

KOCHEN WIE DIE GROSSEN

Gesundes und frisches Essen ist mindestens so wichtig wie Mathematik: Im «Hirschen» beim Wirt Albi von Felten entdecken Kinder neue Aromen, versöhnen sich mit Gemüse – und bereiten ein Menü vor, das eine glatte Sechs verdient.

— Text Kathrin Fritz Fotos Maurice K. Grünig



Hier wird scharf
geschnitten:
Lucy (l.) und
Emelie bereiten
die Poulet-
brust vor.



Das Auge isst mit – darum richtet Vincent die Teller mit viel Sorgfalt an.

Mmmmmh, was duftet denn da?
Lea und Jonas sind zuständig für die Suppe.



ANZEIGE

Januar bis Mai 2026
24 Orte und 30 Shows

Mensch Lämppli

...der Schnauz bleibt!

Zusatzshows!
Wegen grosser Nachfrage
Jetzt Tickets sichern!



Lämppli – eine der grössten Kultfiguren der Schweiz mit neuer Episode zurück auf der Bühne.

Mit:
Patrick Allmandinger, Maja Brunner, Christoph Wettstein,
Brigitte Oelke, Dänu Brüggemann, Luzia Würtenberger

Regie und Buchbearbeitung: Jan Bodinus
Co-Regie: Simon Keller • **Buch:** Sabina Rasser

Tickets und Informationen:
www.laeppli.com

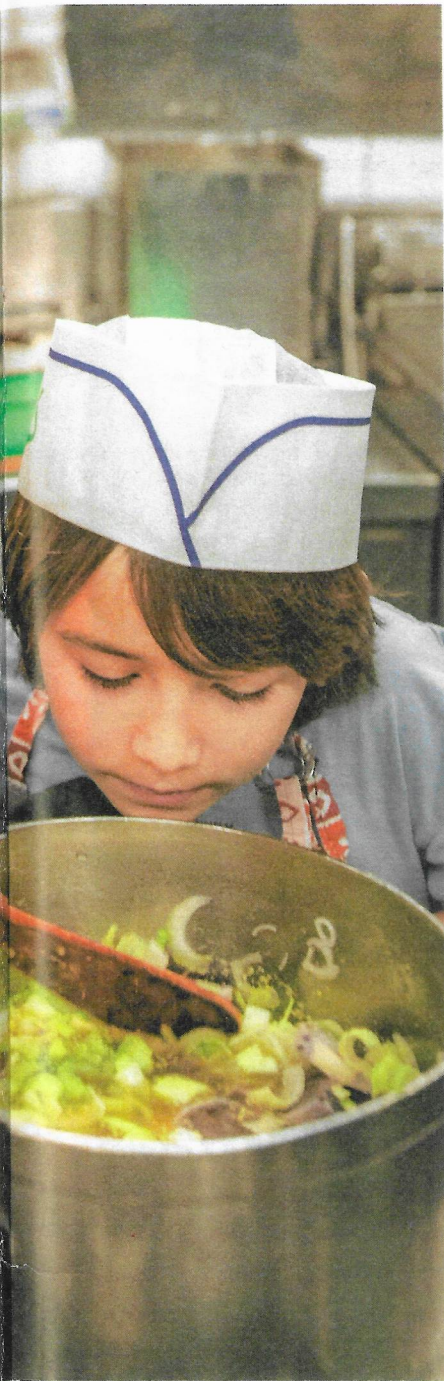
Medienpartner: **Schweizer Familie**

Co-Sponsoren: **bubenberg**

Ticketing Partner: **ticketcorner+**

Produktion: **FURLER PRODUCTIONS**
in Zusammenarbeit mit

täuscht die Gesichter. Keine Spur von Schoggi, null Geschmack. «Die Schokolade sieht zwar wie Schokolade aus», sagt Lea, «aber davon schmecke ich gar nichts». «Genau, Aromatik, Textur und Frische kommen von innen», erklärt von Felten. «Nur weil sie Schokoladenorange heisst und eine dunkle Schale hat, muss sie noch lange nicht nach Schokolade schmecken. Zum Schluss werden Öle degustiert. Es ist auffallend, wie die Kinder immer differenzierter beurteilen. «Rapsöl oder Sonnenblumenöl vom nahe gelegenen Hof sind zwar teurer als Massenware, aber aromatischer – man braucht weniger davon», sagt Albi. Das Geheimnis der Aromen reift: «Was von weit her kommt, wird unreif geerntet und reift im Lager nach



das schmeckt man. Oder eben nicht. So, genug geredet: Jetzt wird gearbeitet!»

An die Töpfe, fertig, los!

Auf dem Speiseplan steht ein ganzes Menü mit Apéro, Suppe, Hauptgang und Dessert. Je zwei Kinder bereiten ein Gericht zu, betreut von sechs Erwachsenen – Köchinnen, Köchen und Lernenden. Es gibt Blätterteiggebäck, ein Gemüsebeet mit Dips, Kartoffelsuppe, Rüebli-Risotto, Pouletschnitzel an grüner Sauce und zum Schluss eine Zwetschencreme.

Also: Schürzen um und Hände waschen! Gekocht wird in der Restaurantküche, der Mittagsservice läuft nebenher. Töpfe klappern, Geschirr scheppert, es duftet und dampft, Rufe schwirren durch den



«En Guete mitenand!» Die Pouletbrust mit Risotto ist wohl das Beste, was die Kinder je gegessen haben.

