

Die Kunst der Pflegeküche

Dave Affentranger arbeitet als Sous-Chefkoch im Restaurant Kristallgarten

Dave Affentranger, Sous-Chefkoch im Restaurant Kristallgarten des Zentrums für Gesundheit und Alter Seewadel, beginnt seinen Arbeitstag früh am Morgen. Er schlüpft kurz vor 6.30 Uhr in seine Arbeitskleidung: eine weisse Kochjacke und schwarze Stoffhosen. Dazu gehören natürlich auch eine Küchenschürze und ein Torchon, das er sich seitlich in den Bändel der Schürze klemmt. Das Torchon, aus dickerem Material als ein gewöhnliches Handtuch und länger als ein herkömmliches Geschirrtuch, dient dazu, heisse Töpfe anzufassen. Als Erstes verschafft sich der gelernte Diätkoch einen Überblick über seinen Arbeitstag, indem er den Menüplan der Woche konsultiert und sein E-Mail-Postfach überprüft.

Sein Arbeitstag umfasst verschiedene Aufgaben rund um die Produktion von kalten und warmen Speisen für die Bewohnerinnen und Bewohner des Seewadels und die Gäste des Kristallgartens. Täglich verpflegen sich etwa 80 Gäste im öffentlichen Restaurant, während rund 80 Bewohnende mit erlesenen Köstlichkeiten verwöhnt werden. Das kulinarische Angebot umfasst tageweise variierende Mittagsmenus, ein Salatbuffet sowie eine Auswahl an Dessertvariationen. Klassische, vegetarische, exotische und regionale Gerichte ergänzen sich perfekt. Darüber hinaus bietet der Kristallgarten Catering für Apéros, Dinerpartys, Geburtstagsfeiern oder Firmenevents, wo immer es gefällt, an.

Ein wichtiger Bestandteil der Arbeit ist die Berücksichtigung der Bedürfnisse der Bewohnenden. Neben Geburtstagswünschen, die erfüllt werden, wird auch auf eine ausgewogene Ernährung geachtet. Das beinhaltet, dass der Körper mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt wird. «Der Speiseplan ist deshalb sehr abwechslungsreich und geht von Vollkorngetreide über Gemüse und Obst hin zu Fleisch und Fisch, Milchprodukten, Ölen und gesunden Fetten», erläutert der Sous-Chef. Einige Bewohnende sind auf pürierte Kost angewiesen, die zwischen einem und fünf Mal püriert sein kann. Auch werden die Mahlzeiten für einzelne Bewohnende in Form von Fingerfood zubereitet, da sie nicht mehr mit Besteck essen können. Dies aufgrund von motorischen Einschränkungen durch beispielsweise einen Schlaganfall und andere Erkrankungen.

Die Anforderungen an die Pflegeheime sind hoch

Dave Affentranger und sein Team stellen sicher, dass die Speisen nicht nur in der richtigen Form zubereitet, sondern auch schmackhaft und aus frischen, regionalen Zutaten hergestellt werden. Richtlinien, Ernährungspläne, Pflegeorganisation – das alles bildet den Rahmen, innerhalb dessen sich die Mahlzeiten eines Pflegeheims bewegen. «Die Anforderungen an Pflegeheime sind hoch, denn es gibt eine grosse Spannbreite: Zwischen restaurantähnlicher Verpflegung für alltagsaktive Seniorinnen und Senioren sowie spezielle Kostformen für Kranke oder Pflegebedürftige



Mit Bratbutter und etwas Salz werden die Schupfnudeln goldbraun angebraten. (Bild Cheyenne Wyss)

ge ist alles möglich.» Wer ausser dem Gesundheitszustand der Bewohnerinnen und Bewohner auch individuelle Essensvorlieben, Abneigungen, Gewohnheiten und Rituale berücksichtigt, erschliesst damit nicht nur soziale Komponenten, sondern steigert auch die Zufriedenheit.

