Pressemitteilung – Juni 2026

Erfolgreicher Abschluss des Koch-Workshops des Schorndorfer PräNetz: Gesund kochen, gemeinsam lernen, miteinander genießen

Mit dem Termin am 8.6. ist der Koch-Workshop erfolgreich zu Ende gegangen. Das Angebot richtete sich an Jugendliche im Alter ab 13 Jahren und verband praktische Koch-Erfahrungen mit Wissensvermittlung rund um gesunde Ernährung, gemeinschaftliches Erleben und kulturelle Vielfalt.

Im Rahmen der Workshop-Reihe kamen Jugendliche unterschiedlicher Herkunft zusammen, um in der Freiluftküche Schorndorf gemeinsam zu kochen, neue Lebensmittel kennenzulernen und sich aktiv mit Ernährung auseinanderzusetzen. Begleitet und vorbereitet wurde das Angebot von Sabine Daunderer (PräNetz Stadt Schorndorf), Jonas Kachel (sein Mahl) sowie Vanessa Seidel (LRA, Bereich Landwirtschaft).

Die Workshops wurden bewusst zielgruppengerecht gestaltet. So wurde unter anderem auf einfache Sprache geachtet, unterschiedliche Ernährungsgewohnheiten berücksichtigt und bei der Speisenauswahl halal- sowie vegetarische Alternativen eingeplant. Da einige Jugendliche an mehreren Terminen teilnahmen, wurden auch Wünsche und Ideen für folgende Kochabende aufgegriffen. Jeder Workshop begann mit einem offenen Ankommen ab 17 Uhr, gefolgt von einem Kennenlernspiel und niedrigschwelligem Input von Vanessa Seidel zum Thema „Gesunde Ernährung“, bevor von 18 bis 20 Uhr gemeinsam mit Bio-Koch Jonas Kachel gekocht wurde. Den Abschluss bildeten das gemeinsame Essen und Aufräumen.

Auch kulinarisch bot die Reihe viel Abwechslung: Beim ersten Termin standen Loaded-Waffles auf dem Programm - Waffeln mit Gemüse in allen Farben und Variationen, Tofu, Seitan und geräuchertem Mozzarella. Am zweiten Termin wurde unter dem Motto „Bella Italia“ italienisch gekocht, etwa mit Nudeln und echter beziehungsweise vegetarischer Bolognese. Ergänzt wurde das Menü durch eine „Vorspeise aus aller Welt“ mit gefüllter Aubergine und vegetarischer Alternative sowie Beeren-Sorbet als Nachspeise. Beim dritten Workshop bereiteten die Jugendlichen eine kreative Künstler-Pizza zu: kleine Pizzen mit Gemüsebildern, Käse, veganem Käse aus Mandeln und geräuchertem Wurzelgemüse. Dazu gab es gebratene Antipasti mit Balsamico.

Für die Weiterentwicklung des Formats sind bereits neue Ideen im Gespräch. Im kommenden Jahr könnten mit Jugendlichen beispielsweise Themen wie Meal-Prep, das Einlegen von Gemüse sowie weiterer theoretischer Input zu Ernährung aufgegriffen werden.

Mit dem erfolgreichen Abschluss der Workshop-Reihe wurde ein wichtiger Beitrag zu Gesundheitsförderung, sozialem Lernen und alltagsnaher Ernährungsbildung geleistet. Die große Resonanz zeigt: Gemeinsames Kochen schafft Begegnung, stärkt Kompetenzen und macht Lust auf mehr.