

*enjoy!*



## *Vegi: Megatrend der Schulverpflegung*

Das Wichtigste vom 5. INTERNORGA-Forum Schulcatering

## *Lebensmittelunverträglichkeit hat keine Saison*

Unsere Zusammenarbeit mit der Stiftung aha! Allergiezentrum Schweiz

## *Klimaschutz in Ostafrika*

Eine Zwischenbilanz des von menuandmore unterstützten Wiederaufforstungsprojekts

## *Eldora – Frischer Genuss*

Ein neuer Name steht für höchste Qualität und Innovation

# *Inhalt*

## *Auftakt*

---

- 4 Vegi: Megatrend der Schulverpflegung

## *kids*

---

- 6 Lebensmittelunverträglichkeit hat keine Saison
- 7 Kindern das Aufwachsen in einer liebevollen Familie ermöglichen
- 7 Zürich ISST mit menuandmore

## *kids4future*

---

- 8 Klimaschutz mit spannendem Projekt in Ostafrika
- 9 Tag der Meere

## *In eigener Sache*

---

- 10 ELDORA – Genuss, Gesundheit, Nachhaltigkeit und Innovation

## *Wussten Sie schon*

---

- 12 Fenchel – eine Powerknolle

## Liebe Leserin, lieber Leser



Pünktlich im Mai veröffentlichen wir unseren Frühlings-Newsletter für das Jahr 2015. Nach den ganzen Jubiläumsfeierlichkeiten im letzten Jahr werden wir uns nun wieder den neusten Trends in der Kinderverpflegung widmen und berichten über viel Interessantes.

### **Megatrend in der Schulverpflegung: vegetarisch**

Beim 5. INTERNORGA-Forum Schulcatering Mitte März in Hamburg durften wir mit einigen Kunden und Partnern die neusten Trends in der Schulverpflegung kennenlernen. Dieser Besuch hat uns einmal mehr bestätigt, dass wir mit unserer Ernährungsempfehlung, öfters fleischlos zu essen, absolut up to date sind. Mehr über den Megatrend «Vegetarisch» können Sie auf den Seiten 4 und 5 lesen.

### **Zusammenarbeit mit aha! Allergiezentrum Schweiz**

Lebensmittelallergien und -unverträglichkeiten können nicht oft genug thematisiert werden. Auf Seite 6 stellen wir Ihnen unsere Zusammenarbeit mit der Stiftung aha! Allergiezentrum Schweiz vor. Von einem eigens kreierten allergenfreien Menü bis hin zur Unterstützung des aha!kinderlagers haben wir in den ersten Monaten diesen Jahres gemeinsam bereits einiges unternommen.

### **Zürich ISST einen Monat lang**

Im September dieses Jahres findet ein Themenmonat rund um Ernährung, Gesundheit und Umwelt statt. Initiiert wird diese Aktion durch die Stadt Zürich und die Stiftung Mercator Schweiz. Auch wir werden uns aktiv an diesem tollen Projekt beteiligen. Wie, das lesen Sie auf Seite 7.

### **Kids4Future: heute an morgen denken**

In unserer neuen Rubrik «Kids4Future» auf den Seiten 8 und 9 zeigen wir Ihnen auf, was die Klimaneutralstellung unserer nicht vermeidbaren CO<sub>2</sub>-Emissionen im hochwertigen Wiederaufforstungsprojekt in Ostafrika bis heute bewirkt hat. Des Weiteren erfahren Sie, wie wir die Stiftung Marine Stewardship Council (MSC) am Tag der Meere unterstützen.

### **Vier Monate Eldora AG**

Anfangs Jahr hat die Eldora AG die Tätigkeiten der DSR nach 95 Jahren übernommen. Christian Hürlimann, Direktor Eldora Deutschschweiz, zeigt Ihnen auf den Seiten 10 und 11, welche Strategie diese neu lancierte Marke verfolgt.

Wir wünschen Ihnen einen sonnigen Frühling, eine strahlende Sommerzeit und freuen uns aufs «Wiedersehen» in der Herbstausgabe.

