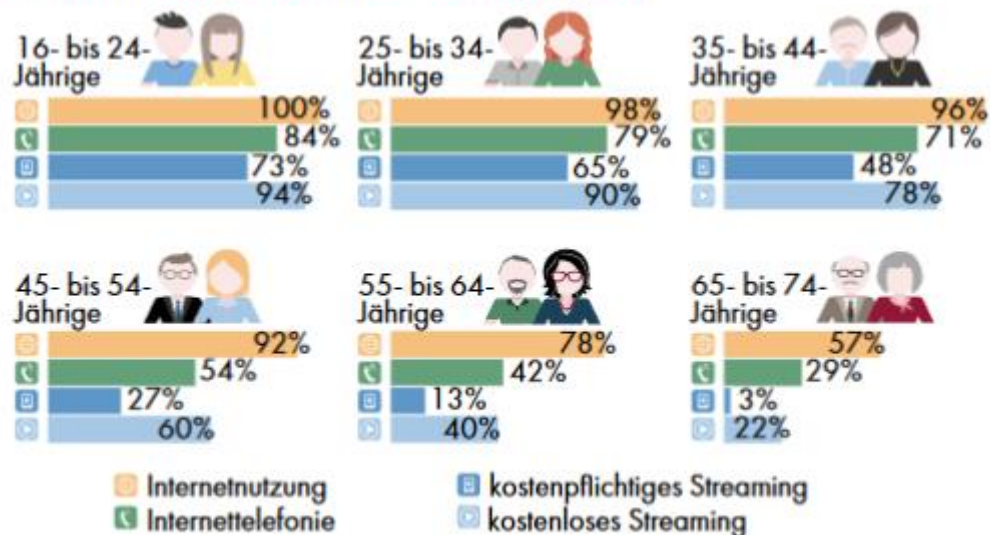
Mehr dazu: [hier](#)

□ Bio in der Klinik Küche?

Klinik-Küchen haben in der Regel nur ein begrenztes Budget für den Einkauf der Lebensmittel. Ist es trotzdem möglich, einen Teil der Produkte auf Bio umzustellen? Drei Leiter von Klinik-Küchen, die vor kurzem ihre erste Bio-Kontrolle bestanden haben, berichten von ihren Erfahrungen. Mehr dazu: [hier](#)

□ Internetnutzung nach Altersgruppen, Statistik Austria

Internetnutzung 2020 nach Altersgruppen



Q: STATISTIK AUSTRIA, Erhebung über den IKT-Einsatz in Haushalten 2020. Befragungszeitpunkt: April bis Juni 2020.

□ Zertifikatslehrgang Verpflegungsmanager*in/DGE startet im Januar 2021

Der im 2-jährlichen Rhythmus angebotene Zertifikatslehrgang Verpflegungsmanager*in/DGE richtet sich an alle Diätassistent*innen, Diätetisch



geschulte Köch*innen und Hauswirtschaftliche Fachkräfte mit Berufserfahrung, die ihre Kompetenzen für eine Führungsposition im Bereich der Außer-Haus-Verpflegung erweitern möchten. Der nächste Lehrgang findet von Januar bis Juli 2021 statt. Er umfasst sieben Module mit den Schwerpunkten Selbstmanagement, Betriebs- und Projektmanagement. Der Lehrgang ist für die Durchführung in Präsenz geplant. Wenn pandemiebedingt nicht anders möglich, können einzelne Module auch als Online-Fortbildung stattfinden.

Mehr dazu unter: [Zertifikatslehrgang](#)

Die Module 1-6 sind auch einzeln buchbar.

