



Für Erdnussallergiker zum Beispiel können fertige Würzsaucen, Panaden und asiatische Spezialitäten problematisch sein. Deshalb gilt: Zutatenliste lesen. Bild: shotshop

NACH-GEFRAGT



Anton Pfefferle
Ausbildungsleiter
der Hotelfachschule
Belvoirpark in Zürich

«Die Karten erhöhen die Sicherheit»

Gäste mit Lebensmittelallergien und -intoleranzen stellen für die Gastronomie nach wie vor eine echte Herausforderung dar. Enthält die Salatsauce Joghurt – und damit Milchbestandteile? Ist Sellerie in der Gemüsesuppe? Da wird der Restaurantbesuch schnell kompliziert. Anton Pfefferle, Ausbildungsleiter der Gastro-Suisse-eigenen Hotelfachschule Belvoirpark in Zürich, begrüsst daher die neue «Delicardo Foodcard».

Welche Schwierigkeiten für den Koch ergeben sich, wenn Lebensmittelallergiker auswärts essen?

Weil schon Spuren von Allergenen dem Gast nicht nur den Genuss verderben, sondern sogar lebensbedrohliche Reaktionen hervorrufen können, verlangt die Zubereitung allergenfreier Speisen besondere Sorgfalt. Wichtig ist dabei vor allem, dass das Küchenpersonal streng darauf achtet, dass keine unbeabsichtigten Verunreinigungen solcher Speisen mit Allergenen über Kochgeschirr, Mixer etc. vorkommen.

Werden angehende Köchinnen und Köche heute auch in Sachen Nahrungsmittelintoleranzen und Allergien geschult?

Ja, sogar mehrgleisig. In Fächern wie Ernährung, Lebensmittel-, Menü- und Kochkunde wird natürlich auch auf die Problematik von Allergien, Intoleranzen und Abneigungen eingegangen und was sie für das Kochen bedeuten. Noch ausführlicher werden diese Themen in der Weiterbildung zum Gastronomiekoch oder zum diplomierten Küchenchef behandelt. Allerdings wird dabei hauptsächlich das theoretische Rüstzeug vermittelt. Deswegen richtige Umsetzung in der Praxis ist naturgemäss nicht so einfach. Der richtige Umgang mit Lebensmittelallergien und -intoleranzen beim Kochen erfordert daher einige Erfahrung.

Wie reagiert die Gastronomie auf die neu entwickelten «Delicardo Foodcards»?

Sehr positiv, soweit wir das jetzt schon beurteilen können. Die «Delicardo Foodcard» erhöht die Sicherheit beim auswärtigen Essen eines Lebensmittelallergikers und erleichtert die Kommunikation zwischen dem Gast und dem Servicepersonal erheblich.

Muss der Koch nun befürchten, dass er verantwortlich gemacht wird, wenn der Gast trotzdem allergisch reagiert?

Nein. Die Verantwortung für den richtigen Umgang mit seiner Allergie können wir dem Gast nicht abnehmen. Der Koch muss jedoch entscheiden, ob er überhaupt in der Lage ist, die jeweiligen speziellen Ansprüche eines Kunden zu erfüllen, der unter einer Nahrungsmittelallergie oder -intoleranz leidet. Dazu braucht er genaue Angaben, welche Lebensmittel und Zutaten in dessen Menü vorkommen dürfen und welche nicht. Hier erleichtert die «Delicardo Foodcard» dem Koch das Zubereiten einer sicheren, bekömmlichen Mahlzeit.

INTERVIEW: HANS-PETER NEUKOM

Gute Karten für Allergiker

Lebensmittelallergien und -intoleranzen stellen für die Gastronomie eine grosse Herausforderung dar. Bestellungen von empfindlichen Personen können für diese selbst und den Kellner mühsam werden. Hier helfen die neuen «Delicardo Foodcards».

HANS-PETER NEUKOM

Peter Meier ist ein geplagter Zeitgenosse. Schon kleinste Mengen an Nüssen, wie sie sich heute in vielen Backwaren, Süßigkeiten, aber auch anderen Lebensmitteln verbergen, lösen bei ihm einen stark juckenden roten Hautausschlag im Brustbereich aus. Und neben dieser Nussallergie leidet er überdies an einer Laktose-Intoleranz oder Milchzucker-Unverträglichkeit, weil seinem Verdauungssystem die für den Milchzuckerabbau nötigen Enzyme fehlen. Wenn er gewisse Mengen Milchzucker (Laktose), der heute ebenfalls in vielen industriellen Nahrungsmitteln – etwa in Kartoffelstock usw. – vorkommt, zu sich nimmt, stellen sich bei ihm lautstarke Blähungen und Durchfall ein.

Das wäre nicht weiter tragisch, wenn Herr Meier immer zu Hause essen könnte, wo seine Frau schon beim Einkaufen alle Lebensmittel meidet, die Milchzucker und Nüsse enthalten. Aber als Vertreter muss Herr Meier häufig auswärts in Restaurants essen, was für ihn oft alles andere als ein Genuss, sondern eher ein Spiessrutenlauf ist. Das beginnt schon mit der Bestellaufnahme, wenn er dem gestressten Kellner vor allen andern Gästen erst einmal seine Nussallergie und seine Laktose-Intoleranz erklären muss. Ob diese Informationen dann auch wirklich richtig in der Küche ankommen und berücksichtigt werden, ist im üblichen Mittagsgestürm erst noch Glückssache, wie Herr Meier schon wiederholt unangenehm am eigenen Leibe erfahren musste.

