

## BaMiKo: Kreative Gerichte begeistern bei Rezeptwettbewerb

Open Science > Projektnews > BaMiKo: Kreative Gerichte begeistern bei Rezeptwettbewerb



Beim Rezeptwettbewerb gab es insgesamt 32 ballaststoffreiche Gerichte zu verkosten, Bild: Annelieke Overbeeke

Am 22. Mai 2024 fand der Rezeptwettbewerb an der HBLFA Tirol statt, bei dem die besten ballaststoffreichen Gerichte der jungen Köchinnen und Köche gekürt wurden. Ein wichtiger Meilenstein im Projekt BaMiKo!

Nach drei Monaten intensiver Arbeit – dem Kochen, Ausprobieren und Abwandeln ballaststoffreicher Gerichte – konnten die Schüler:innen nun stolz ihre Ergebnisse präsentieren.

Schon zeitig in der Früh starteten die angehenden Köch:innen mit den Vorbereitungen für ihren großen Tag und kochten insgesamt 32 verschiedene ballaststoffreiche Gerichte: Von Fruchtmüsli-Riegeln für ein schnelles Frühstück bis hin zu Burgern mit und ohne Fleisch, von Sauerkraut-Sandwiches bis zu Sauerkraut-Muffins, ebenso Kichererbsencurry und Linsenwraps, und auch einige regionale Spezialitäten wie Brenner Nudeln und Vorarlberger Riebel.

Nach einer kurzen Eröffnung durch Ronald Zecha, den Direktor der HBLFA, folgten knapp 100 Besucher:innen der Einladung, aus den Speisen mittels Fragebogen die besten sechs Rezepte zu wählen. Dabei war es für viele der Verkoster:innen überraschend, wie vielseitig Ballaststoffe in den Rezepten ergänzt wurden und wie gut sie tatsächlich schmecken können!

Die Schüler:innen, das Lehrpersonal und die Darmspezialistin Annelieke Overbeeke freuten sich sehr über die vielen Besucher:innen und das positive Feedback.

Demnächst werden die Fragebögen ausgewertet und die Gewinnerrezepte ermittelt, die dann auch als Videos gestaltet werden sollen.

as, 11.09.2024