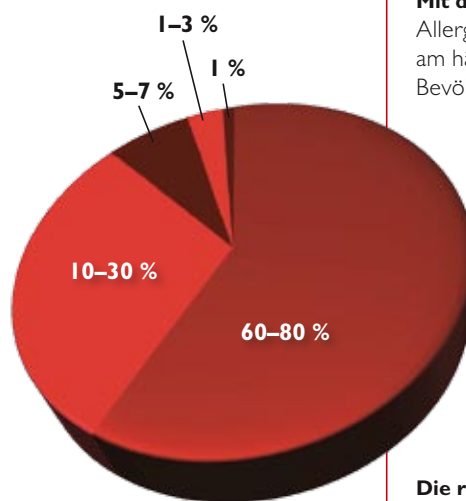


ALLERGIEN SIND KEINE
PEANUTS
DER KORREKTE UMGANG MIT
UNVERTRÄGLICHKEITEN



Lebensmittelintoleranzen gibt es immer häufiger. Wie reagieren Gastwirte auf **Allergikergäste**? Was ist bei der Zubereitung von allergikerfreundlichen Speisen zu beachten? Lohnt sich der Umstieg für den Gastronomen?

Text: Nina Beutler



Quelle: <http://diepresse.com/>

» nahrungsmittel-unverträglichkeiten

Mit durchschnittlich 10-30 % der Allergiker ist die Laktose-Intoleranz am häufigsten in der europäischen Bevölkerung zu finden.

5-7 % der Allergiker leiden an Fructose-Malabsorption.

1-3 % der Bevölkerung müssen auf histaminreiche Nahrungsmittel verzichten.

1 % der Allergiker leidet an einer Unverträglichkeit des Weizeneiweißes Gluten.

Die restlichen 60-80 % verteilen sich nahezu vollständig auf die 14 Hauptallergene: Neben Milch und Gluten bestehen diese aus Krustentieren, Eiern, Fisch, Erdnüssen, Soja, Nüssen, Sellerie, Senf, Lupinen, Sesamsamen, Mollusken und Sulfiten sowie deren Erzeugnisse.

ERDNÜSSE

Sie zählen zu den stärksten Allergenen. Schon in geringen Mengen können sie Allergiesymptome auslösen. Botanisch gesehen gehören sie nicht zu den Nüssen, sondern zu den Hülsenfrüchten. Mögliche Alternativen bieten Kokosflocken, Sesam, Sonnenblumen- oder Kürbiskerne.

Auswärts essen zu gehen, ist für Allergiker immernoch mit Ängsten besetzt. So zögern laut einer Umfrage des US-Gesundheitsunternehmens AllergyFree Passport immer noch etwa 80 Prozent der Allergiker, öfter auswärts essen zu gehen. Die Unsicherheit geht hierbei von beiden Seiten aus. Vielen Allergikern ist es unangenehm, den Kellner mit ihren Extra-

richtlich belangt werden. Wie wichtig die Auseinandersetzung mit dem Thema Lebensmittelintoleranzen in der Gastronomie ist, verdeutlicht die Zahl von etwa drei bis vier Millionen Allergikern allein in Deutschland. Laut dem Deutschen Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAD) ist die Tendenz steigend. Aus diesem Grund gab der DAAD in Kooperation mit dem DEHOGA, dem Deutschen Hotel- und Gaststättenverband, und dem BMELV, dem Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz, im November 2008 eine Broschüre mit dem Titel „Gute Gastgeber für Allergiker“ heraus (den Downloadlink finden Sie unter <http://www.rollingpin.at/>). Diese soll ein Leitfaden für Gastronomen hinsichtlich des Umgangs mit Allergikern

Unsicherheit oder Zurückhaltung: **80 Prozent der Allergiker** essen weniger auswärts.