Herzlichst

Ihr Markus Daniel, Geschäftsführer

# Vegi: Megatrend der Schulverpflegung

*Beim 5. INTERNORGA-Forum Schulcatering Mitte März in Hamburg wurden die europaweiten Trends der Schulverpflegung präsentiert.*



*Das Schulessen der Zukunft ist frisch, regional und vor allem gesund! Dabei gewinnt die fleischlose Ernährung immer mehr an Bedeutung – zugunsten von Klimaschutz und ethischen Aspekten.*

menuandmore empfiehlt seit Jahren, sich öfters vegetarisch zu ernähren, und liegt mit dieser Meinung voll im Trend. Das hat sich am 5. INTERNORGA-Forum Schulcatering gezeigt. Bereits heute ernährt sich ungefähr drei Prozent der schweizerischen Bevölkerung vegetarisch. Auch ein immer grösserer Teil von Kindern und Jugendlichen isst aus unterschiedlichen Gründen fleischlos. Mit vegetarischen Gerichten gelingt eine abwechslungsreiche und vollwertige Schulverpflegung, sie werden sogar explizit empfohlen: Die Standards der Schulverpflegung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) fordern beispielsweise ein ovo-lakto-vegetables Gericht im täglichen Angebot sowie das Angebot von bis zu acht Mal Fleisch in 20 Verpflegungstagen. Das heisst ganz konkret: Auch wenn es Fleisch im Angebot der Schulverpflegung gibt, sollten immer vegetarische Alternativen angeboten werden und komplett vegetarische Tage in der Speiseplanung Berücksichtigung finden. Damit wird auch der aktuelle Trend aufgegriffen, sogenannte «Vegi-Tage» in der Kinderverpflegung zu organisieren. Die vegetarischen Gerichte sollten neben Gemüse, Obst und stärkehaltigen Beilagen auch Proteinkomponenten wie Eier, Hülsenfrüchte, Quorn, Tofu oder Milch und Milchprodukte enthalten.

## **Vegetarisch ist mehr als eine Ernährungsweise**

Vegetarismus bezeichnet jedoch nicht nur eine Ernährungsweise, sondern einen Lebensstil, der meist weltanschauliche Hintergründe hat. Hier spielen Aspekte wie Ethik, Religion, Philosophie, Ökologie, Ökonomie oder Gesundheit beim Entscheid, sich vegetarisch zu ernähren, eine bedeutende Rolle. Die Auswahl der Lebensmittel, unabhängig von den individuellen Beweggründen, bestimmt über die Einteilung in die verschiedenen Gruppen von Vegetariern. Wer sich vegetarisch ernährt, verzichtet bewusst auf Fleisch beziehungsweise fleischhaltige Lebensmittel. In den unterschiedlichen Ausprägungen werden zudem Produkte von lebenden Tieren teilweise oder ganz abgelehnt.

## **Rein vegane Kost nicht für Kinder geeignet**

Bei der strengsten vegetarischen Kostform, der sogenannten veganen Ernährung, gelten Protein (Eiweiss), Vitamin B12, Calcium, Eisen und Jod als kritische Nährstoffe. Für alle, die noch wachsen, wie Kinder und Jugendliche, ist diese Kostform gemäss Bundesamt für Gesundheit (BAG) nicht empfehlenswert.

### Man unterscheidet folgende Gruppen von Vegetariern:

- › Bei Ovo-Lakto-Vegetariern stehen Milch und Milchprodukte sowie Eier auf dem Speiseplan.
- › Lakto-Vegetarier verzehren Milch und Milchprodukte, aber keine Eier.
- › Veganer verzichten auf alle Lebensmittel tierischer Herkunft (also auf Eier, Milch und Milchprodukte, aber auch auf Honig) und essen ausschliesslich Pflanzliches. Oft geht damit ein Verzicht auf Leder, Wolle und andere Gebrauchsgegenstände einher, in denen tierische Produkte enthalten sind. Eine besondere Form der Veganer stellen die sogenannten Rohköstler dar. Sie ernähren sich ebenfalls nur von pflanzlichen Produkten, diese aber nur in rohem beziehungsweise nicht erhitztem Zustand.

### Ovo-lakto-vegetarisch: (Fast) alles, was der Körper braucht

Freie Fahrt heisst es aber für die ovo-lakto-vegetarische Kost – das gilt im Prinzip für alle Altersgruppen. Aus ernährungsphysiologischer Sicht ist gegen die fleischlose Kost nichts einzuwenden, wenn sie abwechslungsreich zusammengestellt wird. Auch bei grösseren Kindern und Erwachsenen ist eine ausgewogene pflanzliche Ernährung, die Milch und Milchprodukte sowie Eier beinhaltet, gesund. Allerdings fehlt durch den Verzicht auf Fleisch und Fleischprodukte ein wichtiger Eisenlieferant.

Vegetarische Ernährung im Säuglingsalter bedarf jedoch der Zusammenarbeit mit einem Arzt und einer Ernährungsfachperson.

