



Wirtshaus trotz Unverträglichkeit

Die Zahl der Menschen mit besonderen Ernährungsbedürfnissen steigt stetig an. Diese stellen auch heimische Gastronomiebetriebe zunehmend vor Herausforderungen. Ein Pilotprojekt, an dem unter anderem die fh gesundheit in Innsbruck beteiligt ist, soll sie dabei unterstützen.

Von Andreas Marksteiner

Wer in ein Tiroler Wirtshaus essen geht, erwartet traditionelle Hausmannskost. Und genau das erhält man auch für gewöhnlich. Gekocht und gegessen wird genauso deftig wie eben immer schon hier in Tirol. Was sich im Gegensatz dazu aber sehr wohl geändert hat, sind unsere Ernährungsweisen und -bedürfnisse. Etwa ein Drittel aller Österreicher und Deutschen reagiert sensibel auf Frucht- oder Milchzucker. Auch der Bedarf an einer glutenfreien Ernährung steigt. Ein Besuch in einem Gast- oder Wirtshaus kann für betroffene Menschen zu einem Spießrutenlauf werden. Das zu ändern versucht das von der Tiroler Landesregierung geförderte Leuchtturmprojekt „Tiroler Esstisch“, an dem die fhg – Zentrum für Gesundheitsberufe Tirol GmbH (kurz: fh gesundheit), die FH Kufstein, der Cluster Wellness Tirol der Standortagentur Tirol und Gastronomiebetriebe unter der Leitung von Peter Weigand, Geschäftsführer der Tiroler Wirtshauskultur (TWHK), mitarbeiten.

Drei Alternativen geboten

Im Zuge dieses Pilotprojekts werden an der fh gesundheit derzeit Konzepte zu drei verschiedenen Kostformen ausgearbeitet. In einem der Konzepte werden Fruktose und Laktose, also Frucht- und Milchzucker, so weit wie möglich reduziert. Die zweite erarbeitete Kostform beschäftigt sich mit

einer komplett glutenfreien Ernährung. Während sich die beiden Entwürfe mit diversen Intoleranzen beschäftigen, bietet das dritte Konzept lediglich eine gesündere Alternative zum herkömmlich in

Carina Wahler

„Immer mehr Gäste erkundigen sich nach speziellen Kostformen.“

der Gastronomie erhältlichen Essen. Bereits vor Projektbeginn im Herbst 2018 habe sich gezeigt, dass der Bedarf jedenfalls gegeben ist, meint Diätologin **Carina Wahler**, die seitens der fh gesundheit für das Projekt mitverantwortlich ist. In einer Umfrage haben die Betriebe der TWHK mitgeteilt, dass sie regelmäßig mit besonderen Ernährungsbedürfnissen konfrontiert sind. „**Immer mehr Gäste** erkundigen sich nach speziellen Kostformen“, so Wahler.

Zwei der drei Entwürfe sind mittlerweile bereits komplett ausgearbeitet. Nur der Ansatz, der eine gesunde Option bieten soll und unter dem Ar-



Carina Wahler ist seit 2018 im Studiengang Diätologie als Projektmitarbeiterin für das Projekt esstisch.tirol tätig. Darüber hinaus arbeitet sie als selbstständige, freiberufliche Diätologin in Wattens.



01



01 Wer unter einer Unverträglichkeit gegenüber gewissen Lebensmitteln leidet, ist in seiner Nahrungsaufnahme mitunter stark eingeschränkt. Milchprodukte, gewöhnlicher Haushaltszucker und sogar vermeintlich gesundes Obst können zu Problemen führen.



Judith Erler ist seit 2014 zuständig für Lehre und Forschung im Bachelor-Studiengang Diätologie. Zusätzlich ist sie als Diätologin in Freiberuflichkeit tätig.

beitstitel „leicht und bekömmlich“ läuft, ist noch nicht gänzlich fertiggestellt. „Bis etwa Mitte April sollten dann alle drei Konzepte stehen“, erklärt **Judith Erler**, zuständig für Lehre und Forschung im Bachelor-Studiengang Diätologie an der fh gesundheit. Damit wäre dann die „Vorbereitungsphase“ abgeschlossen. Insgesamt dauert das Projekt noch bis September 2020.

Kommunikation verbessern

Im nächsten Schritt werden ab Mai die Schulungen für die Mitarbeiter der beteiligten Gastronomiebetriebe vorbereitet. Einerseits wird es im Herbst dieses Jahres theoretische Impulse geben, andererseits aber auch eine praktische Einheit, wo mit einem Diätkoch gemeinsam vorgekocht werden wird. „Im stressigen Küchenalltag in der Gastronomie ist es natürlich schwierig, alles auch richtig umzusetzen“, befindet Erler. „Darum wird geschaut, dass die Mitarbeiter möglichst gut vorbereitet werden.“

Es sollen aber nicht nur Köche, sondern auch Service- und Rezeptionsmitarbeiter bei den Schulungen dabei sein, um die Kommunikation mit Gästen und Kunden zu verbessern. Oft würde es nämlich auch daran scheitern, dass die Bedürfnisse und Wünsche nicht ordentlich weitergeleitet werden und so gar nie in der Küche ankommen.