wünschen zu behelligen. Die Gastronomen hingegen scheuen sich vor möglichen rechtlichen Konsequenzen, denn wer einen Allergiker bewirbt und ihm nicht die genauen Inhaltsstoffe der Speisen kundgibt, kann ge-

sein. Zusätzlich entwickelte die Initiative im Mai 2009 eine Karte mit dem Titel „Eine Bitte an den Koch“. Diese Karte soll Allergikern ermöglichen, auf diskrete Art über ihre Unverträglichkeiten informieren. ▶

DER GUTE UMGANG MIT ALLERGIKERN

BEIM SERVICE

Niemals eine Auskunft geben, die unsicher ist. Versuchen Sie die vom Gast gewünschte Information herauszufinden, sagen Sie jedoch deutlich, falls es nicht möglich ist, eine verlässliche Auskunft zu geben. Bieten Sie dem Gast eine Alternative an.

AUF DEM TISCH

Ein Hinweis auf der Speisekarte, ein Aufsteller auf dem Tisch oder ein Plakat an der Wand teilt Ihren Gästen mit, dass Sie für das Thema Lebensmittelallergien zugänglich sind.

IM INTERNET

Sollten Sie eine eigene Website haben, fordern Sie auch hier den allergischen Gast dazu auf, mit Ihnen in Kontakt zu treten. Veröffentlichen Sie beispielsweise Auszüge aus Ihrer Speisekarte, aus denen der allergische Gast entnehmen kann, dass Sie Auskunft über die Verwendung allergener Zutaten geben.

AM TELEFON

Bieten Sie an, dass der allergische Gast sich vor seinem Besuch telefonisch mit Ihnen in Verbindung setzen kann, um abzusprechen, was im Individualfall zu berücksichtigen ist. Welche Speisen aus Ihrem Angebot kommen für den Gast infrage? Können Sie gegebenenfalls ein spezielles Gericht für ihn servieren?

BEIM EINKAUF UND BEI DER LAGERUNG

Kaufen Sie Produkte mit bekannter Zusammensetzung, verpflichten Sie Lieferanten, über Änderungen in der Rezeptur und enthaltene Allergene zu informieren. Es sollte immer ein Referenzprodukt auf Lager sein und entsprechende Produktinformationen aufbewahrt werden.

BEI DER ZUBEREITUNG UND DER PRODUKTION

Verwenden Sie Convenienceprodukte nur, wenn die Zusammensetzung bekannt ist und diese regelmäßig überprüft wird. Empfehlung von Speisen für Allergiker in die Planung mit einbeziehen.



MILCH

Milch ist omnipräsent. Sie findet Verwendung in Panaden, Aufläufen oder Wurstwaren. Mögliche Alternativen, je nach Verwendungszweck, sind: Olivenöl, Soja-, Reis- oder Hafermilch sowie Sojacreme anstelle von Sahne. Viele Produkte wie Käse und Joghurt sind zudem laktosefrei erhältlich.

EI

Neben dem klassischen Spiegelei, werden Eier hauptsächlich in Saucen, Gebäck und Desserts verwendet. Die hier gefragte Bindefähigkeit kann durch Gelatine, Kartoffelstärke, Haferflocken, Quark oder eine Mischung aus Pflanzenöl, Wasser und Backpulver erreicht werden.

SELLERIE

In der Lebensmittelindustrie findet sich Sellerie vor allem in Saucen, Wurstwaren, Ketchup und Brühwürfeln. Als geschmackliche Alternative bieten sich beispielsweise Petersilienwurzeln an. Auch bei Fertigprodukten sind immer öfter selleriefreie Varianten im Handel erhältlich.

Bieten Sie Alternativen und Hilfe an. Prinzipiell sollte auf die Eigenverantwortung des Gastes gesetzt werden. In den meisten Fällen wird Sie der Allergiker von sich aus über seine Intoleranzen informieren. Nichtsdestotrotz kann der Gastronom mithelfen, damit sich auch Menschen mit Unverträglichkeiten rundum umsorgt wissen. Immer mehr Gaststätten bieten beispielsweise die Möglichkeit, schon bei der Reservierung die Küche über Nahrungsmittelintoleranzen zu informieren (siehe Kasten links). Bei der Menüerstellung sollte darauf geachtet werden, dass bestimmte allergene Nahrungsmittel durch Alternativen ersetzt werden können. Hierbei ist vor allem auf die Gruppe der 14 Hauptallergene zu achten, die laut der EU-Richtlinien 2003/89/EG und 2006/142/EG für 90 Prozent der Allergien verantwortlich sind. In dieser Gruppe befinden