### Essen ohne Fleisch: Insgesamt vorteilhaft

Fleischloses Essen hat einige Vorteile: Der Anteil an Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Gemüse und Obst überwiegt in der Nahrung. Diese Lebensmittelgruppen liefern viele Nährstoffe und helfen, den Blutzuckerspiegel zu regulieren. Durch den Verzicht auf Fleisch nimmt der Körper weniger gesättigte Fettsäuren, Cholesterin und Purine auf. Untersuchungen an Bevölkerungsgruppen zeigen, dass Vegetarier im Vergleich zu Nicht-Vegetariern seltener von Übergewicht, Bluthochdruck, erhöhten Blutfettwerten, Gallensteinen, Verstopfung und bestimmten Darmerkrankungen betroffen sind. Unterschiedlichste Studien belegen zudem, dass VegetarierInnen keine Mangelerscheinungen haben, der allgemeine Gesundheitszustand überdurchschnittlich gut ist und die ausgewogene vegetarische Ernährung als gesund bezeichnet werden kann.

Und: Vegetarische Menüs sind nicht nur schmackhaft, sondern bilden durch den hohen Gemüse- und Obstanteil attraktive Farbkombinationen auf dem Teller. Denn das Auge isst ja bekanntlich mit.



Mit dabei beim 5. Forum Schulcatering in Hamburg waren: Jeannette Good, ABB Kinderkrippen (Mitte); Tanja Bischof, Ernährungsberaterin (1. R. r.); Prof. Dr. Christine Brombach, ZHAW (2. R., 2. v. l.); Sandra Kunz (2. R., 3. v. l.) und Beatrice Zobrist, Service Allergie Suisse SA (2. R., 3. v. r.); Karin Stalder, aha! Allergiezentrum Schweiz (2. R., 2. v. r.).

### VEGI-TIPPS

#### für Einsteiger und Fortgeschrittene

- › Eier, Hülsenfrüchte, Vollkorngetreideprodukte, einige Gemüse- und Obstarten (z. Bsp. Spinat, Mangold, Fenchel, Erbsen, Schwarzwurzeln und Beerenobst) können zur Eisenzufuhr beitragen.
- › Die Eisenverfügbarkeit aus pflanzlichen Lebensmitteln (z. Bsp. Hirse, Roggen, Blattgemüse, Bohnen, Linsen) kann durch Kombination mit Vitamin-C-haltigen Lebensmitteln wie Orangensaft, roher Peperoni oder einer Zitrusfrucht verbessert werden.
- › Eier, Milch und Milchprodukte liefern Vitamin B1 und Eiweiss; Hülsenfrüchte, Sojaprodukte sowie Nüsse Zink und Eiweiss.
- › Pflanzliche Proteine besitzen meist eine geringere Konzentration unentbehrlicher Aminosäuren als tierische. Kombiniert man verschiedene Eiweisssträger (z. Bsp. Getreide mit Hülsenfrüchten), erhöht das die biologische Wertigkeit des Eiweisses.

# Lebensmittelunverträglichkeit hat keine Saison

*Während im Frühling die Leidenszeit der Pollengeplagten beginnt, sind Kinder mit Lebensmittelallergien oder -unverträglichkeiten ganzjährig mit ihrer Allergie konfrontiert und froh um Unterstützung.*



*Unbeschwerte Ferien trotz Allergien und Unverträglichkeiten im aha!kinderlager.*

Lebensmittelallergien und -unverträglichkeiten betreffen mittlerweile über 20 Prozent der schweizerischen Bevölkerung. Ein Grund, weshalb menuandmore eng mit dem Team vom aha! Allergiezentrum Schweiz zusammenarbeitet.

## **Nationale Allergieschulungen**

Die Anzahl Kinder, welche von einer Lebensmittelallergie oder -intoleranz betroffen sind, steigt stetig. Umso wichtiger ist die Informationsvermittlung, welche mit dieser Thematik einhergeht. menuandmore hat aus diesem Grund mit Karin Stalder vom aha! Allergiezentrum Schweiz Anfang Jahr neben Zürich auch Allergieschulungen in Basel, Zug und Bern durchgeführt. Bis zu 150 interessierte Gäste nahmen an den kostenlosen, morgendlichen Informationsveranstaltungen teil.

## **Klassikkonzert für einen guten Zweck**

Ende Januar unterstützte menuandmore als Finanzsponsorin das Benefizkonzert der Stiftung aha! Allergiezentrum Schweiz im Kultur Casino Bern. Das Berner Medizinerorchester unter Leitung von Matthias Kuhn spielte Werke von Mozart und Dvořák. Der Solist, Diego Chenna,

brillierte auf dem Fagott. Durch das Programm führte die charmante Christa Rigozzi. aha! Allergiezentrum Schweiz initiierte diesen Abend zugunsten des aha!kinderlagers.

