

## Buntes Essen: Obst und Gemüse in frischer Form

Stephan Hoppe Rellingen Ein süßer Softdrink hier zur Portion „Pommes Schranke“ dort: Statistiken zur Folge gilt in Deutschland fast jedes fünfte Kind als übergewichtig. Kein Wunder: „Laut den Angaben eines Schulkochs aus der Region sind viele Kinder besser vertraut mit den aktuellen Sonderangeboten im Tiefkühlregal des Supermarktes als mit den heimischen Gemüsesorten“, sagt der ehrenamtliche Geschäftsführer der Bürgerstiftung Rellingen, Dr. Christoph Rind.

Um diesem Trend entgegen zu wirken und dem Nachwuchs zu verdeutlichen, wie viele gesunde Alternativen der Früchte- und Gemüsektor bietet, lädt die Bürgerstiftung Rellingen bereits seit fünf Jahren einmal im Sommer zu einem „Bunten Essen“ ein. Jetzt war es wieder soweit. Und erstmals hatten die mehr als 40 ehrenamtlichen Helfer ihre Zelte im Arkadenhof aufgeschlagen. Mit Erfolg: Mehrere Hundert Besucher, darunter viele Familien mit Kindern, statteten dem Fest einen Besuch ab. Und zeigten sich hellauf begeistert von dem frischen, knackigen und vor allem schmackhaften Angebot, welches es in den Auslagen zu riechen, ertasten und natürlich zu probieren galt.

Ob „Gurke-Traube-Avocado-Smoothie“, frisch zubereitete, nicht homogenisierte Quarkspeisen, Saft aus pürierter Bio-Zitrone mit braunem Zucker oder Ananas, Rhabarber, Petersilienwurzeln und Sellerie nebst Roter Beete und Kohlrabi-Sticks: „Es ist schon toll, wie den Kindern hier die Möglichkeiten einer gesunden Ernährung nahegelegt werden“, sagte Katrin Harms, während Sohnemann Nick aus dem Probieren gar nicht mehr herauskam.

„Bereits in den Wochen zuvor hatten die Kinder der drei Rellinger Grundschulen in Intensivkursen mit der Diplom-Ökotrophologin Ursula Bollig ihren Ernährungsführerschein abgelegt“, sagte Rind. Er freute sich, dass die Youngsters an einem eigenen Stand das Erlernte und die gemeinsam gekochten Gerichte nun dem Publikum präsentierten.

Abgerundet wurde die gesunde wie auch lehrreiche Sause, welche auch einen Besuch durch Bürgermeister Marc Trampe (parteilos) und Bürgervorsteher Hans-Günther Reinke (CDU) erfuhr, durch Aktionen wie dem beliebten Kinderschminken und einigen Spiele-Stationen, bei denen es unter anderem mittels Griff in eine nicht einsehbare Box die richtige Obst-, Frucht- oder Gemüsesorte zu ertasten galt. Abschließendes Highlight war zudem ein Auftritt des Magiers Elias Noro, welcher nicht nur für die Kleinsten mit seinen trickreichen Kunststücken einen zauberhaften Nachmittag komplettierte.

„Großer Dank gilt natürlich allen Helfern und den Sponsoren. Allen voran Jörg Steffens von Edeka-Böge für die zur Verfügungstellung des Großteils der Waren“, so Rind. Der am Ende darauf verwies, dass alle übrig gebliebenen Produkte nach Ende des Festes der Schenefelder Tafel überlassen wurden.