

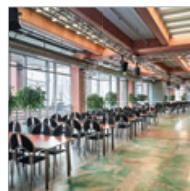


IM PORTRAIT/LEITTHEMA: MITARBEITENDE BEI KLÜH CATERING

KLÜH INNOVATION
KLÜH MMHMAGIC
FOOD: DIE NEUE
MARKE IM HIGH-
CONVENIENCE-
FOOD-MARKT



KLÜH CATERINGBETRIEBE
DIE KLEINE
GESCHICHTE
EINER GROSSEN –
WDR KÖLN
INNENSTADT 



KLÜH AKTION
RATSAM UND
HEILSAM – DIE
NEUEN AYURVEDA-
KRAFTQUELLEN





PODCAST

Gespräche am Küchentisch mit Klüh Catering

Im brandneuen Podcast „DIVERSITY“ beleuchtet Geschäftsführer Thorsten Greth gemeinsam mit André Jenczewski, Produktmanager Food und Business Developer, die gelebten Aspekte von Diversität bei Klüh Catering und darüber hinaus. Dabei kommen die wertvollen Einflüsse von Kolleg:innen anderer Kulturen auf Kulinarik und Zubereitungsmöglichkeiten ebenso zur Sprache wie u. a. die Bedeutung von Auslandserfahrungen für die Entwicklung als Koch und Produktentwickler.



Unsere Podcasts
finden Sie auf unserer
Klüh Catering Webseite!

klüh
CATERING



THORSTEN GRETH

LIEBE GÄSTE!

Die gypraxis hat uns zum zehnten Mal in Folge als führenden Contract-Caterer im Bereich Kliniken und Krankenhäuser ermittelt. Zusammen mit weiteren Auszeichnungen, Siegeln, Neuaufträgen und Auftragsverlängerungen zeigt uns diese Ehrung einmal mehr, wie wichtig und richtig es ist, an unserem hohen Qualitätsanspruch festzuhalten. Denn er ist die Grundlage unseres Erfolges.

Auch im Catering für Mitarbeitende oder für Reisende schreiben wir unsere Erfolgsgeschichte weiter. Das ist nicht immer einfach, gerade in Zeiten, die von Fachkräftemangel und Personalengpässen geprägt sind. Hier sind wir gefordert, flexibel zu reagieren.

Umso dankbarer können wir für unser Klüh Catering-Team sein. Ein Team, in dem jeder Einzelne zählt und uns als Unternehmen weiterbringt – durch persönlichen Einsatz, durch individuelles Know-how und durch innovative Ideen. Einige dieser Persönlichkeiten werden Sie in dieser Ausgabe der Genusswelten kennenlernen. Viel Spaß dabei!

Es grüßt herzlich,

Ihr
Thorsten Greth
Geschäftsführer
Klüh Catering GmbH

- 4 KLÜH INNOVATION**
Gastronomie digital und nachhaltig optimieren – Keros Consult auf Erfolgskurs
- 6 KLÜH INNOVATION**
Klüh Mhmagic Food – Die neue Marke im High-Convenience-Food-Markt
- 9 KLÜH DIGITAL**
Selbst ist der Gast
Unsere Self-Checkout-Kassen
- 10 KLÜH AKTION**
Pia Pronto Pinsa –
Ein neuer Italien-Leckerbissen
- 12 KLÜH CATERINGBETRIEBE**
Die kleine Geschichte einer großen –
WDR Köln Innenstadt
- 14 KLÜH CATERINGBETRIEBE**
Alles neu und Klüh dabei – Süddeutsche
Krankenversicherung in Fellbach
- 16 KLÜH INTERN**
Menschen bei Klüh
- 19 KLÜH SPEZIAL**
Apfelsaft in Bio-Qualität – Gaumenglücklich-
macher von der Streuobstwiese
- 20 KLÜH CATERINGBETRIEBE**
Green Hospital – Was Krankenhäuser
zum Klimaschutz beitragen können
- 22 KLÜH AKTION**
Ratsam und Heilsam – Die neuen Ayurveda-
Kraftquellen



WIR RICHTEN GUTES AN. MIT KOPF UND HERZ.



GASTRONOMIE DIGITAL UND NACHHALTIG OPTIMIEREN

Keros Consult auf Erfolgskurs

Seit etwas mehr als einem Jahr ist das Klüh-Tochterunternehmen Keros Consult am Markt. Wenn man zurückschaut, geht die Erfolgskurve trotz holprigem Beginn steil nach oben. „Wir sind in schwierigen Zeiten mit einer Firma gestartet, die kein Mensch kennt. Die Inflation zeigte ihre Wirkung, die Einkaufspreise sind explodiert. Viele Kunden waren verunsichert und haben erstmal abgewartet, wie sich alles weiterentwickelt“, so Geschäftsführer Jörn Niewiadomsky. Und heute? Rund 15 Monate später hat die Keros Consult ihr Volumen verdoppelt: weit über 450 Betriebe mit verschiedenen Kunden stehen auf der Kundenliste – 180 davon sind von Klüh. Gestartet ist das Unternehmen mit 8 Mitarbeitenden, jetzt sind es 11, ab Mai 14 und fürs nächste Jahr sind 18 geplant.

Das große Plus

Das liegt zum einen natürlich am Angebot der Keros Consult. Das Team optimiert Gastronomien, die in Eigenregie betrieben werden – also Betriebsrestaurants, Krankenhäuser, Senioreneinrichtungen sowie Kinder- und Jugendeinrichtungen –, digital und nachhaltig. Das Ziel: Mehrwert für den Kunden zu schaffen. Unverzichtbar dafür ist ein funktionierendes Warenwirtschaftssystem. Mit DiggySupply hat die

Keros Consult eine innovative Softwarelösung im Portfolio, mit der von der Bestellung bis zur Inventur sämtliche Schritte gesteuert werden können. Nicht zu vergessen:

— ” —

„Bei uns arbeiten Leute aus der Praxis, die wissen, wie eine Küche funktioniert. Wir lösen nicht nur Probleme, wir verstehen auch, worum es geht“,

so Jörn Niewiadomsky.

Vertrauen ist alles

Dazu kommt, dass sich die wirtschaftliche Lage verändert hat. Die Schockstarre ist vorbei, alle sind sich einig, dass es weitergehen muss, dass Entscheidungen nicht mehr vertagt werden können. Die meisten Kunden haben es geschafft, die gestiegenen Lebensmittelpreise weiterzugeben. Deshalb ist nicht mehr der Preis entscheidend, sondern die Liefersicherheit. Jörn Niewiadomsky: „Die Kunden legen Wert auf eine vertrauensvolle Basis. Unser großer Vorteil ist, dass wir nicht irgendein Start-up sind, sondern mit Klüh ein seriöses Unternehmen im Hintergrund haben.“





Magic Food

lecker, frisch auf den Tisch



Die KreativKüche
in Meerbusch

DIE NEUE MARKE IM HIGH-CONVENIENCE-FOOD-MARKT

Magic Food



Ellen Maresch
Regionalleiterin bei
Klüh Catering

Schon gehört? Es gibt etwas Neues von Klüh Catering: verzehrfertige Speisen in Frischequalität. Die Speisen sind so praktisch im Beutel zu erwärmen und dennoch wie frisch gekocht, dass es wie Magie erscheint. Ganz ohne Geschmacks- und Konservierungsstoffe. Magic Food haben wir diese Produktlinie genannt, mit der wir im Dezember 2022 gestartet sind. Schon jetzt beliefern wir Kunden wie das Universitätsklinikum Halle, das jüdische Krankenhaus Berlin, haben Wahlleistungskonzepte für Krankenhäuser auch Business-Betriebe wie die Hugo Junkers Lounge am Düsseldorfer Flughafen, Zalando und viele weitere Kunden – Tendenz: steigend.