Exotisches Sweet and Sour trifft auf klassische Sellerie-Kartoffelsuppe

In der Küche des Kristallgartens herrscht reges Treiben. Dave bereitet Schweinefleisch für ein Sweet-and-Sour-Gericht zu, während der Lernende, Fabian Häslar, eine vegetarische Pilzrahmsauce und eine Sellerie-Kartoffelsuppe vorbereitet. In einem grossen «Kipper» brät Affentranger das Fleisch an, welches für das Sweet and Sour benötigt wird. Den «Kipper» kann man sich vorstellen wie einen überdimensionalen Kochtopf, der elektrisch gekippt werden kann, damit die Lebensmittel einfach in einen anderen Topf oder Behälter geleitet werden können. Dies erspart viel Zeit und Mühe und gewährleistet einen reibungslosen Ablauf in der Küche. «Es ist ein unverzichtbares Hilfsmittel in grossen Küchen, in denen täglich grosse Mengen an Lebensmitteln verarbeitet werden.»

Schockgefrieren, um dem Zellstoffwechsel entgegenzuwirken

Im Turnus bereitet das Küchenteam für jeweils zwei Tage die warmen und kal-

ten Speisen vor. Die verschiedenen Gerichte werden gebraten, gedünstet, gekocht usw. und dann schockgefroren. «Das Schockgefrieren stoppt den Zellstoffwechsel. Mikroorganismen können sich so nicht mehr vermehren und tiefgefrorene Lebensmittel bleiben hygienisch einwandfrei sehr lange haltbar», erklärt der 40-Jährige.

In der Küche geht es französisch zu und her

Mit etwas Salz, frischem Knoblauch und Öl werden tiefgefrorene Kefen im Backofen erhitzt. Vor dem Mittagsservice kommen sie nochmals kurz in den Ofen, um «à la minute» servierbereit zu sein.

Über den Winter führen sie etagenweise einen Raclette-Plausch über den Mittag durch. Dazu werden Kartoffeln gekocht und der frische Käse aus dem Käseladen in Affoltern am Albis bereitegt. Dave Affentranger und sein Team arbeiten Hand in Hand, so mixt beispielsweise Sarah Lötscher, gelernte Diätköchin, welche mit dem Spätdienst ihre Schicht angetreten hat, die Suppe, und der Lernende, Fabian Häslar, kümmert sich um das «Mise en Place» kurz MEP für den Kürbiskuchen. «Zu viele Köche verderben den Brei» gilt also nicht für den Seewadel. Aufgrund der festen Rollenverteilung aller Beteiligten und guter Koordination durch den Sous-Chef kann Missverständnissen und Uneinigigkeiten vorgebeugt werden.

Dass Affentranger zurzeit die Schule zum Küchenchef besucht, kommt ihm hier zugute.

In einer grossen Bratpfanne mit Bratbutter brät Affentranger Schupfnudeln goldbraun an. «Schupfnudeln sind Nudeln aus Kartoffeln, Mehl und Eiern und damit sehr nahrhaft», erklärt er.

Nach dem Mittagsservice am Buffet und dem Raclette-Plausch im 3. Stock werden diverse Salate wie Teigwaren-, Pastinaken-, Rüeibli-, Randen- und ein Käse-Datteln-Salat sowie verschiedene Desserts wie der Kürbiskuchen und Zimt-Glace zubereitet. Auch das Bircher muesli für den Zmorge wird frisch hergestellt. Um Schweizer Beeren verwenden zu können, greift man auf tiefgefrorene zurück.

Gegegen 15 Uhr führt Affentranger mit allen anwesenden Küchenmitarbeitenden eine Feedbackrunde durch, um Anliegen und Bedürfnisse der Mitarbeitenden sowie Rückmeldungen der Gäste aufzugreifen. Abschliessend werden die benutzten Küchengeräte und Arbeitsflächen gründlich gereinigt. «Die Dankbarkeit der Bewohnenden und ihr zufriedenes Lächeln sind die grösste Belohnung für mich», sagt Affentranger. Mit seiner Arbeit leisten er und sein Team einen wichtigen Beitrag zu der Gesundheit und Zufriedenheit der Bewohnenden.

Cheyenne Wyss, Sachbearbeiterin
Kommunikation Stadt Affoltern