Vereinsamung droht

Kurz, Herr Meier geht es wie vielen Mitmenschen mit Nahrungsmittelallergien oder -intoleranzen, für die das Essen selbst im feinsten Restaurant häufig mehr Qual als Genuss ist. Dazu kommt nicht selten, dass sich das anschliessende Tischgespräch

auch noch hartnäckig um die persönliche Krankheit des Betroffenen dreht. Manche verzichten daher lieber ganz auf den kulinarischen Abend im Restaurant oder die gesellige Einladung zu Freunden. Die Folgen sind ein bedauerlicher Verlust an Lebensqualität und manchmal sogar ein Rückzug aus dem sozialen Leben, was insbesondere für alleinstehende Menschen in einen gefährlichen Teufelskreis von Vereinsamung und Selbstaufgabe münden kann.

«Das muss nicht sein», sagte sich die Berliner Jungunternehmerin Simon Graeber von Enomis, die selbst unter Laktose-Intoleranz und Zöliakie – einer Unverträglichkeitsreaktion auf das in vielen Getreiden enthaltene Eiweiss Gluten – leidet, und dachte darüber nach, wie man Betroffenen das Bestellen und Essen im Restaurant erleichtern könnte. Als ebenso raffinierte wie tatsächlich alltagstaugliche Lösung entwickelte sie das System der «Delicardo Foodcards», das kürzlich

sogar vom Schweizerischen Zentrum für Allergie, Haut und Asthma (Aha!) in Bern mit dem «aha!award 2010» ausgezeichnet wurde. Vereinfacht erklärt handelt es sich dabei um handliche, visitenkartengrosse Informationskärtchen, auf denen die individuellen Allergien und Unverträglichkeiten der Betroffenen vermerkt sind, verbunden mit genauen, klar verständlichen Zubereitungshinweisen für den Koch im Restaurant.

GESUNDHEIT

LEBENSMITTELALLERGIEN können gefährlich sein. Karten sollen das Auswärtsessen vereinfachen

Unter der Rubrik «Darf nicht essen» sind dabei alle Lebensmittel und Nahrungsmittelzusätze – die für Betroffene oft besonders heimtückisch sind – aufgeführt, die das Küchenpersonal bei der Zubereitung seiner Speisen nicht verwenden darf. Unter der Rubrik «kann vorkommen in» finden sich ergänzende Hinweise darauf, worin die Stoffe und Zutaten, auf die der Betroffene allergisch ist oder die er nicht verträgt, häufig enthalten sind.

Auf der Rückseite der durchaus eleganten «Delicardo Foodcards» wird unter der Rubrik «Darf essen» sicher-

heitshalber noch aufgezählt, was der Betroffene auf jeden Fall essen darf. Damit kann der Koch gegebenenfalls ein einfaches «Sicherheitsmenü» zusammenstellen. Auf Wunsch können auf den individuell gestalteten Kärtchen auch noch lebensrettende Medikamente, Erste-Hilfe-Massnahmen und Telefonnummern für den Notfall verzeichnet werden.

Die «Delicardo Foodcards» erweisen sich daher für alle, die aus beruflichen oder andern Gründen häufig auswärts essen müssen oder die ganz einfach gerne gelegentlich ausgehen, als diskrete kleine Helfer mit grosser Wirkung.

Sie können im Internet vom Betroffenen selbst aufgrund einer umfangreichen und verständlich erklärten Datenbank zusammengestellt, gestaltet und bestellt werden. In der Delicardo-Datenbank findet er zum einen die wichtigsten allergieauslösenden Stoffe, Nahrungsmittel und Zusätze («Allergene») und zum anderen eine Auswahl an Nahrungsmitteln und Zusätzen, die bei entsprechend empfindlichen Menschen eine Unverträglichkeitsreaktion auslösen. Wer sich als Betroffener seiner Sache nicht sicher ist, sollte vor der Zusammenstellung seiner individuellen Foodcard sicherheitshalber seinen Arzt fragen, welche Stoffe darauf verzeichnet sein sollten.

Vielseitig einsetzbar

Die mittlerweile in Deutsch, Englisch und Spanisch erhältlichen «Delicardo Foodcards» werden damit zu einer echten Lebenshilfe, sei es bei einem wichtigen Geschäftsessen, beim gelegentlichen Restaurantessen unterwegs oder auf Reisen, bei einem romantischen Dinner ebenso wie für allergiegeplagte Kinder in Krippe, Hort, Kindergarten oder (Tages-)Schule. Darüber hinaus eignen sich «Delicardo Foodcards» mit entsprechend angepassten Angaben auch für Vegetarier, Veganer sowie für Personen, die aus gesundheitlichen oder kulturellen Gründen eine spezielle Diät befolgen müssen oder wollen.

Infos, Bestellungen und Preise unter:

www.delicardo.de



NATIONALER ALLERGIETAG

Am 26. März findet der diesjährige Nationale Allergietag statt. Aha! ist an diesem Datum in fünf grossen Schweizer Zentren mit Informationsständen präsent. Betroffene und Interessierte können sich zwischen 10 und 16 Uhr von medizinischen Fachteams beraten oder kostenlos auf das persönliche Allergierisiko testen lassen. In diesem Jahr ergänzen Ernährungsfachpersonen die Teams, um auf Fragen zu Nahrungsmittelunverträglichkeiten vertiefend einzugehen.

Infostände von Aha! in der Region:
Migros-Markt, Einkaufszentrum Passage, Bahnhofplatz 70-72, Frauenfeld, sowie MMM Neumarkt, Altstetterstrasse 145, Altstetten

www.ahasiwss.ch