Innovativer Treiber im Food-Sektor

Keine Frage – der Mensch muss essen. Berufstätige, die mehr denn je gefordert sind, müssen auf eine ausgewogene Ernährung achten. Wer gute Leistung bringen will, muss sich gut ernähren. Das ist nicht immer leicht im hektischen Arbeitsalltag. Wir von Klüh Catering haben schon während der Pandemie gezeigt, dass wir flexibel reagieren und unkompliziert neue Wege gehen können – Stichwort klüh@home. Magic Food umfasst ca. 90 Gerichte, die

dem Zeitgeist Rechnung tragen: frische Convenience-Lebensmittel – qualitativ hochwertig, vom Klüh-Convenience-Team entwickelt. Das Konzept ist interessant für die Gastronomie, für Krankenhäuser und Senioreneinrichtungen sowie für Auftraggeber:innen und Kund:innen, die Lösungen für eine maßgeschneiderte Verpflegung suchen. Gerade die letztgenannte Gruppe kann jetzt von einer kompletten, individuell gestalteten Speisekarte mit einem ausgewogenen Wochen- und Monatsplan profitieren, ohne viel Zeit und Personal aufwenden zu müssen.

It's magic

Vorgefertigte Lebensmittel sind besser als ihr Ruf. Mit den Veränderungen des Food-Marktes durch die Pandemie, die bei den Konsument:innen das Bewusstsein für Gesundheit in Einklang mit Klimabewusstsein geschärft hat, sind auch die Anforderungen an die Gastronomie gestiegen. Gleichzeitig bedrängen Preiskampf, Personalmangel und Konsumzurückhaltung die Gastronomie. Auch für die Klüh-Betriebe sind die Lebensmittelpreise stark in die Höhe geschneilt. Da ist High Convenience ein interessantes Konzept. Wir haben einen Mix aus hoher Qualität, einem sehr guten Preis-Leistungs-Verhältnis

nis und hervorragendem Geschmack entwickelt: Mmh Magic Food. Der lautmalerische Name in Diktion und Schrift ist der deutsche Ausdruck, wenn etwas ausdrücklich gut schmeckt, wenn etwas sehr lecker ist.

Im Englischen bedeutet das „mmh“ sogar unter anderem „macht mich glücklich“.

Von 99 Speisen sind 32 vegetarisch und zusätzlich 24 vegan. Die Speisen sind in einer dünnen Kunststoffolie verpackt, welche natürlich zu 100 Prozent recycelt werden kann. Die Beutel können im Wasserbad oder im Kombidämpfer nach unserer Empfehlung regeneriert werden. Hergestellt werden die Speisen in unserer Zentralküche in Meerbusch. Von dort aus können sie in ganz Deutschland für die Care-Verpflegung oder Betriebsgastronomie gekauft werden – und zwar mit Bestpreis-Garantie für vergleichbare Produkte. Vergleichbar daher, weil es sich um frische High-Convenience-Produkte mit einem sehr hohen Qualitätsstandard handelt.

Eine Idee wird geboren

Aber wie ist die Idee zu Mmh Magic Food eigentlich entstanden? „Wir wollten uns unabhängig vom Wettbewerb machen und uns in erster Linie selbst beliefern. Dass wir so erfolgreich werden, hatten wir gehofft, aber nicht erwartet. Wir haben bereits heute viele Anfragen von Betrieben, die aktuell beim Wettbewerber kaufen, dort aber nicht länger die Preisverdopplungen hinnehmen möchten“, so Ellen Maresch, Regionalleiterin bei Klüh Catering. In unserer Testküche in Meerbusch haben wir getüftelt, ge-

kocht, probiert und verfeinert. Die Gerichte der engeren Wahl wurden schließlich im größeren Maßstab gekocht, Proben davon im Labor geprüft. Erst dann wurde der Herstellungsprozess festgelegt und das Produkt schließlich auf den Markt gebracht.

Klassiker und Trendsetter

Die Gerichte basieren auf langjährigen Erfahrungen, altbewährten und neuen Rezepten, wie die aus unserer Pflanzenkraft-Linie. „Viele Rezepturen sind bei uns schon jahrelang im Einsatz. So habe ich letzstens noch das Kichererbsen-Curry mit Rosinen und Mandelblättchen in unser Portfolio aufgenommen. Dies ist sehr beliebt und steht schon lange in der hauseigenen Speisekarte für Wahlleistungs- und Privatpatient:innen in Krankenhäusern. Wir überlegen aber zum Beispiel auch, welche Osteraktion für unsere Kund:innen von Interesse sein könnte, oder was auf dem Sommerspeisenplan nicht fehlen darf. Daraufhin machen wir uns auf die Suche und testen, kochen und tüfteln drauf los“, so Ellen Maresch.



IM ÜBERBLICK

Mmh Magic Food

- Frische High Convenience
- Schnell und einfach erwärmt
- Trendgerichte und Klassiker
- Lässt sich im Handumdrehen mit frischen Zutaten und/oder Toppings individuell veredeln
- Snackification ganz im Sinne der Klüh-Mission: Wir richten Gutes an. Mit Kopf und Herz.
- Schafft Abwechslung auf den Speiseplänen
- Sehr bequemmh

Pflanzenkraft

- Das bundesweit erste pflanzenbasierte Biokonzept für Kliniken und Pflegeheime
- Ausreichende Zufuhr von Eiweißen, Ballaststoffen, komplexen Kohlenhydraten sowie gesunden Fetten
- Ohne Zusatzstoffe, Aromen und Glutamate
- 100 Prozent Natur







SELBSTIST DER GAST

Unsere Self-Checkout-Kassen

Künstliche Intelligenz (KI) erkennt, was auf dem Teller ist und zeigt den richtigen Preis an – ist das noch Zukunftsmusik? Nein, in unserem Betriebsrestaurant in Top Tegel, dem modernen Bürostandort in Berlin-Reinickendorf, ist dies bereits Alltag.

Bargeldlos bezahlen

Und wie funktioniert das? Der Gast holt sich zunächst wie gewohnt sein Essen. An der Kasse wird das Tablett fotografiert und die Komponenten werden mit der Datenbank abgeglichen. Gezahlt werden kann mit dem Mitarbeitenden-Ausweis oder mit der EC-Karte. Wenn alles geklappt hat, leuchtet eine grüne Lampe auf, wenn es Schwierigkeiten gibt, eine rote. Das Servicepersonal kommt dann sofort und hilft weiter.

