



JRE FEC WORKSHOP VEGAN 2.0

TERMIN 06.11.2023 | 11.00 Uhr

ORT ASA Selection | Rudolf-Diesel-Straße | 56203 Höhr-Grenzhausen

THEMA Vegane Küche in der Spitzen-Gastronomie

TEILNEHMER*INNEN

FEC
Dagmar von Cramm
Jutta Schmolke
Sarah Schocke
Dr. Nikolai Wojtko

JRE
Benjamin Maerz – Restaurant „Maerz“, Bietigheim-Bissingen
Maurizio Oster – Restaurant „Zeik“, Hamburg
Daniel Schmidthaler – „Alte Schule Fürstehagen“, Feldberger
Seenlandschaft

Eva Runkel – Pressestelle

SUMMARY

Nach dem erfolgreichen Prolog der Workshop Reihe zum Thema Nachhaltigkeit und Convenience in der WIHOGA Dortmund starteten wir nun zum Thema „Vegane Antworten“ ein neues Level: JRE FEC 2.0

Die Themen werden in einem Tagesprogramm behandelt. Elemente des Workshops sind:

- Vorträge
- Zubereitung von veganen Gerichten mit Verkostung
- Pro- und Contra-Diskussionen
- Frage- und Antwortrunden
- Diskussion in großer Runde

Nach dem offiziellen Programm gibt es ein zwangloses Get-together, damit alle Teilnehmer*innen miteinander sprechen und networken können.



ABLAUF

11:00 Uhr	Begrüßung durch die Gastgeber*innen Anke Camps, Benjamin Maerz und Nikolai Wojtko
11:10 Uhr	Vorstellungsrunde mit Erwartungen der Teilnehmer*innen
11:30 Uhr	Impuls von Nikolai Wojtko: „Offen und undogmatisch – Gastgeber für Omnivoren“
11.50 Uhr	Impuls von Sarah Schocke: „Die Bedeutung von Protein in der pflanzenbasierten Ernährung“
12.10 Uhr	Statements der teilnehmenden Köche: Vegane Küche in der Spitzengastronomie
12.30 Uhr	Zubereitung und Verkostung der Gerichte
14.00 Uhr	Beitrag von Jutta Schmolke: „Die potenziell kritischen Nährstoffe bei Veganer*innen und Vegetarier*innen“
14.15 Uhr	Beitrag von Dagmar von Cramm: „Die Wirkung pflanzlicher Lebensmittel auf das Darmmikrobiom“
14.30 Uhr	Abschlussrunde: Learnings, Feedback und Wünsche
15.00 Uhr	Allgemeiner Austausch und Networking

FEC IMPULS-VORTRAG THEMEN

Nikolai Wojtko:

Offen und undogmatisch – Gastgeber für Omnivoren

Vor 30 Jahren gab es noch Zigarren und Aschenbecher in der Gastronomie. Mittlerweile haben wir erkannt, dass auch Genuss etwas mit Gesundheit zu tun hat. Vegetarische Gerichte und Menüs sind mittlerweile Standard. Vegane noch nicht. Aber es gibt Ansätze, um die Antworten auf vegane Nachfrage nicht der Lebensmittelindustrie zu überlassen.

Sarah Schocke:

Die Bedeutung von Protein in der pflanzenbasierten Ernährung

Vegane und vegetarische Ernährung leidet in der Gemeinschaftsverpflegung noch an reinen Fehl-Feldern: Das Fleisch wird einfach weggelassen. Dabei sind vegane Eiweißquellen leicht zu haben und geschmacklich perfekt einzusetzen.



Jutta Schmolke:

Die potenziell kritischen Nährstoffe bei Veganer*innen und Vegetarier*innen

Es gilt ja bei der Nährstoffversorgung die Maxime „food first“, also die Deckung zunächst über die Nahrung. Der Vortrag soll ein Impuls sein, mit einer bewussten Lebensmittelauswahl unter dem Aspekt „Gesundheit und Genuss“ vor allem Veganer*innen und Vegetarier*innen gastronomische Wertschätzung entgegenzubringen.

Dagmar von Cramm:

Die Wirkung pflanzlicher Lebensmittel auf das Darmmikrobiom

Tatsächlich sind viele pflanzliche Lebensmittel reich an Prebiotika, also Nährstoffen, die den Darmbakterien als Nahrung dienen. Wo sind diese MACs (Microbiota accessible carbohydrates) enthalten? Wie sieht es mit pflanzlichem Eiweiß und Fett aus? Und wie ist die Wirkung von UPS - also hochverarbeiteten, veganen Lebensmitteln? Was bedeutet das für die Gesundheit?

GERICHTE

Wirsing | Kartoffel | Kümmel

Maurizio Oster

Kürbis | Sonnenblumenkerne | Pilz

Daniel Schmidthaler

Rote Bete | Kiefernzapfen | Gries

Daniel Schmidthaler

Quitte | Vanille | Rosmarin

Maurizio Oster