Quelle: DGE

□ **Kohlenhydrate, Fett und Eiweiß – drei Hauptnährstoffe im Überblick**

Drei Hauptnährstoffe liefern dem Körper Energie: Kohlenhydrate, Fett und Eiweiß. Doch welche Bedeutung haben diese überhaupt für den Stoffwechsel? In welchen Lebensmitteln sind sie enthalten und wie viel sollten wir davon täglich aufnehmen? Mehr dazu: [hier](#)

Quelle: Landeszentrum für Ernährung, BW

□ **Medientipp: KlimaGENUSS-App des Rems-Murr-Kreis**

Rund 15% des persönlichen CO₂-Fußabdrucks entstehen durch die Ernährung. Die App „KlimaGENUSS“ hilft mit leckeren klimafreundliche Rezepten, praktischen Energiespartipps, einem Saisonkalender sowie vielen weiteren Informationen, diesen zu reduzieren. Einfach im Apple Store und Play Store kostenfrei downloaden. Mehr dazu: [hier](#)

Quelle: Landeszentrum für Ernährung BW

□ **Küche und Technik - Handbuch für gewerbliche Küchen (Teil II)**

Der Fachausschuss Haushaltstechnik in der Deutschen Gesellschaft für Hauswirtschaft (dgh) e. V. hat nach umfangreicher Überarbeitung und Aktualisierung älterer Vorlagen sowie unter Neufassung ganzer Kapitel nunmehr Teil II des Handbuchs Küche und Technik im Online-Journal „Hauswirtschaft und Wissenschaft“ (ISSN 2626-0913) auf <https://haushalt-wissenschaft.de> veröffentlicht. Teil II des Handbuchs befasst sich auf insgesamt 93 Seiten mit den physikalisch-technischen Grundlagen aller küchentechnischen Verfahren und Prozesse. Teil II ist ebenso wie Teil I unentgeltlich als pdf-Datei abrufbar unter <https://haushalt-wissenschaft.de/handbuch-kueche-und-technik/>. Die Veröffentlichung von Teil III des Handbuchs ist für 2021 geplant.

Quelle: Berufsverband Hauswirtschaft

□ **Sicherer Fußboden**

Der Bundesverband der Lebensmittelkontrolleure e.V. (BVLK) hat das Reaktionsharz- Bodensystem einer Firma erneut mit dem Siegel des



Bundesverbands ausgezeichnet. Dieser Bodenbelag (PMMA) ist sehr gut in Bereichen der Lebensmittelverarbeitung, im Spülbereich oder in Wäschereibetrieben geeignet, da er beständig gegen Säuren, Laugen, Fette und Salze ist. Ein PMMA-Boden ist ein Streuboden, der aus (gefärbtem) Sand besteht, gebunden durch ein PMMA-Harz. Die Einbauzeit ist wesentlich kürzer als bei Fliesen- nach einer Stunde sind die Böden belastbar. Die geschlossene fugenlose Oberfläche gewährleistet im Gegensatz zu Fliesen hohe Hygieneanforderungen. Gelobt wurde außerdem die Sicherheit durch rutschfeste Oberflächen sowie Verschleiß- und Abriebfestigkeit. Sollten Beschädigungen des Bodens nach Jahren auftreten, kann durch eine neue Schicht Acylat punktuell ausgebessert werden. Für den Spülbereich kann man einen roten Quarz auswählen, der optisch eine Trennung vom Kochbereich signalisiert.

Quelle: Catering Management 10/2020

□ **Buchtipps: Appell zum Umdenken**

Muss Wirtschaft wirklich immer wachsen? Zukunftsforscherin und Ökonomin Maja Göpel schafft es, in klaren Worten das Dogma des ewigen „Immer mehr, immer größer“ auf den Kopf zu stellen. In ihrem inspirierenden Buch macht sie klar, dass Gesellschaft und Wirtschaft in Richtung Nachhaltigkeit umdenken müssen. Die Mitbegründerin von Scientists of Future ist überzeugt, dass das gelingen kann, wenn alle mehr auf das weltweite Gemeinwohl achten. Die Lektüre liefert bestechende Argumente, warum ein „Weiter so“ keine Option ist. Und sie motiviert die Leser, Teil der nachhaltigen Veränderungen zu werden: Unsere Welt neu denken. Eine Einladung, Maja Göpel, Ullstein, Berlin 2020, 208 S., 17,99 €

Quelle: UGB

Schöne Grüße

Birgit

Der Newsletter kann jederzeit unter office@lhpv.at abbestellt werden.