Schnitzel erkannt

Klingt einfach, aber dahinter steckt eine enorme Rechenleistung. „Wir bauen gerade eine Datenbank auf. Die KI muss lernen: so sieht ein Schnitzel aus, so eine Kartoffel. Nicht zu vergessen: so ein Schokoriegel. Künstliche Intelligenz muss also nicht nur unsere zubereiteten Gerichte erkennen, sondern auch die Handelsware. Und sie muss lernen, denn wir entwickeln ja auch laufend neue Rezepturen“, so Christian Rütten, Spezialist für Operatives Controlling, Kassensysteme und Einnahmensicherung.

Innovative Lösungen

Bargeldloses Bezahlen ist zwar immer mehr auf dem Vormarsch, aber hier in Deutschland tun sich immer noch viele Menschen schwer damit. In anderen Ländern ist die Akzeptanz deutlich größer. „Irgendwann kommen wir aber auch dahin“, so Christian Rütten. Irgendwann ist aber nicht jetzt, und wir brauchen Lösungen, die schon heute funktionieren. Deshalb schauen wir über den Tellerrand hinaus und sind immer auf der Suche nach neuen Lösungen – wie den Self-Checkout-Kassen, mit denen wir dem aktuellen Personalmangel begegnen können.

Zukunftsmusik?

Wird es bald nur noch Self-Checkout-Kassen? Wahrscheinlich nicht. Vielleicht gibt es ja auch ganz andere Wege. Christian Rütten: „In den Niederlanden beispielsweise gehe ich in ein Café und scanne am Tisch einen QR-Code. Die Speisekarte öffnet sich, ich bestelle und zahle mit Paypal. Mein Essen wird mir an den Tisch gebracht. Vielleicht ist das ja die Zukunft: Betriebskantinen, in denen das Essen an den Tisch gebracht wird.“ Okay, reine Spekulation, aber wer weiß...



*Christian Rütten,
Spezialist Operatives
Controlling/
Kassensystem/
Einnahmensicherung*



*Locker, leicht
und sooo
knusprig!*

PIA
PRONTO
PINSÄ



LA DOLCE VITA

Klüh Catering präsentiert Pia Pronto Pinsa

Können Sie sich ein Leben ohne Pizza und Pasta vorstellen? Wohl kaum. Die italienischen Klassiker haben sich längst einen festen Platz in unserem kulinarischen Alltag gesichert. Kein Wunder also, dass sie auch zu den Lieblingsgerichten in unseren Betriebsrestaurants zählen. Nicht zuletzt deshalb haben wir vor drei Jahren unsere Menülinie Pia Pronto ins Leben gerufen. Und so italienisch, wie sie klingt, schmeckt sie auch. Wir servieren typisch italienische Rezepte und jede Menge *La Dolce Vita*. Jetzt bringt Pia Pronto etwas Neues auf den Tisch: die unwiderstehliche Pia Pronto Pinsa. Diese bekömmlichere Variante der Pizza bieten wir im Rahmen einer Aktion im Juni in unterschiedlichen Varianten an – von Pinsa Funghi mit ausgesuchten Pilzen bis Pinsa Pomodoro mit aromatischen Tomaten.

Heiß begehrt

Was ist eigentlich genau der Unterschied zwischen Pinsa und Pizza? Eine Pinsa unterscheidet sich von einer Pizza gleich in drei Bereichen: Zutaten, Zubereitung und Form. Für die Herstellung der Pinsa werden, anders als bei der Pizza, drei Sorten Mehl verwendet: Weizenmehl, Reismehl und Sojamehl. Dazu kommen noch Hefe, Salz, Öl und Wasser. Während das Sojamehl den Teig festigt, ist das Reismehl für die Leichtigkeit verantwortlich. Der entstehende Sauerteig garantiert die lockere Textur und die hohe Bekömmlichkeit.

Der Pinsa-Teig geht im Gegensatz zur Pizza sehr lang: mindestens **24 Stunden ruht er im Kühlschrank**, damit er vollständig aufgehen kann. Genau das macht die Pinsa auch so



Pinsa vs. Pizza

bekömmlich und leicht verdaulich, denn im Magen kommt es nicht mehr zu Gärungsprozessen. Belegt wird die ovale Pinsa erst nach dem Backen. So ist sie außen knusprig, innen weich – unglaublich lecker.

Schöne Geschichten

Die Pinsa hat sich zum wahren Trendfood entwickelt und findet immer mehr Fans. Aber woher kommt sie auf einmal? Da gibt es wunderschöne Erzählungen. Zum Beispiel diese hier: Die Pinsa hat ihren Ursprung im alten Rom und ist die Urform der Pizza. Oder so: Die Pinsa wurde schon im 1. Jahrhundert n. Chr. als Opfergabe verwendet, weil sie durch ihre Bekömmlichkeit die Götter friedlich und fröhlich gestimmt hat. Angeblich hat auch der römische Dichter und Epiker Publius Vergilius Maro, besser bekannt als Vergil, über die Pinsa geschrieben. Klingt alles schön, stimmt aber alles nicht. Diese Geschichten wurden erfunden, um die Pinsa besser zu vermarkten. Sie wurde zwar in Italien erfunden, ist aber erst im Jahr 2001 auf den Markt gekommen. Nichtsdestotrotz ist sie ein echtes Stück Italien und schmeckt hervorragend.

Pia Pronto

Die Pinsa ist der neueste Zuwachs in der Pia-Pronto-Familie, unserer italienischen Menülinie. Italien steht für Leichtigkeit und Lebenskunst, für Genuss und Leidenschaft. Genauso ist Pia Pronto: aromatisch, frisch und lecker. Und weil italienische Kulinarik weit mehr umfasst

als Pizza und Pasta, servieren wir in unserer italienischen Küche auch andere Mittelmeer-Spezialitäten wie Antipasti, Involtini, Salate und himmlische Desserts. Was alle Gerichte miteinander verbindet, sind die frischen und hochwertigen Zutaten, gerne auch mit aromatischen Kräutern.

Gute Aussichten

Wir planen übrigens, die Pinsa dauerhaft und deutschlandweit als neue Produktlinie im Rahmen der Menülinie Pia Pronto in unseren Betriebsrestaurants anzubieten – für italienischen Genuss ohne Ende. Und weil die Pinsa so unglaublich vielfältig belegt werden kann, können wir unsere Tischgäste mit immer neuen Ideen kulinarisch überraschen.

Wir freuen uns schon darauf!



Hier finden Sie weitere Informationen zu unserer Pinsa-Aktion



DIE KLEINE GESCHICHTE EINER GROSSEN ERÖFFNUNG

WDR KÖLN INNENSTADT

Der WDR hat sich nach 35 Jahren für einen neuen Caterer in der Kölner Innenstadt entschieden. Für uns, die Klüh Catering GmbH! Das ist natürlich ein Grund zur Freude, zumal dies nun der dritte Standort neben Düsseldorf und Köln-Bocklemünd ist, den wir erfolgreich bewirtschaften.

