



Claudia (66) und Silvan (53) schneiden das bunte Gemüse, mit blauen Handschuhen. Doch erst stärken sie sich mit einer Tasse Kaffee.



Ilse (80) schält gerne Kartoffeln. Das geht bei der Seniorin ganz schnell und macht ihr großen Spaß.



Claudia Nübel (Mitte) freut sich mit Klaus (60) und Barbara (52) über die leckeren Laugenbrezeln, die in den Salat kommen.

Menschen mit Handicap kochen gemeinsam

Im Haus der Lebenshilfe wurde der „Kochclub Westerfeld“ gegründet. Entstanden ist ein Buch mit vielen Bildern und Rezepten.

Tetmeyer

ildesche. Auf den Ti-
stehen Schalen mit ro-
nd gelben Paprikascho-
Tomaten und Gurken. Im
ergrund dudelt ein Pop-
aus dem Radio. Claudia
el legt noch Brettchen und
e Messer an die Plätze,
die blauen Handschuhe
en nicht fehlen. Die Haus-
schaftsmeisterin hat ihren
itsplatz in einer Einrich-
der Lebenshilfe an der
terfeldstraße.
Wenn ich die Begeiste-
in den Augen der Be-
ner sehe, weiß ich, dass sie
haben“, schwärmt die 44-
ige. Einmal im Monat wird
einsam gekocht. Sogar
n Kochclub haben die
byköche, zu denen acht
ohnerinnen und Bewoh-
mit Handicap zählen, ge-
det. Das Motto lautet:
auptsache lecker.“
Ich bin fleißig“, sagt Su-
ne, die als eine der Ersten
en Speiseraum kommt. Die
ährige legt ihre Schürze an,
t sich an das Kopfende des
thes und stärkt sich erst ein-
mit einer Tasse Kaffee. An-
ießend entscheidet sie sich
eine leuchtend rote Papri-
Es dauert nicht lange, dann
das Gemüse in Würfel ge-
nitten.

Nach und nach treffen die
igen Bewohner ein. Alle
den sich Schürzen in ver-
edenen Farben um. Jani-
Elke und Silvan setzen sich
den Tisch, mit dem Rün-
zum Fenster, streifen ihre
ndschuhe über und schrei-
zur Tat. Lauchzwiebeln,
dieschen, Gurken – alles
ss klein geschnitten wer-
n.
Claudia Nübel hat ihre Au-
überall und hilft, wenn es
tig ist. „Wir machen heute
en Couscous-Salat und
en Brezensalat“, verrät die
uswirtschaftlerin. Die Re-
pte liegen bereit. Jeder hat
e Aufgabe. Der Duft von
schen Minzeblättern zieht



Klaus (v.l.), Ilse, Barbara, Susanne, Claudia, Janine, Elke und Silvan freuen sich, dass das Essen fertig ist. Die Schürzen haben sie deshalb schon abgenommen. Nun muss der Tisch noch gedeckt werden. Auf dem Bild ist der Couscous-Salat mit Fetakäse zu sehen.

Fotos: Sylvia Tetmeyer

durch den ganzen Raum. „Wir
haben draußen auch einen
Naschgarten und Hochbeete“,
berichtet sie.
Geachtet werde darauf,
möglichst regionale Produkte
zu verwenden. Bevor es los-
geht, fragt sie nach den Wün-
schen der Bewohner, kauft ein
und bereitet alles vor. Häufig
sind es vegetarische Gerichte,
die zubereitet werden, manch-
mal gibt es aber auch Fleisch.
Hamburger kommen gut an,
aber Eintöpfe und Aufläufe fin-
den ebenfalls dankbare Ab-
nehmer. 2020 entstand die Idee
für den Kochclub, erzählt Clau-
dia Nübel.
Daran kann sich Barbara
auch noch gut erinnern. Die

52-Jährige kam vor drei Jah-
ren in die Einrichtung. Die
„Zwiebelexpertin“ mag gerne
Gemüsebratlinge und Zwie-
belkuchen. Ihr gegenüber sitzt
Ilse mit einem Berg Kartoffeln
vor sich.

Zwiebelexpertin und Kartoffelschälerin

Daneben steht eine Schüs-
sel mit Wasser. Die 80-Jährige
beteuert, dass sie gerne Kar-
toffeln schält. Und das geht
sehr schnell. Immer wieder
lässt sie die fertigen Kartoffeln
in die Wasserschüssel plump-
sen.

Einige Meter weiter steht Sil-

van am Herd und brät die klein
geschnittenen Zwiebeln. Clau-
dia, Barbara und Klaus legen
derweil die Laugenbrezeln auf
ein Blech. Sie werden anschlie-
ßend in dünne Scheiben ge-
schnitten, mit Olivenöl bestri-
chen und geröstet.
Was die leidenschaftlichen
Köchinnen und Köche in den
vergangenen drei Jahren ge-
brutzelt haben und wie viele
Lebensmittel sie dabei ver-
braucht haben, kann im na-
gelneu gestalteten Buch nach-
gelesen werden. Die Bilanz:
183 Kilogramm Kartoffeln,
24 Kilo Zwiebeln, 15 Kilo Por-
ree, 360 Eier und 16 Kilo Mehl.
„Das muss aber mit einem Au-
genzwinkern betrachtet wer-

den“, sagt Claudia Nübel. Das
Buch enthält zahlreiche Ab-
bildungen, bei denen die Be-
wohner in Aktion zu sehen
sind. Dazwischen gibt es Lieb-
lingsrezepte. Barbara ist Fan
der Kochsendung „Viel für we-
nig“ mit Björn Freitag. Außer-
dem isst sie gerne Nudeln mit
Tomatensoße und Kräutern.
Ganz neu in der Gruppe ist an
diesem Nachmittag Kornelia.
„Wir sind zusammen zur Schu-
le gegangen“, erzählt Barbara.
Nach rund anderthalb Stun-
den sind die Vorbereitungen
beendet. Bei vielen knurrt
schon der Magen. Doch zu-
nächst muss der Tisch ge-
deckt werden. Die bunten Ser-
vietten liegen bereit. Inzwi-

schen ist Alexandra Kipp-Baj-
nika eingetroffen. Die Fund-
raising-Beauftragte bietet ihre
Hilfe an – und freut sich schon
auf ein gemütliches Miteinan-
der.
Am Ende stehen zwei gro-
ße Schüsseln Salat auf dem
Tisch. Nach den ersten Hap-
pen sind sich alle einig: „Das
ist sehr lecker.“ Als Nachtisch
gibt es noch Eis. Nach dem Es-
sen wird die Küche aufge-
räumt. In den nächsten Wo-
chen wächst dann langsam die
Vorfriede auf das gemeinsa-
me Kochen im August. Am 25.
des Monats wird zudem ein be-
sonderes Ereignis gefeiert: Das
Wohnhaus in der Westerfeld-
straße 150 wird 30 Jahre alt.