BJÖRN FREITAG,
CHEFKOCH IM „GOLDENEN ANKER“ IN
DORSTEN

Geboren in Gelsenkirchen, lernte Björn Freitag das Kochen im „Schachener Hof“ in Lindau am Bodensee. Mit 23 Jahren übernahm er den „Goldenen Anker“, der seit 2001 einen Michelinsterne trägt. Gault Millau ehrte ihn mit 14 Punkten. Seit einiger Zeit beschäftigt er sich mit der kreativen, allergikerfreundlichen Küche. <http://www.bjoern-freitag.de>



SOJA

Soja findet oft in der asiatischen und vegetarischen Küche Verwendung. Gefährlich für Allergiker: Auch Zusatzstoffe wie Backmittel oder Emulgatoren enthalten Soja. Eine mögliche Alternative für Tofu stellt Seitan dar; Sojamilch kann durch Hafer oder Reismilch ersetzt werden.

sich beispielsweise Nahrungsmittel wie die erwähnten Erdnüsse, Milch, Eier aber auch Sellerie, der bei immer mehr Menschen eine allergische Reaktion hervorruft.

„In einer guten Küche hält sich der Mehr-

Anja Bode am Herzen. Sie arbeitet bei der Europäischen Stiftung für Allergieforschung (ECARF), die seit 2003 kostenlose Siegel für besonders allergikerfreundliche Produkte und Dienstleistungen verleiht. Über 40 dieser Siegel hat ECARF schon vergeben, allein in Deutschland wurden bereits das Maritim Hotel in Berlin, das Hilton Hotel in Berlin und Frankfurt und das Berliner Hollywood

Bereits bei der **Menüerstellung** sollte an Alternativen für Allergiker gedacht werden.

aufwand bei der Umstellung auf Allergiker in Grenzen“, weiß Sternekoch Björn Freitag zu berichten (siehe Interview). Die Vermeidung von zusätzlichen Kosten liegt

Media Hotel von ECARF ausgezeichnet. In der Schweiz bekam das Panorama Hotel die Bescheinigung verliehen und in Österreich wurde mit der Initiative „Allergie ▶

ALLERGIKER-KÜCHE ALS MARKTLÜCKE

ROLLING PIN: Was hat Sie bewogen, sich mit Allergikerküche zu beschäftigen?

Björn Freitag: Seit etwa vier Jahren steigt die Nachfrage vor allem nach gluten- und laktosefreien Produkten. Als ich mich näher mit dem Thema beschäftigte, erkannte ich, wie viel Nachholbedarf Deutschland auf diesem Gebiet hat, vor allem im Vergleich zu den USA.

RP: Wie schwierig war es, Ihre Küche auf ein allergikerfreundliches Kochen einzustellen?

Freitag: Da wir immer schon ohne Convenienceprodukte kochten, war die Umstellung im Grunde sehr einfach. Nur bei speziellen Produkten wie Schokolade mussten wir etwas im Internet recherchieren. Da wir grundsätzlich auf jeden Gast individuell eingehen, ist die Umstellung auf ein Menü ohne ein bestimmtes Allergen auch nicht dramatisch.

RP: Was kann ein Gastwirt Ihrer Meinung nach tun, um besser auf Allergiker einzugehen?

Freitag: Zunächst ist eine gute Schulung der Mitarbeiter wichtig. Als Koch muss ich mir zudem bewusst sein, dass eine kreative Küche auch ohne allergene Stoffe auskommt und wohlschmeckend sein kann. Ein Restaurant das eine allergikerfreundliche Küche anbietet und gleichzeitig qualitativ hochwertig ist, wird auch von den übrigen Gästen gerne frequentiert. Man kann hier durchaus von einer Marktlücke sprechen.