Vorbereitung ist alles

Knapp zehn Wochen Zeit hatten wir für die Eröffnung des größten Betriebes in Nordrhein-Westfalen. Wochen, die gefüllt waren mit regelmäßigen Abstimmungen innerhalb des Klüh-Pre-Opening-Teams und einer engen, vertrauensvollen Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen des WDR. Digi-Systeme mussten angemeldet, Stellenanzeigen geschaltet, Kunden:innen-, Mitarbeiter:innen- und Kassengespräche geführt, möglichst viele unserer Spezialist:innen involviert werden. Dazu kam die Neugestaltung der Signalisation und Dekoration, das Anbringen von Bildschirmen und Aufstellen einer Stele sowie die Einführung unserer

All-in-one-App. Natürlich mussten auch die WDR-Mitarbeitenden über den neuen Konferenzkatalog informiert und Checklisten unseres Qualitätsmanagementsystems angebracht werden. Ein besonders wichtiger Punkt: die Teambildung aus übernommenen Mitarbeitenden und Klüh-Mitarbeitenden sowie ganz neuen Mitarbeitenden – denn nur in enger, vertrauensvoller Zusammenarbeit lässt sich Catering erfolgreich umsetzen. Wie man sieht, gibt es bei einer Übernahme jede Menge zu tun. Aber letztendlich haben wir sie so vorbereitet, wie wir es immer tun: strukturiert und zielorientiert. Kurz gesagt: ohne Probleme.

Der große Tag

Nach der Übergabe folgte ein ruhiges Soft Opening – ganz so, wie lange zuvor mit dem Kunden besprochen und im WDR kommuniziert. Und warum ein Soft Opening? Die Übergabe mit dem Vor-Caterer musste aufgrund einer Abendveranstaltung in der Nacht davor stattfinden. Zudem gab es keine Möglichkeit,





die Bildschirme, Aktionsstände und neuen Bilder einige Tage im Voraus anzubringen. Die Eröffnung mit tatsächlicher und sichtbarer Klüh-Präsenz erfolgte kurze Zeit später mit einem besonderen Gruß aus der Küche: gefüllte Mini-Berliner und Kölsche Glückskekse! Alles in allem ein voller Erfolg, anders kann man es nicht sagen. Am zweiten Tag konnten wir bereits 890 Gäste begrüßen. Auch unser Kunde war mit der Eröffnung und dem „gefürchteten“ Caterer-Wechsel mehr als zufrieden. Zum Hintergrund: Als öffentlicher Auftraggeber muss der WDR in regelmäßigen Abschnitten ausschreiben, da der Vertrag nach einer gewissen Zeit automatisch ausläuft.

Die kulinarischen Highlights

Wir konnten im Rahmen der Auftragsvergabe zum einen natürlich durch die hohe Zufriedenheit an den beiden anderen Standorten überzeugen. Aber auch unser konzeptionelles Angebot, die angedachte Biozertifizierung und die Themen Saisonalität und Nachhaltigkeit auf allen Ebenen haben den Ausschlag gegeben. Wir bieten den WDR-Mitarbeitenden eine Frühstücks- und Zwischenverpflegung im Restaurant und à la carte im Casino sowie auf Wunsch das Catering für Konferenzen und Sonderveranstaltungen. Dazu gibt es ein Mittagsgeschicht

EIN RESÜMEE

Was bleibt, ist die Erkenntnis, dass wir dank guter Planung, Kommunikation und viel Optimismus im Projektteam dem Kunden die Sorge vor dem Caterer-Wechsel nehmen, das für uns neue Team positiv abholen und den Betriebsstart erfolgreich durchführen konnten. Und die Erkenntnis, dass es in dieser unscheinbaren und kleinen Geschichte der Eröffnung um einen verdammt großen Betrieb geht.

im Kiosk „Funkhaus“ an 365 Tagen im Jahr – auch zum Mitnehmen. Eine Kaffeebar ist für Ende 2024 geplant. Wir haben eine Selbstbedienungs-Bowl-Station installiert, verwöhnen unsere Tischgäste mit einem abwechslungsreichen Pizza-Angebot, servieren regelmäßig auch vegane Gerichte und integrieren, wo es geht, das Thema Nachhaltigkeit.

Nachhaltig aus Verantwortung

So können die Besucher:innen des Betriebsrestaurants über die Klüh Catering-App auf unsere Nachhaltigkeitsmessung zugreifen. Ein einfaches Ampelsystem kennzeichnet jedes Gericht in unseren Speiseplänen mit schnell erkennbaren Werten für den CO₂-Fußabdruck, den Wasserverbrauch, den Vita Score, das Tierwohl und die Regenwald-Abholzung. Als Caterer und Gastgeber, als Mittler zwischen Produzenten und Konsument:innen, sehen wir es als unseren Auftrag, Transparenz herzustellen und unseren Gästen so viele Informationen wie möglich zu Lebensmitteln und zu unseren Menüs zur Verfügung stellen.



ALLES NEU UND KLÜH DABEI

Süddeutsche Krankenversicherung in Fellbach

Anfang 2022 sind die Angestellten der SDK in ein neues Gebäude umgezogen. Sie konnten sich nicht nur auf neue Büros freuen, sondern auch auf ihren neuen Caterer – auf uns, auf Klüh Catering. Wir bewirten die Mitarbeitenden mit einer frischen Auswahl an internationalen Spezialitäten, vegetarischen und veganen Gerichten, einer hochwertigen Barista-Bar, einer Pasta-Produktion, einem Pizzaofen und vielem mehr. Wir haben mal bei Nicolas Schilling, dem Regionalleiter Baden-Württemberg nachgefragt, was es bei so einem Start zu beachten gilt.

Start im Neubau

„Als neuer Caterer in ein Unternehmen zu kommen, ist schon sehr aufwendig. Und dabei geht es gar nicht mal um die eigentliche Eröffnung, also das erste Mal für die neuen Tischgäste zu kochen. Schon im Vorfeld müssen unglaublich viele Dinge erledigt werden. Bei der Süddeutschen Krankenversicherung war das noch mal schwieriger, weil es sich um einen Neubau handelte – das bedeutete für uns, dass wir mit

allen Planungen auch immer von den Baufortschritten abhängig waren. Zum Teil haben wir in der neuen und in der alten Küche gleichzeitig gekocht“, so Schilling. Natürlich mussten auch diverse Verträge geschlossen, kundenspezifische Lieferantenfreeschaltungen koordiniert, Tischdekoration geplant, Reinigungskräfte gesucht werden und vieles, vieles mehr. „Die größte Herausforderung war für uns aber ganz klar, Personal zu finden“, so Nicolas Schilling. Das Problem beherrscht momentan fast jeden Markt, der Fachkräftemangel betrifft uns alle. „Es war wie die Suche nach der Nadel im Heuhaufen, aber schließlich haben wir es geschafft und haben jetzt ein super Team mit elf Mitarbeitenden.“

Tolles Angebot

Über die Entscheidung der SDK-Verantwortlichen, den Auftrag an Klüh Catering zu vergeben, haben sich natürlich alle sehr gefreut. Ausschlaggebend war unter anderem die Performance vor Ort bei den sogenannten Musterterminen. Dabei informiert sich der Kunde in



anderen Betriebsrestaurants des Caterers über die Arbeit und die Qualität des Anbieters. Hier konnten die Klüh-Teams an den Test-Standorten mit ihren Leistungen begeistern – so wie jetzt die SDK-Mitarbeitenden begeistert werden. Schon morgens gibt es in der Barista-Kaffee-Lounge ein leckeres Frühstück, mit allem, was das Herz begehrt: Kaffee, Croissants, Müsli und knusprige Brötchen, die nach Wunsch frisch belegt werden. Nicht zu vergessen: die Butterbrezeln – ein absolutes Muss. Mittags gibt's unter anderem frische Pizzen, Leckeres aus dem Wok und vom Grill, alles frisch zubereitet vor den Augen der Gäste. In der offenen Küche kann jede:r den Köchen beim Kochen zusehen. Eine Salatbar bietet die notwendigen Vitamine, eine Wasserbar, an der man eigene Flaschen auffüllen kann, löscht den Durst. Ein Highlight ist die traumhafte Terrasse mit Smoker. Hier wird bei schönem Wetter gegrillt – aber auch Freunde von Flammkuchen kommen auf ihre Kosten.