## **aha!kinderlager: Ferien trotz Allergien & Co.**

Das aha!kinderlager bietet eine Ferienwoche für Kinder mit Allergien, Asthma, Neurodermitis und Nahrungsmittelintoleranzen. Das Besondere daran: Der bestehende Therapie- und Pflegeplan wird eingehalten und besondere Bedürfnisse werden beim Essen berücksichtigt. Die Kinder können also ganz unbeschwert eine Ferienwoche verbringen wie jedes andere Kind auch. Und ein Lagermotto sorgt für abwechslungsreiche Erlebnisse und Abenteuer.

## **Nationaler Allergietag 2015**

Um auch die breite Bevölkerung für das Thema Allergien und Unverträglichkeiten zu sensibilisieren, fand am 26. März der «Nationale Allergietag 2015» statt. menuandmore unterstützte diesen Tag mit der Kreation eines allergenfreien Menüs, dessen Rezepte auf der aha!-Website zum Download zur Verfügung standen. Weitere Infos erhalten Sie unter: [www.aha.ch](http://www.aha.ch).

## Kindern das Aufwachsen in einer liebevollen Familie ermöglichen

*Auch in den kommenden drei Jahren unterstützt menuandmore mit einer Unternehmenspartnerschaft die Stiftung SOS-Kinderdorf Schweiz in Faridabad, Indien.*



Die im Jubiläumsjahr initiierte Partnerschaft mit der Stiftung SOS-Kinderdorf Schweiz hat menuandmore so begeistert, dass das Engagement um drei Jahre verlängert wurde. Weiterhin wird also das Mütterausbildungszentrum in Faridabad unterstützt, welches zum dortigem SOS-Kinderdorf gehört und im Jahr 1984 eröffnet wurde. Faridabad liegt 30 km südlich der Stadt Delhi. Das Dorf besteht aus fünf Familienhäusern und betreut 50 Kinder zwischen einem Jahr und 18 Jahren. Seit Bestehen haben 168 Kinder das SOS-Kinderdorf verlassen. 117 von ihnen gehen einer

geregelten Arbeit nach, 22 sind verheiratet und haben eine eigene Familie gegründet, 29 werden noch in der SOS-Jugendeinrichtung betreut.

Das SOS-Kinderdorf verfügt über zahlreiche Zusatzeinrichtungen. Neben einem SOS-Kindergarten, der auch von Kindern aus der Nachbarschaft besucht wird, befindet sich auf dem Gelände eine SOS-«Hermann Gmeiner»-Primar- und Sekundarschule. Diese Schule mit einer Kapazität von 1'110 Kindern steht sowohl den SOS-Kinderdorf-Bewohnern als auch den Kindern aus der Umgebung offen. Die Schule in Faridabad geniesst einen ausgezeichneten Ruf. 2013 haben 98 Prozent der Jugendlichen die 12. Klasse abgeschlossen, viele davon mit Auszeichnung. Grossen Wert wird in der Schule auch darauf gelegt, dass Mädchen die Schule bis zum Erreichen der 12. Klasse absolvieren. Dazu finden monatliche Elterngespräche statt, um die Eltern für die Wichtigkeit der Schulbildung für Mädchen zu sensibilisieren. So werden die SOS-Kinderdorfmütter in ihrer wertvollen Arbeit mit den Kindern auf verschiedenen Ebenen unterstützt und dabei begleitet, den Kindern ein liebevolles Zuhause zu geben.

## Zürich ISST mit menuandmore

*Die Stadt Zürich und die Stiftung Mercator Schweiz realisieren im September 2015 gemeinsam einen Erlebnismonat rund um Ernährung, Umwelt und Genuss.*

Als nachhaltige Verpflegungsanbieterin für die Horte des Schul- und Sportdepartements der Stadt Zürich beteiligt sich menuandmore aktiv mit diversen Projekten in den jeweiligen Mittagstischhorten, um den Kindern und Jugendlichen das Thema nachhaltige Ernährung ein Stück näher zu bringen. Den gesamten September über werden auf dem Menüplan vegetarische «Zürich ISST»-Menüs angeboten. Begleitet wird die Aktion von einer mit der Partnerin Eartheffect konzipierten «Nachhaltigkeits-Box», welche die Themen Foodwaste, Lebensmittelherkunft, Ressourcen sowie gesunde Ernährung behandelt und Mitte August

kostenlos an die Stadtzürcher Betreuungseinrichtungen verteilt wird. Die Box enthält informative Plakate, Quizkarten, ein Memory sowie ein innovatives Nachhaltigkeitskartenspiel. Ausserdem stehen neben der Ludothek im Downloadcenter des Webshops noch ab Mitte August zusätzliche Materialien rund um die Themen Umwelt und Ernährung zur Verfügung.