Raum. Mitten im Gewusel stehen die Kinder paarweise an ihren Stationen. Emelie und Lucy halbieren Pouletfilets mit einem grossen Kochmesser – wachsam beaufsichtigt von Küchenchef Diego. «Mit der einen Hand schneidest du, und die andere Hand hältst du schön weg vom Messer», mahnt er gelegentlich. Anfangs noch zögerlich, werden die Schnitte bald sicherer. Nebenan schälen Lea und Jonas blaue Kartoffeln für die Suppe. «Sehen ein bisschen aus wie Randen», staunt Jonas. Vincent rührt fasziniert mit einer übergrossen Kelle die Zwiebeln im Risottotopf. «Mached d Naseflügeli uuf und schmöcked emol, wie das scho fein schmöckt!», ruft von Felten. Tim schnuppert, nickt – und hackt fast schon wie ein Profi Kräuter fürs Gemüsebeet. Josephine hilft Eneas beim Bestreichen des Blätterteigs, Leonie dekoriert konzentriert mit Haselnüssen und Rapsamen. Überall wird gehackt, geschnitten, gerührt – und vor allem gekostet. «Testet mit der Nase, kostet mit dem Mund – was meint ihr?», will von Felten wissen. «Mhm, die Sauce schmeckt prima», sagt Lucy und leckt genüsslich den Löffel ab.

Die Suppe wird passiert und leuchtet nun violett, der Risotto wird mit Hingabe

→

TIPPS ZUM KOCHEN MIT KINDERN

1

Suchen Sie die Rezepte gemeinsam aus.

2

Nehmen Sie die Kinder zum Einkaufen mit. Kaufen Sie dort ein, wo man probieren kann – etwa auf dem Markt.

3

Setzen Sie auf spezielle Formen (zum Beispiel bei der Pasta).

4

Kinder lieben Farben: Kartoffeln, Salate, Kohlsorten, Radiesli oder Rüebli gibt es in vielen bunten Varianten.

5

Fördern Sie die Selbstständigkeit der Kinder – auch beim Schneiden. Um den Umgang mit dem Messer zu lernen, sollte man mit weichen Lebensmitteln beginnen, etwa mit Gurken oder Pilzen.



Zu viele Köche verderben den Brei? Aber nicht im «Hirschen»! Darin ist sich diese Truppe einig.

«Mached d Naseflügeli uuf und schmöcked emol, wie das scho fein schmöckt!»

Albi von Felten, Gastronom

gerührt und immer wieder auf Biss geprüft. Tim dressiert mit dem Spritzsack Wellen fürs Gemüsebeet und steckt Pepe-roni- und Rüeblistängel hinein. Emilia schlägt Rahm fürs Dessert. Die Kinder arbeiten Hand in Hand und lassen sich von der Hektik in der Küche nicht aus der Ruhe bringen. «Die Suppe ist gut», verkündet Lea. «Das Apérogebäck ist schön braun», meldet Yannik. «Gut, dann richten wir an», sagt der Chef. Eifrig wird geschöpft und dekoriert, und am Schluss sehen die Teller aus, als hätten sie nicht Kinder, sondern Gourmetköche angerichtet.

Inzwischen hat Albi von Felten's Frau Silvana – sie ist unter anderem für den Service verantwortlich – im Restaurant liebevoll für die Kinder gedeckt. Tulpen und bunte Becher schmücken den Tisch. Stolz und freudestrahlend, manche mit heissen Backen, servieren sich die Kinder gegenseitig ihre Gerichte. Andächtig wird probiert, gegessen und gelobt. Auch die

zuvor ungeliebten Rüebli verschwinden restlos vom Teller. «Das war super fein», sagt Josephine. Jonas nickt und bestellt sich noch eine zweite Portion Zwetschgencreme. Auch die verputzt der Sieben-jährige im Nu. Und der Lehrmeister? Der ist sichtlich zufrieden mit seiner heutigen Küchenbrigade – und hofft, dass sie neben den vollen Bäuchen auch die Freude am Kochen, den Geschmack der Region und den Respekt vor Lebensmitteln mit nach Hause tragen. «Du, Papa!», ruft eines der Kinder, «weisst du, dass es auch blaue Kartoffeln gibt?» Und ein anderes verkündet enthusiastisch: «Mami, morgen koche ich!»

KINDERKOCHKURS

Kochkurs mit Albi von Felten, 89 Fr., inklusive Zmorge-Schoggi und Honigschnitte, 3-Gang-Lunch, Degu und Rezepten zum Nachkochen. hirschen-erlinsbach.ch

KOCHBÜCHER FÜR KINDER



Der kleine Tiptopf

Vermittelt erste Grundkenntnisse im Umgang mit Lebensmitteln und Küchengeräten. Schulverlag plus, 35.90 Fr.



Globi und Betty Bossi

Einfache Zutaten, coole Rezepte und viele Tricks von Betty Bossi für Globi. 45 Rezepte zum Nachkochen. Globi-Verlag, 30.95 Fr.



Das grüne Kochbuch für Kinder

Von Lia Carlucci, Charoline Bauer. Klimabewusst und gesund kochen mit Kindern – Einfache Rezepte für junge Köche. AT, 40 Fr.