Alles außer gewöhnlich

Zusätzlich werden die Gäste mit kulinarischen Aktionen aus dem Klüh Catering-Aktionskalender verwöhnt – wie beispielsweise der Fisch-Aktion mit nachhaltigem Fisch aus dem Nordmeer. Es gibt aber auch eigene Aktionen – so können sich die SDK-Mitarbeitenden zum Beispiel zu einem Kochkurs anmelden und in der Küche des Betriebsrestaurants das große und kleine Kücheneinmaleins lernen – natürlich mit stilechter Klüh-Küchenschürze. Neben den Sonderaktionen dürfen die Klassiker der badischen Küche nicht fehlen: Linsen mit Spätzle und Maultaschen gehören immer auf den Tisch. Aber auch die nationalen Favoriten wie Schnitzel mit Pommes oder auch Currywurst sind aus dem Angebot nicht wegzudenken.



Kulinarisch nachhaltig

Nachhaltigkeit ist ein wichtiges Thema bei der SDK: „Momentan haben wir eine Quote von 20 Prozent vegetarischen Gerichten, Tendenz steigend“, so Nicolas Schilling. Was daran nachhaltig ist? Ganz einfach: Tierische Produkte wie Fleisch und Milcherzeugnisse zum Beispiel haben einen hohen CO₂-Fußabdruck, pflanzliche einen niedrigen. Und je weniger CO₂ verbraucht wird, desto besser für unser Klima. Die Tischgäste sind zufrieden, die Reaktionen und das Feedback sind sehr gut.

Konferenzen & Kinder

Zusätzlich ist das Klüh Catering-Team noch für die Abendveranstaltungen im Konferenzbereich verantwortlich. Ob 5-Gänge-Menü oder belegte Brezeln, Klüh Catering tischt hier gerne auf. Übrigens auch im benachbarten Kindergarten. Hier werden die Kleinen aus der Küche des Betriebsrestaurants versorgt – zum Selbstkostenpreis. Klüh Catering und die SDK erzielen keine Gewinne aus der Kindergarten-Verpflegung.

MENSCHEN BEI KLÜH CATERING

Bekannt sind wir ja für unser gutes Essen und unsere innovativen Catering-Lösungen. Dieser Erfolg kommt nicht von ungefähr – wir haben ihn unseren Mitarbeitenden zu verdanken, unseren Teams, die in ganz Deutschland dafür sorgen, dass es unseren Gästen schmeckt. Aber wer sind die Menschen, die mit Kopf und Herz Gutes anrichten? Wir möchten Ihnen heute drei von ihnen vorstellen, stellvertretend für viele, viele andere.

Viktoria Kaiser
*Personalleiterin Klüh
Service Management GmbH*



Frau Kaiser, wie sind Sie zu Klüh gekommen?

Ich habe mich damals initiativ beworben und durfte als Personalreferentin einsteigen. Als erstes Projekt habe ich ein bundesweites Bewerbermanagementsystem eingeführt und parallel dazu die Fortbildung zur Personalfachkauffrau abgeschlossen. Während ich danach den Betriebswirt IHK und mein Masterstudium in HR-Management absolvierte, wurde ich zur Leiterin Recruiting und Personalmarketing ernannt. Seit dem 01.01.2023 verantworte ich die Personalleitung bei Klüh.

Was sind Ihre Aufgaben als Personalchefin?

Meine Aufgabe ist es, das Personalmanagement im Unternehmen strategisch so aufzustellen, dass wir zukunftsfähig bleiben. Das bedeutet zum Beispiel Trends wie „New Work“, Digitalisierung im HR-Bereich oder Änderungen im Arbeitsrecht zu kennen, zu bewerten und mit meinem Team entsprechend umzusetzen.

Was ist das Beste an Ihrem Beruf?

Die Vielfalt. Sei es eine Employer-Branding-Kampagne zu entwickeln, Personalentwicklungsprogramme zu konzipieren oder mit Betriebsräten und Gewerkschaften zu verhandeln. Bei Klüh haben wir sehr viel Gestaltungsspielraum. Meine Ideen wurden angehört und bei guter Argumentation konnte ich diese auch immer umsetzen.

Wie zum Beispiel das „Bewerben per WhatsApp“, wofür wir nun auch beim German Brand Award nominiert sind.

Welche Entwicklungen sehen Sie auf uns zukommen?

Ich glaube, dass wir schon in ein paar Jahren „Arbeit“ ganz anders definieren als heute. Nicht nur die Haltung der Mitarbeitenden zur Arbeit ändert sich, sondern auch die Rahmenbedingungen und die Inhalte der Arbeit. Ich bin davon überzeugt, dass wir als Unternehmen und insbesondere im HR-Bereich ein Open Mindset benötigen und auf Flexibilität und Innovation setzen müssen. Die Veränderungen werden rasanter, wir müssen uns neu hinterfragen und mutig genug sein, unsere Entscheidungen ggf. schon nach kurzer Zeit zu korrigieren.

Was macht das Unternehmen Klüh aus? Warum ist es für Bewerber:innen so attraktiv?

Klüh besteht seit über 111 Jahren und zwar, weil das Unternehmen mit der Zeit geht. Als Familienunternehmen legen wir viel Wert auf unsere Mitarbeitenden. Wir leben das Motto „Aufstieg vor Einstieg“, Leistung wird bei uns anerkannt und gefördert. Und ich garantiere, dass das bei uns keine Floskel ist, sondern die gelebte Unternehmenskultur. Wer etwas bewegen und sich einbringen will, ist bei Klüh richtig.



Anika Liebich Betriebsleiterin

Frau Liebich, wann haben Sie bei Klüh angefangen?

Ich habe am 15.01.2018 als Küchenhilfe in Teilzeit im Unternehmen angefangen. Im Februar 2018 ging dann die Ausbildung zur Fachfrau für Systemgastronomie los, die ich im Juni 2020 erfolgreich und sogar als zweitbeste des Jahrgangs bestanden habe. Anschließend habe ich als Assistentin die Betriebsleitung bei H&M unterstützt, bis ich dann im Januar 2021 meinen eigenen Betrieb, den Getriebebau Nord, leiten durfte. Seither bin ich die Betriebsleitung vor Ort. Die Getriebebau Nord GmbH & Co. KG, international auch als Nord Drivesystems bekannt, produziert mechanische und elektronische Antriebstechnik und ist einer der weltweit größten Getriebemotoren-Hersteller. Das mittelständische Familienunternehmen hat seinen Hauptsitz in Bargteheide bei Hamburg.