# Klimaschutz mit spannendem Projekt in Ostafrika

*Seit 2011 stellt menuandmore alle nicht vermeidbaren CO<sub>2</sub>-Emissionen in einem hochwertigen Projekt klimaneutral. Eine Zwischenbilanz.*



*Das Wiederaufforstungsprojekt in Uganda verbindet klimatische, ökologische und soziale Vorteile und dient als Vorbild für nachhaltige Entwicklung im Herzen Ostafrikas.*

Das «south pole»-Wiederaufforstungsprojekt befindet sich zwischen Kampala und Lake Albert. Das Land – mit einer durchschnittlichen Höhe von 1'000 Metern – liegt auf dem ostafrikanischen Plateau und ist die Quellregion des Nils, des längsten Flusses der Welt. Als eines der weltweit am wenigsten entwickelten Länder benötigt Uganda nachhaltige Langzeitinvestitionen.

Seit 2008 wurden auf einer Fläche, die etwa 2'000 Fußballfeldern entspricht, mehr als eine Million Bäume (unter anderem Kiefer und Eukalyptus) gepflanzt. Die Bäume können im Laufe ihres Lebens mehr als 200'000 Tonnen CO<sub>2</sub> speichern. Das Projekt deckt 120 km<sup>2</sup> ab, beschäftigt mehr als 600 Menschen und ist das erste dieser Art, das für seinen positiven sozioökologischen Einfluss sowohl das «Carbon Fix»- als auch das CCBA-Zertifikat erhielt. 20 Prozent der Projektfläche werden dem Naturschutz und der Bewahrung der Feuchtgebiete entlang der Flüsse im gesamten Pflanzgebiet gewidmet. Anfänglich wurden die besten Forststudenten des Landes angeheuert, um das Projekt kennenzulernen. In der Folge wurden die jungen Mitarbeiter mit Unterstützung internationaler Experten mit der Projektleitung betraut. Seither bildet die Kombination aus lokalem Wissen und internationaler Expertise die Grundlage für ein erfolg-

reiches und nachhaltiges Projektmanagement und eine ebensolche Forstinfrastruktur.

Viel Arbeit ist notwendig, um Setzlinge zu pflanzen und Unkräuter daran zu hindern, die jungen Bäume zu ersticken. Später werden grasende Schafe dazu benutzt, das Unkraut im Zaum zu halten, was den Gebrauch von Pestiziden unnötig macht. Das Projekt wird sich auf lange Sicht positiv auf das Klima, die lokale Fauna und Flora und die Bevölkerung auswirken.

## **Eine ganze Menge positiver Nebeneffekte**

Bis zum Projektstart im Jahr 2002 war die Strasse, die durch das Schutzgebiet führt, bei Reisenden gefürchtet, da es als Versteck für Räuber galt. Seither haben sich Forst- und andere Arbeiter und ihre Familien in der angrenzenden Nachbarschaft niedergelassen und das Waldschutzgebiet zu einer der sichersten und friedfertigsten Regionen in der Umgebung gemacht.

- › Mit Arbeitsplätzen im Forstwesen und in verwandten Industrien (z. Bsp. Sägewerken) bietet das Projekt neue Möglichkeiten für junge Menschen, die nun nicht mehr auf der Suche nach Arbeit in die Städte pendeln müssen.



- › Frauen erhalten besondere Unterstützung in Form von Kinderkrippen, sodass sie arbeiten und zu einem höheren Familieneinkommen beitragen können.
- › Die Wiederaufforstungsaktivitäten bieten sichere Arbeitsplätze und Einkommensquellen für mehr als 600 Menschen und ermöglichen ihnen damit einen Lebensstandard über dem Durchschnitt Ugandas. Dies umfasst angemessene Unterkünfte, Zugang zu medizinischer Versorgung und sauberem Wasser sowie eine bessere Ausbildung, da Gehaltszahlungen an lokale Lehrkräfte übernommen werden.
- › In Zusammenarbeit mit der NGO Anamed werden in der Region wöchentlich Kurse abgehalten, die medizinisches Wissen und die Nutzung lokaler Heilpflanzen lehren und damit die Gesundheitskosten deutlich senken.
- › Das Projekt hat zudem ein öffentliches Programm ins Leben gerufen, in dem Menschen aus den benachbarten Dörfern in Aufforstungsfragen geschult werden. Bereits 300 Familien haben das Angebot angenommen. Für den Anfang wurden den Kursteilnehmern 200'000 Setzlinge kostenlos zur Verfügung gestellt.

