

Presse-Info

LWL-Klinik Marsberg

Psychiatrie · Psychotherapie · Psychosomatik
im **LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen**

Tag der gesunden Ernährung

Küchenleiter der Marsberger LWL-Einrichtungen gibt Rezepttipp

Marsberg (Iwl). Chiapudding? Buddha Bowl? Zum Tag der gesunden Ernährung am 07. März, hat Matthias Jakobs, Küchenleiter der LWL-Einrichtungen Marsberg, eine „Superfood“ Alternative mit regionalen Produkten, die dazu auch noch sehr lecker schmeckt: Sein Gemüserösti mit Lachstartar ist in knapp 30 Minuten zubereitet und bringt jede Menge Vitamine, Mineralien sowie Omega-3-Fettsäuren auf den Teller und ist ein wahrer Eiweißbooster!

Zum Rezept:

Gemüserösti mit Lachstartar

Zutaten für 4 Personen:

150g Räucherlachs
2 EL Weißweinessig
1 EL körniger Senf
1-2 EL flüssiger Honig
Salz, Pfeffer
4-5 EL Öl
Petersilie
200g Schmand
1 großer Bund Suppengrün
1 mittelgroße Kartoffel
2 Eier
2 leicht gehäufte EL Mehl



Zubereitung:

1. Räucherlachs in feine Würfel schneiden. Essig, Senf, Honig, etwas Salz und Pfeffer verrühren. Zwei Esslöffel Öl darunter schlagen. Mit dem Lachs mischen. Wer mag, kann etwas frischen Zitronensaft untermischen.
2. Petersilie waschen, bis auf etwas zum Garnieren in feine Streifen schneiden und unter den Schmand rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Um es etwas leichter zu machen, könne 2 Löffel Naturjoghurt untergerührt werden.

Kontakt:

Matthias Hüllen
Tel.: 02992 601-1602
Fax: 02992 601-1899
E-Mail: matthias.huellen@wkp-lwl.org
Weist 45
34431 Marsberg

LWL-Pressestelle:

Tel.: 0251 591-235
Fax: 0251 591-4770
E-Mail: presse@lwl.org
Freiherr-vom-Stein-Platz 1
48133 Münster

...

3. Suppengrün putzen beziehungsweise schälen, waschen und trocken tupfen. Kartoffel schälen. Möhren, Kartoffel und Sellerie raspeln. Porree in dünne Ringe schneiden. Zwei Esslöffel Porree unter den Lachs heben. Unter dieses Gemüse, Eier und Mehl mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. 2-3 Esslöffel Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Aus der Gemüsemasse darin portionsweise circa zwölf kleine Rösti von jeder Seite 2-3 Minuten knusprig braun braten. Fertige Puffer auf Küchenpapier abtropfen lassen, warm stellen.
5. Gemüserösti mit Lachstatar und Schmandcreme anrichten. Mit Petersilie garnieren.

Matthias Jakobs kocht aber nicht nur in seiner Freizeit gesund, sondern achtet auch als Leiter der Zentralküche auf ein entsprechendes ausgewogenes Angebot für die Patientinnen, Patienten, Nutzerinnen, Nutzer und Beschäftigten in den Marsberger LWL-Einrichtungen. Insgesamt arbeiten in der Marsberger Zentralküche 22 Kolleginnen und Kollegen in Voll- und Teilzeit, darunter fünf Köche einschließlich einer Diätassistentin. Jährlich kocht die Marsberger Küche ca. 255.000 Mittagessen + Frühstück und Abendessen. Standardmäßig werden mittags Vollkost, leichte Vollkost und ein vegetarisches Gericht angeboten. Zusätzlich produziert die Küche 28 unterschiedliche Sonderkostformen und von Ärzten angeordneten Kostformen. Alle Varianten sind dabei mit Hilfe einer Küchensoftware bestellbar. Neben den beiden LWL-Kliniken, dem LWL-Wohnverbund und dem LWL-Pflegezentrum Marsberg gehört auch das „Familienzentrum Kindertagesstätte am Rennufer“ zu den Versorgungsteilnehmern. Darüber hinaus werden die Selbstversorger im LWL-Therapiezentrum für Forensische Psychiatrie Marsberg täglich frisch mit Lebensmitteln beliefert. Auch die Beköstigung zahlreicher Veranstaltungen in den Einrichtungen gehört zu den Aufgaben der Zentralküche. Seit vielen Jahren ist die Küche Bio zertifiziert. Der Einsatz von Bio-Lebensmitteln, u.a. Nudeln, Reis, Milch, beträgt 10 Prozent, wächst langsam aber kontinuierlich.

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) arbeitet als Kommunalverband mit 13.000 Beschäftigten für die 8,3 Millionen Menschen in der Region. Der LWL betreibt 35 Förderschulen, 21 Krankenhäuser, 17 Museen und ist einer der größten deutschen Hilfezahler für Menschen mit Behinderung. Er erfüllt damit Aufgaben im sozialen Bereich, in der Behinderten- und Jugendhilfe, in der Psychiatrie und in der Kultur, die sinnvollerweise westfalenweit wahrgenommen werden. Ebenso engagiert er sich für eine inklusive Gesellschaft in allen Lebensbereichen. Die neun kreisfreien Städte und 18 Kreise in Westfalen-Lippe sind die Mitglieder des LWL. Sie tragen und finanzieren den Landschaftsverband, dessen Aufgaben ein Parlament mit 106 Mitgliedern aus den westfälischen Kommunen gestaltet.