Können Sie uns ein paar gastronomische Details nennen?

Mit mir sind wir dort sechs Mitarbeitende in Vollzeit. Zum Frühstück kommen zirka 140 Gäste, mittags liegen wir mittlerweile im Durchschnitt bei 215 Gästen. Wir haben eine relativ hohe Auslastung an zusätzlichen Bewirtungen, im Monat sind es im Durchschnitt um die

80 Stück – dies ist zum alltäglichen Geschäft gerade in der Urlaubszeit eine Herausforderung. Aber wir sind hier ein tolles und engagiertes Team, wir bekommen das hin.

Gibt es außer der Mittagsverpflegung noch weitere kulinarische Angebote?

Wir bieten jeden Morgen ein reichhaltiges Frühstücksangebot an: Müsli, Joghurt, halbe belegte Brötchen, Backwaren, Eierspeisen, aber auch Leberkäse, Würstchen, Frikadellen und unsere selbstkreierten Frühstücksburger. Wir haben zusätzlich auch noch einen Kaffeefullautomaten, diverse regionale Getränke und natürlich Knabbereien und Süßigkeiten. Grundsätzlich haben wir viel Spielraum, aber einige Anforderungen müssen wir erfüllen – mittags muss zum Beispiel immer ein Gericht zum Sachbezugswert von 3,80 € angeboten werden und alle Gerichte müssen eine frische Gemüsebeilage beinhalten.

Welche Gerichte kommen besonders gut an?

Deutsche Hausmannskost, Burger, aber auch unsere vegetarisch-vegane Aktionsgerichte sind sehr beliebt.

Apropos: welche kulinarischen Aktionen gibt es?

Wir führen jeden Monat mindestens eine Aktion durch, ob nun niederlassungsbezogen, national oder unsere eigenen Aktionen. Im März hatten wir z. B. die Aktion „Städtetrip“ mit Speisen aus den verschiedensten Städten der Welt.

Was zeichnet die Zusammenarbeit mit dem Kunden aus?

Auf jeden Fall die gute Kundenbindung, das Verhältnis untereinander ist sehr entspannt. Durch monatliche Regeltermine ist der Austausch sehr eng, auch den Kontakt zum Gast während der Ausgabe pflege ich gern, denn hier erfährt man die wichtigsten Dinge.

Kerstin Kunick Grafikdesignerin im Business & Development

Frau Kunick, Sie arbeiten als Grafikdesignerin bei Klüh Catering – was gehört zu Ihren Aufgaben?

Im Grunde genommen kümmere ich mich um die Werbung für die Betriebsgastronomie. Ich gestalte alles, was mit Print zu tun hat – also Aufsteller, Banner und Plakate. Dazu gehören auch die unterschiedlichen Werbematerialien für die kulinarischen Aktionen sowie die Innenraumgestaltung. Man kann auch sagen, ich bewerbe das Essen vor Ort.

Wie sieht denn ein typischer Arbeitstag bei Ihnen aus?

Den gibt es eigentlich nicht. Jeder Tag ist anders. Das fängt schon dabei an, dass ich zum Teil im Homeoffice arbeite und zum Teil in unserer Zentrale in Düsseldorf. Das sind dann die Tage, an denen ich am Computer sitze und Layouts entwerfe. Es gibt aber auch Tage, an denen ich vor Ort in den Betriebsrestaurants bin. Dort bespreche ich beispielsweise im Team mit den Betriebsleiter:innen zukünftige Aktionen. Oder wir entwickeln neue Ideen. Manchmal wird auch kreative Unterstützung bei Veranstaltungen gebraucht. Gerade im gestalterischen Bereich ist es ja so, dass jede Aufgabe, jeder neue Job auf seine Art einzigartig ist. Das macht es so spannend. Mein Arbeitsalltag ist also sehr vielseitig – und nie langweilig!

Was begeistert Sie an Ihrem Job bei Klüh Catering?

Ich habe viele Freiheiten, das ist nicht selbstverständlich. Klüh Catering ist sehr offen für neue Ideen und Impulse, das weiß ich sehr zu schätzen. Natürlich gibt es in der Gestaltung ein vorgegebenes CD, also ein Corporate Design, in dem zum Beispiel Farben und Schriften festgelegt sind, um ein einheitliches Erscheinungsbild zu sichern, aber ich habe trotzdem viele Freiheiten. Ich kann gestalterisch tätig sein und mich einbringen – das ist ein gutes Gefühl.



Warum haben Sie sich gerade bei Klüh Catering beworben?

Das Unternehmen hat meinen Wunschzettel erfüllt! So wollte ich unbedingt im Foodbereich arbeiten. Ich mag den Umgang mit Lebensmitteln – das habe schon immer gerne gemacht. Während meines Studiums habe ich zum Beispiel in der Loge des 1. FC Köln gekellnert.

Kochen Sie auch gerne?

Na klar. Ich liebe es, neue Rezepte auszuprobieren. Dabei bevorzuge ich leckere und raffinierte Gerichte, aber ohne kompliziertes Chichi. Ich backe auch leidenschaftlich gerne. Für mich ist das die pure Entspannung, beispielsweise am Ende eines Arbeitstages.



”

„Unser Premium Apfelsaft ist ehrlich und in Bioqualität produziert.“

APFELSAFT IN BIO-QUALITÄT

Gaumenglücklichmacher von der Streuobstwiese

Es ist immer wieder spannend, wie viel kreatives Potenzial in unseren Mitarbeitenden steckt. Zum Beispiel in Markus Gaudlitz, Business Development Manager und Leiter Organisation bei Klüh Cleaning Deutschland. Er stellt auf seinen Streuobstwiesen Apfelsaft in Bioqualität her, der in unseren Baden-Württembergischen Betriebsrestaurants verkauft wird.

Schöner Spleen

Mit nur einer einzigen Streuobstwiese in der Gemeinde Altbach entdeckte Markus Gaudlitz seine Leidenschaft für einen kleinbäuerlichen Betrieb. Aus der Begeisterung wurde nach Gaudlitz ein „Streuobst-Wiesen-Spleen“: „Wenn wir schon eine Wiese bewirtschaften können, warum sollen wir nicht noch weitere kaufen?“ Gesagt, getan. Die verwilderten Streuobstwiesen wurden und werden von Gaudlitz renaturiert und mit alten Obstsorten neu bepflanzt.

Alles Bio ohne Siegel

Markus Gaudlitz stellt klar klar: „Ironischerweise dürfen wir unser Obst, das weder mineralisch gedüngt noch mit Pestiziden behandelt auf naturbelassenen Flächen heranwächst, nicht als ‚Bio‘ bezeichnen.“

Daher kann ich nur sagen: unser Premium Apfelsaft ist ehrlich und in Bioqualität produziert.“ Aus dem Hobby ist in 15 Jahren ein kleinbäuerlicher Betrieb geworden, der einen eigenen Online-Auftritt mit einem Shop hat. Er wirbt mit dem Slogan: „Gutes aus Jägerhand“ <https://familie-gaudlitz.de/>.

