



Senioren-Küche: gesund und herzhaft

Deutschland altert. Aktuelle Studien ergeben, dass im Jahr 2020 eine von fünf Personen älter als 65 Jahre sein wird. Auch die Lebensmittelindustrie reagiert inzwischen auf die abzusehende Überalterung der Gesellschaft. Führende Nahrungsmittel-Lieferanten entwickeln spezielle Ernährungskonzepte sowie neue Produktlinien und liefern auf diese Weise umfassende Anregungen für Krankenhäuser, Heime und Kliniken.

Das Verständnis für die Bedeutung gesunder Ernährung wird künftig größer werden. Lebensmittellieferant Nestlé nutzt diese Entwicklung und sieht darin die Chance, sich mit neuen Produkten und Dienstleistungen im Bereich der Lebens- und Arzneimittel zu etablieren. Seit Gründung der Sparte „HealthCare Nutrition“ Anfang der 90er-Jahre wird dieser Geschäftsbereich fortwährend weiterentwickelt. In Deutschland hat sich Nestlé HealthCare Nutrition auf Nahrungsergänzungsmittel für alte Patienten sowie auf dazu passende medizinische Produkte konzentriert. Dazu gehören: Supplemente zur ergänzenden Ernährung, vollbilanzierte Trink- und Sondennahrung zur ausschließlichen Ernährung, Medizinprodukte zur Verabreichung von Sondennahrung und begleitende Programme und Produkte zur Gewichtsreduktion. Alle Produkte sind, so Hersteller Nestlé, im Hinblick auf die Lebensmittelsicherheit ISO-zertifiziert.

Auch andere Lebensmittellieferanten wie beispielsweise Unilever und Dr. Oetker setzen sich intensiv mit den Essgewohnheiten und -wünschen der älteren Generation auseinander. So basieren die neuesten Produktrends auf Forschungen zu dem, was ältere Gäste von der Küche erwarten. Senioren haben ein individuell geprägtes Geschmackempfinden, das von den unterschiedlichsten Faktoren abhängig ist, unter anderem auch von der jeweiligen Medikamenteneinnahme. Beispielsweise entwickeln viele ältere Menschen eine Überempfindlichkeit gegen Salz. Daher empfehlen die INTERGAST-Lieferanten, auf den vermehrten Einsatz von Kräutern in der Küche zu setzen. Die Temperatur der Speisen sollte im mittleren Bereich liegen, also weder zu heiß noch zu kalt sein. Das schont den Magen.

Optimal für Senioren ist eine frische und vitaminreiche Nahrung. Am liebsten essen sie jedoch deftig. Speisen, die sie aus ihrer Kindheit ken-



nen, oder die gute alte „Hausmannskost“ stehen bei den älteren Gästen hoch im Kurs. Trotzdem mögen sie es auch abwechslungsreich. Angebote aus der regionalen Küche schätzen sie dabei besonders. Zu kreativ sollte die Küche jedoch nicht sein. Insbesondere exotische Komponenten stoßen nur in Maßen auf Akzeptanz. Bei der Speiseplangestaltung empfiehlt es sich, die Senioren mit einzubeziehen. Individuelle Speisewünsche sollten berücksichtigt werden.

Neben dem Geschmack spielt die Optik der Speisen eine wichtige Rolle. Diese sollten appetitlich angerichtet sein. Bei pürierter Kost ist es allerdings für Küchenchefs nicht einfach, das umzusetzen, was die älteren Gäste von ihnen erwarten. Vor allem in Kliniken, Krankenhäusern

und Heimen ist die Zeit für solche Dinge oftmals knapp. Mit UniKit, dem Unilever Küchen Informations Tool für Krankenhäuser, Kliniken und Heime, unterstützt Unilever Food Solutions seit 2009 alle in solchen Institutionen arbeitenden Köche mit Informationen und neuen Rezeptideen. Zum Themenschwerpunkt pürierte Kost gibt es jetzt einen neuen Informations-Ordner 2012. Er bietet Lösungsvorschläge und Hintergrundinformationen zur konsistenzangepassten Kost bei Kau- und Schluckbeschwerden. □

Infos

- www.unileverfoodsolutions.de
- www.puerform.de
- www.oetker-food-service.de



Lutèce



Experience, Passion and Quality

1910 züchteten wir zum ersten Mal Champignons. Zu dieser Zeit entstand unsere Begeisterung für dieses besondere Handwerk. Heutzutage genießen tagtäglich Menschen aus über 50 Ländern unsere Produkte, die entsprechend den höchsten Qualitätsanforderungen produziert werden: frische Verarbeitung garantiert Erhaltung der Nährstoffe und besten Geschmack. Wichtigste Ansprüche sind für Lutèce die Voraussetzung die besten Produkte herzustellen – die besten Champignonprodukte für Sie. www.lutece.nl



- kalorienarm
- reich an Eiweißen
- reich an Ballaststoffen
- vielseitig im Gebrauch

Care-Markt

Senioren essen mit Erinnerungen



Essen hat für Senioren einen emotional höheren Stellenwert als vielfach vermutet. Senioren-Forscher Dr. Gundolf Meyer-Hentschel sagt, warum.