Auch auf die Ökologie hat dieses Projekt Einfluss:

- › Das Projekt sieht mehr als 20 Prozent seiner Fläche für Schutzzwecke vor, um seltene Arten zu schützen und natürliche Lebensräume wiederherzustellen. Tiere wie Antilopen, Affen und zahllose Vogelarten haben hier Zuflucht gefunden.
- › Das Projekt schränkt den illegalen grenzüberschreitenden Holzschmuggel in den Waldgebieten in Uganda, im Kongo und Sudan ein, indem Schnittholz für die lokalen Märkte geliefert wird.
- › Als Nebeneffekt des Projekts können Waldbrände besser unterbunden werden. Zudem wurde die Bodenerosion eingeschränkt.

menuandmore hat seit 2011 alle angefallenen 845 Tonnen CO<sub>2</sub> in diesem Projekt klimaneutral gestellt, was einer Fläche von circa 12 Fussballfeldern entspricht. Dieses spannende Projekt wird jedoch voraussichtlich Ende 2015 voll finanziert sein. Dann wird sich menuandmore eines neuen hochwertigen Klimaprojekts annehmen.

## Tag der Meere

### *menuandmore unterstützt aktiv den «World Oceans Day».*

Seit nunmehr drei Jahren ist menuandmore MSC-zertifiziert und achtet genauestens darauf, dass lediglich Fische aus nachhaltigem Fischfang beziehungsweise Fischzucht den Weg auf den Menüplan finden. Ein Grund mehr, gemeinsam mit der Stiftung MSC Marine Stewardship Council am 8. Juni an den «Tag der Meere» zu erinnern. Ziel des Tages ist, weltweit Aufmerksamkeit für aktuelle Herausforderungen im Zusammenhang mit den Ozeanen zu erlangen. Vor allem die Überfischung ist eine grosse Problematik. Doch dank des MSC-Siegels, welches für den Einsatz umweltverträglicher Fangmethoden und für eine verantwortungsvolle Nutzung von Fischbeständen steht, stammen mittlerweile bereits neun Prozent des weltweiten Fischfangs aus MSC-zertifizierten nachhaltigen Fischereien!

#### **MSC-Malwettbewerb**

Zeichnet auf eine Hälfte eines DIN-A4-Blattes eine überfischte und auf die andere eine gesunde Unterwasserwelt. Bitte sendet die Bilder mit eurem Namen, Name der Betreuungseinrichtung und eurem Alter bis zum 30.9.2015 an Menu and More AG, Stichwort: Tag der Meere, Sihlquai 340, 8005 Zürich. Unter allen Einsendungen verlosen wir drei Gutscheine im Gesamtwert von 600 Franken für Franz Carl Weber, Spielwaren, Zürich. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



# ELDORA – Genuss, Gesundheit, Nachhaltigkeit und Innovation

«DSR» hat der Marke «Eldora» Anfang 2015 nach 95 Jahren mit einem neuen, dynamischen Auftritt das Feld überlassen.



menuandmore ist 80-prozentiges Tochterunternehmen der ehemaligen DSR-, heute Eldora-Gruppe. Christian Hürlimann, Direktor Eldora Deutschschweiz, begrüsst den Imagewechsel und stellt die Eldora AG im Interview vor.

*Herr Hürlimann, was zeichnet die Eldora AG aus und wofür steht sie?*

Christian Hürlimann: «Eldora steht für eine moderne Gastronomie. Wir möchten eine individuelle Geschichte erzählen. Unsere Spezialität ist es, Dinge zu sehen, die andere noch nicht sehen. Identität und authentische Erlebnisse prägen unsere Gastronomiekonzepte. Glaubwürdigkeit, Qualitätsorientierung und Umweltbewusstsein sind wichtige Bestandteile unseres Angebotes. Jedes Restaurant ist einzigartig! Jeder Kunde weist bezüglich seiner Tätigkeit und Firmenkultur eigene spezifische Merkmale auf. Die Wahl des geeigneten Restaurant- und Angebotskonzepts ist deshalb von entscheidender Bedeutung. Ob Free-Flow, Front Cooking, Catering-Anlässe, individuelle Take-away-Konzepte oder bediente Gästerestaurants, wir passen jedes Betriebskonzept an die Gegebenheiten vor Ort an und