Verantwortung

„Die Produktion des Apfelsaftes bleibt für mich ein Hobby neben meinen Aufgaben bei Klüh. Daher können wir ihn nur in relativ kleinen Mengen produzieren und auch nur einen regionalen Teilbereich in der Betriebsgastronomie von Klüh in Baden Württemberg und vielleicht noch in Hessen beliefern.“ So wie Gaudlitz nehmen auch wir unsere unternehmerische Verantwortung ernst und leisten unsere Beiträge zur nachhaltigen Entwicklung. Als Multiservices-Anbieter arbeiten wir innerhalb unseres Unternehmens übergreifend, tauschen uns aus und stoßen Innovationen an. Insofern passt das Produkt aus dem Schwabenland bestens in die Philosophie bei Klüh Catering: Wir richten Gutes an. Mit Kopf und Herz.



Markus Gaudlitz,
Business Development
Manager und Leiter
Organisation bei Klüh
Cleaning Deutschland



Juliane Dreier,
Regionalleiterin bei
Klüh Catering

GREEN HOSPITAL

Was Krankenhäuser zum Klimaschutz beitragen können

Denkt man an unsere Umwelt und den CO₂-Fußabdruck, kommen einem zuerst Industrie, Flugverkehr und Schifffahrt als Hauptverursacher in den Sinn. Der Klimawandel und der Temperaturanstieg werden aber auch vom Gesundheitssektor beeinflusst – wussten Sie zum Beispiel, dass ein Bett in einem deutschen Krankenhaus 300 bis 600 Liter Wasser pro Tag verbraucht? Dass ein Krankenhaus jährlich so viel Energie wie eine Kleinstadt benötigt? Oder dass rund 17 Prozent der von Krankenhäusern verursachten Treibhausgasemissionen auf die Verpflegung von Patient:innen und Mitarbeitenden mit Fleisch und anderen tierischen Lebensmitteln entfallen? Kein Wunder also, dass die Weltgesundheitsorganisation großes Potenzial für Einsparungen im Gesundheitssektor sieht, die direkten Einfluss auf das Klima nehmen könnten. Ein Lösungsansatz für die Universitätsmedizin Essen ist das Projekt Green Hospital des Universitätsklinikums. Hierbei soll durch unterschiedliche Maßnahmen der Einfluss der Krankenhäuser auf die Umwelt reduziert werden soll – etwa durch eine effiziente Wassernutzung oder eine erhöhte Energieeffizienz.

Essen macht grün

Die Essener Universitätsmedizin umfasst das Universitätsklinikum Essen sowie 15 Tochterunternehmen. Mit etwa 1.700 Betten ist es das führende Gesundheits-Kompetenzzentrum des Ruhrgebiets. Die Vorstände haben das Compendium „Green Hospital“ herausgegeben, das sich erstmals umfassend dem Themenfeld Medizin und Nachhaltigkeit widmet. Das Buch beschreibt nicht nur die Herausforderungen, sondern liefert auch konkrete Lösungsvorschläge, um die Medizin von morgen gleichermaßen menschlich, leistungsfähig und ökologisch zu machen. Zurzeit laufen in verschiedenen Projekten Ausarbeitungen, um Zertifikate zu erwerben – beispielsweise wird gerade eine Zertifizierung zum Thema *Waste* angestrebt. Seit dem Jahr 2000 ist das Universitätsklinikum Essen unser Kunde, und als Caterer unterstützen wir die Green-Hospital-Vorhaben natürlich, wo es nur geht.

Gemeinsame Sache

So hat das Universitätsklinikum Essen unter anderem auch die Green-Hospital-Food-Initiative gegründet. Die Mitglieder der Initiative bilden ein multidisziplinäres Team bestehend aus Klüh Catering-Mitarbeitenden, Mitarbeitenden der Pflege und der Wissenschaft.

Wussten Sie...
Ein Bett in einem
deutschen
Krankenhaus ver-
braucht 300 bis
600 Liter Wasser
pro Tag!

Das Ziel: die Ernährung aller Mitarbeitenden und der Patient:innen nachhaltiger, gesünder und gleichzeitig besonders lecker zu gestalten. Künftig sollen der Energiehaushalt, der Wasserverbrauch und das Abfallmanagement umweltfreundlicher gestaltet werden und vermehrt Gerichte nach den Empfehlungen der *Planetary Health Diet* auf dem Speiseplan stehen – also weniger Fleisch, dafür mehr pflanzliche Kost. Zur Info: 2019 veröffentlichte die EAT-Lancet-Kommission den „Planetary Health Diet“, einen Speiseplan, der die Gesundheit des Menschen und des Planeten gleichermaßen schützen könnte. Durch eine Ernährung im Sinne dieser Planetary Health Diet und der gleichzeitigen Reduktion von Lebensmittelverschwendung könnte die wachsende Weltbevölkerung gesundheitsförderlich und innerhalb der planetaren Grenzen ernährt werden.



Guter Plan

Innerhalb der nächsten zwei bis drei Jahre sollen die Menüpläne im Universitätsklinikum Essen deutlich pflanzenbasierter werden. Gleichzeitig hat sich das Team zum Ziel gesetzt, weniger Lebensmittel zu verschwenden. Juliane Dreier ist Regionalleiterin bei Klüh Catering und von Anfang an in das Projekt Green Hospital involviert.

”

„Wir tragen dazu bei, indem wir die verschiedenen Aufgabenstellungen umsetzen und unterstützen. Daraus ergeben sich für uns als Caterer viele neue Aspekte – auch für eigene Projekte.“

Zum Beispiel stellen wir Zug um Zug die Speisepläne auf ein erweitertes pflanzenbasiertes Angebot um und werden mehr vegetarische und vegane Gerichte anbieten. Auch an der Kaffeebar ist dieses Konzept umsetzbar, zum Beispiel durch den Einsatz von Pflanzenmilch anstelle von Kuhmilch.“

Keine Verschwendung

Zurzeit läuft ein Projekt, das die Lebensmittelabfälle um 30 Prozent reduzieren soll. Als Grundlage dient eine umfangreiche Erhebung in der Patienten- und Mitarbeiterversorgung, die zurzeit ausgewertet wird. Die Ergebnisse dienen als Basis, um beispielsweise neue, pflanzenbasierte Rezepturen zu entwickeln, die sich für die Zubereitungsmethoden Cook & Serve, Cook & Chill sowie Cook & Freeze eignen. In einem weiteren Schritt soll das Menüangebot für die Mitarbeitenden und die Patient:innen um ein bis zwei Gerichte reduziert werden. Die so eingesparten Ressourcen könnten dann für regionale und pflanzenbasierte Bio-Menüs genutzt werden. Das sind doch gute Aussichten, oder? Unsere Umwelt wird es uns danken! Und vielleicht findet der Green-Hospital-Ansatz ja noch viele andere Interessenten...





André Jenczewsky,
Produktentwickler bei
Klüh Catering

RATSAM UND HEILSAM

Die neuen Ayurveda-KRAFTQUELLEN

Stiltstand ist Rückschritt, hat mal ein schlauer Mensch gesagt. Ob das immer so stimmt, wissen wir nicht. Aber wir wissen, dass im Catering eine kontinuierliche Weiterentwicklung notwendig ist. Weil es zum Beispiel neue Erkenntnisse in der Lebensmittelforschung gibt. Oder unsere Tischgäste – und Verbraucher:innen allgemein – neue Anforderungen an ihr Essen stellen. Und natürlich, weil es uns bei Klüh Catering Spaß macht, unsere Tischgäste immer wieder mit neuen kulinarischen Kreationen zu überraschen.