FABRICE KIEFFER

CHEF DES RESTAURANTS IN DER
„RESIDENZ HEINZ WINKLER“

Der im Elsass geborene Winzersohn begann seine Karriere im „Oerschen Hof“ in Münster. Im Jahre 1996 übernahm Fabrice Kieffer mit erst 24 Jahren die Restaurantleitung im „Venezianischen Restaurant“ der 3-Sterne-Residenz Heinz Winkler. 1997 kürte ihn Gault Millau zum „Oberkellner des Jahres“. www.residenz-heinz-winkler.de

DIE ZAHL DER ALLERGIKER STEIGT

ROLLING PIN: Wie oft kommt es vor, dass Sie einen Gast mit einer Lebensmittelunverträglichkeit bewirten?

Fabrice Kieffer: Ich schätze, dass etwa 3 bis 8 Prozent unserer Gäste an einer Unverträglichkeit oder Allergie leiden. Die Zahl ist in den letzten zwei Jahren allerdings stark angestiegen. Vor allem die Unverträglichkeit von Hülsenfrüchten, Laktose und Gluten, dem Stärke-eiweiß im Getreide, ist zunehmend stärker vorhanden.

RP: Wie gehen Sie als Maître mit solchen Gästen um?

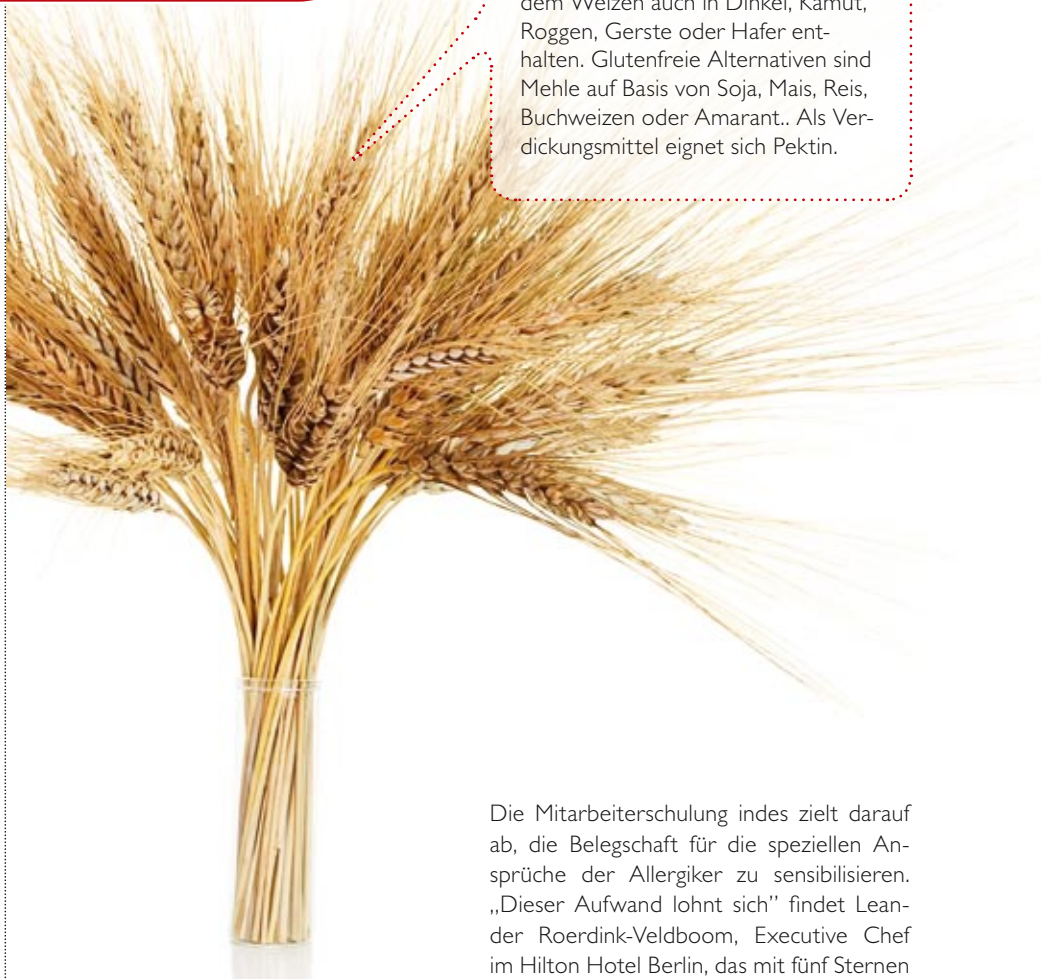
Kieffer: Etwas 90 Prozent der Allergiker kommen direkt auf mich zu oder informieren uns vorab per E-Mail über ihre Unverträglichkeiten, sodass wir uns darauf einstellen können. Alle Mitarbeiter sind zudem so geschult, dass sie jederzeit auf die speziellen Wünsche der Gäste reagieren können. Als Maître fungiere ich als Verbindungsstück zwischen Küche und Gast. Ich bin also dafür zuständig, dass beispielsweise die Butter bei einer Laktoseintoleranz durch Olivenöl ersetzt oder ein glutenfreies Brot serviert wird.