gehen individuell auf die Gäste- und Kundenbedürfnisse ein. Gutes Essen steht ausserdem für Lebensqualität und erzeugt Lust und Freude. Diese positive Energie ist es, die wir mit unseren einzigartigen Gastronomiekonzepten bieten. Wir sind nämlich Food-Individualisten und verzichten auch ganz bewusst auf eine zentrale Menüplanung. Damit ermöglichen wir unseren Küchenchefs, ihr Angebot individuell auf die Bedürfnisse ihrer Gäste vor Ort auszurichten. Bei Eldora verstehen sich die Küchenchefs als kulinarische Gestalter, die mit Hingabe und Leidenschaft ihre ganz eigenen Menüpläne kreieren. Ausserdem beziehen wir alle unsere Nahrungsmittel von ausgesuchten Qualitätserzeugern, mit denen wir seit vielen Jahren zusammenarbeiten. Wir kochen mit frischen, saisonalen und qualitativ hochstehenden Produkten aus der Region.»

*Sie fördern aktiv die Gesundheit der Mitarbeitenden mit Ihrem Konzept «Smart Eating». Was steckt hinter diesem Ernährungsprogramm?*

Christian Hürlimann: «Mit dem Ernährungsprogramm «Smart Eating» können Unternehmen ihren Mitarbeitenden eine gesunde Alternative aufzeigen, deren Gesundheitsbemühungen aktiv unterstützen und dabei auch noch viel Geld sparen. Denn ein gesundes Ernährungsprogramm ist eine Investition, die sich auch finanziell lohnt. Mit einer ausgewogenen Ernährung stärkt man die Abwehrkräfte und schützt somit den Körper langfristig vor Erkrankungen jeglicher Art. Davon profitieren die Arbeitnehmenden genauso wie der Arbeitgeber, denn eine verbesserte Gesundheit sorgt für weniger Fehlzeiten, mehr Lebensfreude und eine steigende Leistungsbereitschaft. Dabei gilt es stets zu betonen, dass gesundes Essen keinen Verzicht, sondern vielmehr ein intensives und bewusstes Geniessen ausgewogener Gerichte bedeutet.»

*Nachhaltigkeit ist kein Trend, sondern ein Muss. Wie handhaben Sie das Thema?*

Christian Hürlimann: «Wir sind stolz, sagen zu können, dass Nachhaltigkeit für uns nicht einfach eine Zukunftsstrategie, sondern ein ganz wesentlicher Bestandteil unserer Vision ist. Diese Vision beeinflusst unsere Denkweise und bestimmt unser Handeln. Neben bester Qualität und einem hervorragenden Service stehen wir mit unserem umfangreichen Nachhaltigkeitsprogramm für einen





Die Eldora AG verkauft mittlerweile jährlich 13,3 Millionen Mittagessen in über 250 Restaurants.

gewissenhaften Umgang mit Ressourcen. Vom Einkauf über Transport, Angebot und Zubereitung, Entsorgung, Reinigung, Energie- und Wasserverbrauch bis zur Mitarbeiterpolitik und unserem gesellschaftlichen Engagement tragen wir Verantwortung und gehen voran.»

*Woran orientieren Sie sich bei der Konzeption innovativer, neuer Personalrestaurants?*

Christian Hürlimann: «Erfolg in der Gemeinschaftsgastronomie basiert mehr denn je auf guten Ideen, kraftvollen Konzepten, kreativen Lösungen – und echtem Unternehmertegeist. Aber auch eine genaue Planung und Zuverlässigkeit und Kontinuität sind wichtige Erfolgsfaktoren. Davon abgesehen wandeln sich die gesellschaftlichen Normen und Strukturen und damit auch die Kundenbedürfnisse stetig. Diese Veränderungen im Auge zu haben, neue Bewegungen zu antizipieren und ins eigene Schaffen einfließen zu lassen, ist zukunftsentscheidend und für uns richtungsweisend.»

*Was zeichnet Ihre Kundenbeziehungen aus?*

Christian Hürlimann: «Wir geben keine kurzfristigen Versprechen, sondern schaffen langfristige Partnerschaften basierend auf Aufmerksamkeit, Service, Respekt und Menschlichkeit. Des Weiteren arbeiten wir mit einem ganzheitlichen und systematischen Ansatz für Qualitätssicherung, Betriebsstandards und Informationstechnologie mit

dem Ziel, Kundenzufriedenheit, Produktivität und Rentabilität noch weiter zu steigern.