Indisch gibt's jetzt immer

So haben wir im vergangenen Jahr mit einem außergewöhnlichen Angebot überrascht und für viel Aufmerksamkeit gesorgt. Im Rahmen einer kulinarischen Aktionswoche brachten die „Ayurveda-Kraftquellen“ indisches Flair in die Betriebsrestaurants in ganz Deutschland. Und weil die Resonanz so hervorragend war, werden wir wie geplant die Ayurveda-Kraftquellen als festen Bestandteil in unser Catering-Angebot aufnehmen. Unsere Tischgäste können sich also ab jetzt auf Gerichte wie Zitronenreispfanne, Spinat-Linsen-Dal, Rübencurry mit Blumenkohl-Vollkorn-Reis, Lasagne mit Linsen-Bolognese und eine ayurvedische Linsensuppe freuen.

Der perfekte Mix

Aber was sind die Ayurveda-Kraftquellen eigentlich genau? Ayurveda ist den meisten ein Begriff – es bezeichnet die über 5000 Jahre alte altindische Heil- und Lebenskunst, die heute, ähnlich wie Yoga, weltweit ihre Fans hat. Die ganzheitliche Gesundheitslehre vereint körperliche, psychische, mentale und spirituelle Aspekte mit dem Ziel, Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen. Die Menülinie „Kraftquellen“ ist unser ganzheitlicher Ernährungsansatz mit Rezepten für Körperkraft, Geisteskraft und Seelenkraft.

Wir haben beides zusammengeführt und daraus die Ayurveda-Kraftquellen kreiert. Und weil wir unseren Gästen natürlich nur das Beste bieten wollen, haben wir uns Verstärkung geholt: Alle Rezepte sind in Zusammenarbeit mit Kerstin Rosenberg, Leiterin des „Rosenberg Ayurveda Gesundheits- und Kurzentrums“ in Birstein, entwickelt worden.

Klühs Kraftquellen

In den Gerichten der Produktlinie Kraftquellen finden sich Zutaten, die Körper, Geist und Seele stärken. Hochwertige Kohlenhydrate dienen beispielsweise als Nahrung für Muskeln. Eine eiweißbasierte Mahlzeit mit reichlich Gemüse, Omega-3-Fettsäuren, Vollkornprodukten, fettarmen Milchprodukten und Mineralstoffen steigert die Konzentration und verhindert starke

TIPPS

Ganzheitlich genießen

Festhalten können wir aber auf jeden Fall: durch die ayurvedische Küche kann die richtige Balance im Inneren wiederhergestellt werden – und mit unseren ayurvedischen Kraftquellen lassen sich Körper, Geist und Seele stärken. Zum Abschluss hier noch ein paar ayurvedische Tipps von Kerstin Rosenberg, um die inneren Kraftquellen zu stärken:

- Lebe und esse im Einklang zu deiner Konstitution und stärke damit deine körperliche und mentale Belastungsfähigkeit.
- Ersetze Fleisch durch Hülsenfrüchte und Milchprodukte, um deine vitale Lebensenergie auf vollwertige Weise zu steigern.
- Esse in Ruhe und gönne Dir genügend Zeit für eine vollwertige Mahlzeit zum Mittagessen.
- Bevorzuge regionale und saisonale Produkte für deine Ernährung. Sie wirken besonders ausgleichend auf dein körperliches und psychisches Wohlbefinden
- Gewürze und Kräuter machen deine Nahrung leichter verdaulich. Verwende sie täglich, um deine Speisen bekömmlicher zu machen.



Hier geht's zur Homepage von Kerstin Rosenberg

verantwortlich für die Struktur des Körpers, für Wachstum und Gelenkigkeit), Pitta (Feuer und Wasser, steht für biochemische Vorgänge im Körper wie Stoffwechsel und Verdauung) und Vata (Wind, Luft und Äther, gilt als die Lebensenergie). Diese drei Doshas bestimmen im Ayurveda das körperliche und seelische Gleichgewicht. Die jeweilige Ausprägung bestimmt den Stoffwechseltyp, das Temperament und die Konstitution eines Menschen. Deswegen sollte man sich entsprechend seines Typs ernähren, um im Gleichgewicht zu bleiben.

Das bedeutet: Vata-Typen sollten blähende Speisen wie Kohl meiden, Pitta-Menschen auf Scharfes und Saures verzichten, Kapha-Typen wird scharfe und leichte Kost mit viel Obst und Gemüse empfohlen. Natürlich ist dieses Thema sehr komplex, wir können es an dieser Stelle nur anreißen. Wer sich näher mit Ayurveda beschäftigen möchte, findet im Internet schnell jede Menge Infos.



Blutzuckerschwankungen. Nahrungsmittel wie Hülsenfrüchte, Getreide und Nüsse heben die Laune, weil sie bei der Bildung der entspannenden Neurotransmitter Serotonin und Dopamin helfen. Diese lassen uns auch Stress besser bewältigen und mit einer sonnigen Ausstrahlung glänzen.

Indiens Ayurveda

Nach der ayurvedischen Lehre besteht die Natur aus den Elementen Feuer, Erde, Wasser, Luft und Äther. Diese fünf Elemente bilden drei Lebensenergien (Doshas) mit verschiedenen Eigenschaften: Kapha (Erde und Wasser,

IMPRESSUM

Herausgeber:
 Klüh Catering GmbH
 Texte: Nadja Franke
 Layout: Klüh Catering GmbH
 Druck: Druckerei Köller+Nowak GmbH
 Fotos und Illustrationen:
 Silke Steinraths: Titel, Titel Teaser Mitte; S. 3, Portrait; S. 4; S. 5; S. 6, Bild oben, Portrait; S. 7; S. 8; S. 9, Portrait; S. 12; S. 13; S. 14; S. 15; S. 18 Portrait; S. 22 Portrait
 Picture People: S. 16, Portrait
 Vanessa Kurz: S. 19, Portrait und Bilder oben
 NUA EYE: S. 9
 Adobe Stock: ©GulyaevStudio: Titel unten rechts; ©valentinamaslova: S. 10; ©Alice Korolevich, S. 11, Bild links; ©Pixel-Shot: S. 11, Bild rechts; ©Jürgen Fälchle: S. 12, Bild unten (WDR-Maus); ©New Africa: S. 20, Bild oben; ©GulyaevStudio: S. 20, Bild oben; ©petrrgoskov, S. 23; ©valentinamaslova: Rückseite



*Locker, leicht
und sooo
knusprig!*



PIA
PRONTO
PINSA



**PINSA – DER ITALIENISCHE
LECKERBISSEN.**

Ciao, ich bin Pia und ich freue mich, dass du hier bist.
Wir Italiener lieben gutes Essen und genießen mit allen Sinnen.
Das kannst du auch. Gönn' dir eine Auszeit und entdecke
La Dolce Vita.

Einfach lecker!
Eure Pia vom Klüh Catering Team



Hier gibt's mehr Infos
und Wissenswertes zur
Pinsa-Aktionswoche