

120 Schweizer Küchenchefs kochen mit Kindern und vermitteln ihnen die Freude an einer ausgewogenen Ernährung

Vevey, 28. November 2016 – **Wissenschaftliche Studien belegen es: Kinder, die beim Kochen helfen, essen mehr Gemüse und vielseitiger als andere. Nun öffnen 120 Schweizer Küchenchefs, darunter 20 Spitzenköche aus bekannten Häusern, ihre Restaurant-Küche interessierten Kindern. Sie engagieren sich freiwillig – mit der von Nestlé lancierten Initiative *Gemeinsam für gesündere Kinder*. Unterstützt wird die Initiative von der *Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE*, dem renommierten Kochwettbewerb *Bocuse d'Or* sowie dem Museum für Ernährung *Alimentarium*.**

Den Samstag, 26. November werden viele Kinder nicht so schnell vergessen: Zusammen mit erfahrenen Köchen bereiteten sie im *Alimentarium* in Vevey in gemischten Gruppen mit ihren Eltern köstliche Gerichte zu. In einem knapp einstündigen Kochkurs erfuhren sie aus berufenem Munde diverse Tricks und Kniffe für ein gesundes und schmackhaftes Essen. Dabei kam der Spass nicht zu kurz. Schliesslich wollten die Küchenchefs etwas von ihrer Freude am Kochen an die junge Generation weitergeben.

Zu den Köchen, die mit den interessierten Kindern kochten, gehören bekannte Namen wie Stéphane Décotterd vom Restaurant *Le Pont de Brent* in Brent, Dario Ranza von der *Villa Principe Leopoldo* in Lugano, Filipe Fonseca Pinheiro vom *Hotel de Ville* in Crissier, Didier Sidot vom Restaurant *Au Goût du Jour* in Lausanne, Philippe Ligrón, Chefkoch des Museums für Ernährung *Alimentarium* in Vevey und Emmanuel Lorieux von *Nestlé Professional*.

Ab nächstem Jahr werden über 100 weitere Küchenchefs ihre Küchen öffnen und interessierten Kindern ein unvergessliches Kocherlebnis in einer professionellen Umgebung bieten. Die Idee dazu stammt von *Gemeinsam für gesündere Kinder*, einer Initiative, mit der sich Nestlé gemeinsam mit verschiedenen Partnern weltweit dafür einsetzt, dass sich Kinder gesund ernähren. Unterstützt wird die Initiative in der Schweiz unter anderem von der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE, dem *Alimentarium* sowie der *Académie Suisse Bocuse d'Or*, der alle Spitzenköche angehören, die seit 1987 an einem Kochwettbewerb des *Bocuse d'Or* als Präsident, Kandidat oder Jurymitglied teilgenommen haben.

Auf spielerische Weise zu mehr Bewegung und ausgewogener Ernährung

Zahlreiche Studien belegen, dass Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene gesünder und ausgewogener essen, wenn in ihrer Familie ein- bis zweimal pro Woche gemeinsam gekocht wird. «*Gemeinsam für gesündere Kinder* passt bestens zu uns», sagt Christophe Cornu, CEO von Nestlé Suisse. «Wir engagieren uns für Familien und fördern eine gesunde Ernährung sowie einen aktiven Lebensstil bei Schulkindern.» So ist Nestlé Suisse Hauptpartner von fit4future, einem Programm, das Bewegungsarmut, Übergewicht, Stress und Aggressionen bei Schulkindern frühzeitig entgegenwirken will und so einen Beitrag zur Gesundheitsförderung im Kindesalter leistet. fit4future motiviert jedes Jahr 150'000 Primarschulkinder auf spielerische Weise zu mehr Bewegung und bringt ihnen eine ausgewogene Ernährung näher.

Website www.nestlefamily.ch in Erwachsenen- und Kinderversion

Mit der Website www.nestlefamily.ch unterstützt Nestlé Suisse zudem die Familien in der Schweiz mit Ratschlägen und Serviceleistungen für eine gesunde und ausgewogene Ernährung. Wie trifft man die richtigen Entscheidungen in Bezug auf die Ernährung der Familie? Wie wendet man sie täglich am besten an? Wie wird das Kochen für meine Kinder eine positive Erfahrung? Und wie kommen wir als Familie zu Bewegung, Sport und Spiel? Solche Tipps und Hinweise finden sich auf www.nestlefamily.ch – und das erst noch in einer innovativen kindergerechten Aufmachung. Durch kinderleichtes Umschalten lassen sich die Inhalte entweder in einer Erwachsenen- oder einer Kinderversion betrachten.

Lust auf ein unvergessliches Kocherlebnis?

Die Initiative *Gemeinsam für gesündere Kinder* unterstützt Eltern dabei, ihre Kinder auf spielerische Weise für eine ausgewogene Ernährung zu begeistern – ganz ohne erhobenen Zeigefinger. Wie? Indem wir Kinder und Eltern zum gemeinsamen Kochen motivieren!

Über 120 Köche aus der Westschweiz und dem Tessin setzen sich für dieses Ziel ein und offerieren je einen kostenlosen Kochkurs pro Jahr in ihrem eigenen Restaurant.

Und schon im nächsten Jahr wird die gesamte Schweiz im „Kochfieber“ sein.

Kinder zwischen 6 und 12 Jahren, die an einem unvergesslichen Kocherlebnis mit einem Küchenchef in ihrer Region interessiert sind, können sich mit Hilfe ihrer Eltern auf www.unitedforhealthierkids.ch anmelden.

Photocredits : APG Image/Maxime Gaudard

Fragen zu diesem Thema beantwortet :

Nina Kruchten | Nestlé Suisse S.A. | Case postale 352 | 1800 Vevey | 021 924 55 95 | presse@ch.nestle.com