RP: Die Zahl der Allergiker nimmt stetig zu. Kann es sein, dass manche dieser Allergien eher auf Einbildung basieren?

Kieffer: Es gibt natürlich Gäste, bei denen der Eindruck einer „Pseudoallergie“ entsteht. Nichtsdestotrotz müssen wir alle Wünsche unserer Gäste sehr ernst nehmen. Schließlich wollen wir vermeiden, dass auf einmal der Notarzt vor der Tür steht.

WEIZEN

Hier ist hauptsächlich das Klebe-eiweiß Gluten gefährlich. Es ist neben dem Weizen auch in Dinkel, Kamut, Roggen, Gerste oder Hafer enthalten. Glutenfreie Alternativen sind Mehle auf Basis von Soja, Mais, Reis, Buchweizen oder Amaranth. Als Verdickungsmittel eignet sich Pektin.



Alpin“ gar eine ganze Hotelkette mit dem Siegel gewürdigt. Die Beantragung des Siegels ist relativ einfach. Ein formloses Schreiben genügt und der Gastwirt bekommt die Richtlinien von ECARF zugesendet. Es folgt

Die Mitarbeiterschulung indes zielt darauf ab, die Belegschaft für die speziellen Ansprüche der Allergiker zu sensibilisieren. „Dieser Aufwand lohnt sich“ findet Leander Roerdink-Veldboom, Executive Chef im Hilton Hotel Berlin, das mit fünf Sternen ausgezeichnet wurde. „Wenn jeder Gast 100-prozentig zufrieden ist, ist dies unbezahlbar“. Ob sich sein Kundenstamm seit dem Erlangen des Siegels verändert hat, kann Herr Roerdink-Veldboom nicht genau

Die allergikerfreundliche Küche wird auch von **Nichtallergikern** gerne angenommen.

eine einwöchige Mitarbeiterschulung durch einen Mitarbeiter von ECARF. Die Kosten für den Betrieb beschränken sich hierbei auf die Anfahrtskosten des ECARF-Beauftragten.

sagen, aber die allergikerfreundlichen Speisen am Buffet sind sehr beliebt. Schließlich wird mit einem solchen Siegel auch Nichtallergikern suggeriert, dass sie sich in einem Haus befinden, das Wert legt auf das Wohlergehen seiner Gäste. ■

Es geht wieder los ...

ROLLING PIN sucht die „jungen wilden 2010“.



michael wolf
„junger wilder 2009“

Gib deiner Karriere den richtigen Kick und melde dich zum coolsten Kochwettbewerb Europas an.

Gewinne neben viel Ruhm und Ehre eine Coverstory in ROLLING PIN, die Aufnahme in die „jungen wilden“ sowie ein Praktikum bei „El Bulli“ Ferran Adrià.

Alle Informationen und Anmeldung unter www.jungewilde.eu.