Herr Dr. Meyer-Hentschel, wann gilt ein Mensch als alt?

Das kann man nicht so einfach festlegen oder verallgemeinern. Wir haben im Lauf unserer Forschung die Erfahrung gemacht, dass man den Übergang vom Arbeitsleben in den Ruhestand als einen wich-

tigen Angelpunkt sehen kann. Dieser Lebenschnitt führt häufig dazu, dass sich die Verhaltensweisen der Menschen ändern. Bezogen auf den Bereich Ernährung bedeutet das: Ruheständler haben auf einmal mehr Zeit für die Zubereitung des Essens und auch fürs Essen selbst.

Fotos: Privat



Naarmann's bewährte Gastronomie-Qualität – jetzt auch laktosefrei*!

NAARMANN

... immer „Erste Sahne“

Laktosefrei*

Genuss ohne Beschwerden!

Naarmann's neue laktosefreie* Produktlinie deckt den Bereich Laktoseintoleranz ideal ab.



* Restlaktosegehalt unter 0,1 %.

Dr. Gundolf Meyer-Hentschel ist Gründer des Meyer-Hentschel Instituts Saarbrücken. Das Institut hat sich auf das Thema Senioren-Marketing in Europa spezialisiert.

Welchen Stellenwert nimmt das Essen im Leben älterer Menschen ein?

Einen hohen Stellenwert. Essen gehört zu den Verhaltensweisen, die wir über Jahrzehnte erlernen. Wir verbinden Essen mit unserer Person, mit unserem Wohlempfinden und wollen es mit unseren Erinnerungen in Einklang bringen. Essen ist ein hochemotionaler Aspekt des Lebens. Das bedeutet, wenn Sie einem älteren Menschen bestimmte Speisen nehmen oder ihm sagen, du darfst das und das nicht essen, dann nehmen Sie ihm Teile seiner Lebensgeschichte.

Was sollten ältere Menschen denn Ihrer Meinung nach essen – und was auf keinen Fall?

Bei Ernährungstipps ist vieles Ideologie. Ich tue mich schwer, als „Ernährungsexperte“ aufzutreten. Unserer Erfahrung nach ist es das Sinnvollste, das zu essen, was Freude bereitet. Natürlich muss man berücksichtigen, dass der Kalorienbedarf im Alter abnimmt. Nahrungsmittel, die zu stark auf das Gewicht gehen, sollten weggelassen werden. Viel fettarmes Fleisch wie Geflügel und Fisch ist gut. Wobei es für die aktuelle Generation der Älteren häufig schwierig ist, ihre Gewohnheiten abzulegen. So sind die Menschen, das geht auch aus der Verhaltensforschung hervor.

Welche Tipps geben Sie einem Küchenchef, der ältere Menschen bekocht?

Der Optik des Essens sollte mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden, da im Alter das Geschmacksvermögen nachlässt und die Augen auch nicht besser werden. Die Freude älterer Menschen am Essen lässt dann oft nach, kann aber wieder gesteigert werden, wenn die Speisen optisch gut aussehen. Diese Wahrnehmung kann man unterstützen, indem man beispielsweise buntes Geschirr verwendet, das sich farblich vom Essen abhebt. Wenn in weißen Dessertschälchen auch noch weißer Quark serviert wird, dann weiß ein älterer Mensch nicht mehr, wo der Löffel hin muss. Da kann man noch viel tun. □

NEU!

Genuss in bester Schnitzel- Tradition!

JETZT MIT NEUER PANADE!
„Spitze, auch
bei langer Standzeit!“



**Außen kross –
innen saftig!**

CombiLine
Schweinelachs-Schnitzel

Die neue Schnitzel-Generation vom Trendsetter für High-Convenience aus dem Convectomaten – maßgeschneidert auf die Anforderungen des Außer-Haus-Marktes.

Einzigartige Qualität – maximale Convenience:

- neue Panade mit noch besserer Brateigenschaft
- außen herrlich kross – innen lecker saftig
- natürliche Optik – wie selbst gemacht
- Gelinggarantie für alle Zubereitungsarten
- höchster Genuss auch bei langer Standzeit

FVZWESTFOOD

...einfach machen!

FVZ-Westfood Convenience GmbH · Natorper Straße 57 · D-59439 Holzwickede
Fon: 0 23 01 / 913 31-0 · Fax: 0 23 01 / 913 31-26
E-mail: info@fvzwestfood.de · www.fvzwestfood.de