Online-Schulungen

Zwar werden auch Präsenztermine für die Schulungen angeboten, an denen alle Interessierten persönlich teilnehmen können, gleichzeitig wird aber auch mitgefilmt. Die Einheiten werden sowohl direkt als Livestream als auch im Nachhinein als Video-on-Demand auf der Lernplattform moodle abrufbar sein. All das wird von der FH Kufstein organisiert und zur Verfügung gestellt. „Gerade in der Gastronomie gibt es einen häufigen Wechsel an Personal“, erläutert Erler. So könne, wenn ein bereits geschulter Mitarbeiter verloren geht, sein Nachfolger online und ortsungebunden nachgeschult werden.

Die FH Kufstein arbeitet zudem an einer digitalen Landkarte, auf der sämtliche teilnehmenden Betriebe eingezeichnet sind. Die Karte wird für jeden, also auch für die künftigen Gäste, auf der projekteigenen Website einzusehen sein, sobald diese fertig eingerichtet ist (voraussichtlich Ende Mai). Über diese Vernetzung der Bereiche Diätologie, Technik und Informatik sollen die Gastronomiebetriebe der TWHK die Möglichkeit erhalten, nicht nur ihr Speisenangebot entsprechend den Bedürfnissen einer neuen Gästeschiedt auszurichten, sondern all das auch auf digitalem Wege sichtbar zu machen und damit neue Kunden zu gewinnen.



Die fh gesundheit bietet Ihnen FH-Bachelor-Studiengänge sowie Weiterbildungs- und Spezialisierungsmöglichkeiten für Gesundheitsberufe mit international anerkannten akademischen Abschlüssen.

➔ FH-Bachelor-Studiengänge

- Augenoptik*
- Biomedizinische Analytik
- Diaetologie
- Ergotherapie
- Gesundheits- und Krankenpflege
- Logopädie
- Physiotherapie
- Radiologietechnologie

➔ Master-Programme

- Advanced Practice Midwifery
- Biomedical Sciences
- Ernährungskommunikation
- Klinische Diaetologie
- Osteopathie
- Pädagogik in Gesundheitsberufen
- Qualitäts- und Prozessmanagement im Gesundheitswesen
- Suizidologie
- Suchtarbeit

Start 2019

➔ Akademische Lehrgänge

- Anästhesiepflege
- Intensivpflege
- Kinder- und Jugendlichenpflege
- Kinderintensivpflege
- OP-Pflege
- Psychiatrische Gesundheits- und Krankenpflege

* vorbehaltlich der Akkreditierung



Genauere Richtlinien

Um eine gute Vorbereitung und die bestmögliche Umsetzung zu garantieren, handelt es sich bei den erstellten Entwürfen auch nicht um irgendwelche vagen Konzepte mit allgemein gehaltenen Vorgaben. Es wurden genaue Richtlinien für die beteiligten Betriebe ausformuliert. Zudem finden sich darin auch optimierte Rezepte. „Es steht in den Leitlinien genau drin, welche Alternativen die Betriebe haben“, erklärt Carina Wahler. Sodass das Küchenpersonal immer genau

wissen, „wenn sie eine gewisse Zutat nicht verwenden können, wodurch sie diese ersetzen können“.

In dieser Hinsicht wäre eine rein laktosefreie Kostform „relativ einfach um-

zusetzen“. Die Schwierigkeit bezüglich des ersten der drei Konzepte läge im Verzicht auf Fruktose. „Ohne Fruktose zu kochen“, stellt eine große Herausforderung für die Betriebe dar. Es darf keinerlei Obst verwendet werden und auch kein gewöhnlicher Haushaltszucker. Dieser besteht ebenfalls zur Hälfte aus Fruktose“, so Wahler weiter.

Der Gesundheit etwas Gutes tun

Was das Kochen ohne Gluten betrifft, sagt Judith Erler: „Es gibt bereits einige Gastronomieunternehmen, die glutenfreie Kost anbieten, aber mit der Realisierung oft noch Schwierigkeiten haben. Menschen, die unter einer Zöliakie leiden, sollen sich aber wirklich sicher sein können, dass das auch tatsächlich umgesetzt wird.“ Vor allem, weil bei solchen Intoleranzen auch mit kleinen Mengen bereits viel angerichtet werden könne.

Unabhängig davon steht beim dritten und letzten Entwurf das Wohlbefinden im Vordergrund. Für Leute, die ihrer Gesundheit etwas Gutes tun wollen. Dabei soll unter anderem der Gebrauch von Fett, Zucker und Salz möglichst reduziert werden, ohne jedoch gänzlich darauf zu verzichten. Zudem stehen nährstoffschonende Zubereitungsmethoden wie Dünsten und Dämpfen im Fokus. Carina Wahler: „Auch im Gasthaus kann ich meine Gesundheit fördern.“

Carina Wahler

„Ohne Fruktose zu kochen, stellt eine große Herausforderung für die Betriebe dar.“