Jedes Restaurant ist für uns auch immer eine Theaterbühne. Unsere Mitarbeitenden und die von ihnen zubereiteten Speisen sind die Hauptdarsteller, die Gäste unser Publikum, das wir bei jeder Vorstellung begeistern möchten. Durch die Professionalität unserer Mitarbeitenden, ihr Engagement und ihre offenkundige Freude an der Arbeit wird sowohl dem Mitarbeitenden als auch dem Kunden ein Gefühl der Zugehörigkeit und des Miteinanders vermittelt. Denn heute wollen Gäste nicht nur bedient werden – sie wollen echte Begegnungen und verstanden werden.»

eldora

Wir lieben Essen!

# Fenchel: eine Powerknolle

*Fenchel ist ein köstliches Gemüse und dient in der Naturmedizin auch als Heilpflanze gegen viele Krankheiten und Leiden.*



Fenchel – auch Langer Kümmel, Fenikel, Kinderfenkel, Brotsamen, Brotwürzkörner, Brotanis oder Finchel genannt – stammt ursprünglich aus Vorderasien und dem Mittelmeerraum. Die Benediktiner brachten den Fenchel nach Mitteleuropa, und er war deshalb oft in Klostergärten anzutreffen.

In der Schweiz hat das Powergemüse in Bio-Qualität von Mai bis November Saison. Fenchel besteht aus drei Bestandteilen, welche unterschiedliche Verwendung finden: Die Fenchelsamen sowie die Wurzel werden für die Zubereitung von Fencheltee genutzt. Die fleischige Fenchelknolle hingegen wird als Gemüse verwendet.

## **Fenchel – ein gesundes Gemüse, viele köstliche Varianten**

Fenchelsamen sind geschmacklich mit Anis vergleichbar und werden z. Bsp. als Gewürz in Schwarzbrot mitgebacken. Ausserdem können die Samen als Tee aufgegossen werden, welcher beruhigend bei Magen- und Darmbeschwerden wirkt. Fenchel harmoniert zudem sehr gut zu Fischgerichten. Die Knolle als Gemüsebeilage ist schon fast Tradition. Die fein gehackten Fenchelblätter eignen sich im Gegenzug in geringer Menge zum Würzen von Suppen, Salaten und für die «Sauce vinaigrette».

## **Einkauf und Aufbewahrung**

Beim Einkauf sollten Sie möglichst auf weisse Knollen achten, mit leuchtend frischem Blattgrün und knackigen Stielen. Die Schnittstellen an den Stielen dürfen nicht eingetrocknet sein. Druckstellen müssen unbedingt weggeschnitten werden. Fenchel ist kein Lagergemüse, er hält sich höchstens zwei Tage im Kühlschrank. Durch Lagerung wird die Knolle zäh, trocken und holzig und verliert somit schnell an Qualität.

## *Zur Info*

Der nächste enjoy!-Newsletter erscheint im Herbst 2015. Er kann auch online auf [www.menuandmore.ch](http://www.menuandmore.ch) abgerufen werden.

## *Impressum*

### **Konzeption/Text**

Menu and More AG  
in Zusammenarbeit mit  
Marion Eberhard  
[www.textundwort.ch](http://www.textundwort.ch)

### **Gestaltung**

Tube Design GmbH  
[www.tubedesign.ch](http://www.tubedesign.ch)

### **Korrektur**

Claudia Scherrer  
[www.tiptopp.ch](http://www.tiptopp.ch)

### **Fotos**

S. 1, 6, 12: [www.fotolia.com](http://www.fotolia.com)  
S. 4: [www.istockphoto.com](http://www.istockphoto.com)  
S. 7: Stiftung SOS-Kinderdorf  
Schweiz, Michela Morosini  
S. 8: south pole group  
S. 9: Marine Stewardship Council  
(MSC)  
S. 10, 11: Eldora AG  
Übrige Bilder: menuandmore

### **Ausgabe**

Ausgabe 1/15, erschienen im  
Mai 2015

### **Auflage**

2'500 Stück, erscheint 2x jährlich  
in deutscher Sprache

### **Druck**

Käser Druck AG  
[www.kaeser.ch](http://www.kaeser.ch)

### **Bezugsquelle**

Menu and More AG  
Sihlquai 340  
8005 Zürich  
Tel. 044 448 26 11  
Fax 044 448 26 10  
[info@menuandmore.ch](mailto:info@menuandmore.ch)  
[www.menuandmore.ch](http://www.menuandmore.ch)

Ein Unternehmen der Eldora-Gruppe

Klimaneutral gedruckt auf  
BalancePure, FSC-zertifiziertes  
Papier aus 100 % Recyclingfasern,  
ausgezeichnet mit dem «Blauen  
Engel»