



Kochen mit und für Senioren

Die Ennepetaler Autorin Britta Kummer kochte jetzt gemeinsam mit einigen Anwohnern der Curanum Seniorenresidenz Voerde aus ihren Kochbüchern. Aus dem Kochbuch „Low Carb Revolution - Kohlenhydratarmes Powerschlemmen“ wurde sich als Vorspeise ein Mango und Zucchini Salat ausgesucht, der schnell zubereitet war. Zum Hauptgang gab es eine ausgefallene Variante einer Linsensuppe aus dem Kochbuch Lecker ohne totes Tier - 77 x vegetarischer Genuss. Diese Suppe war zwar in der Zubereitung um einiges aufwändiger, da die vielen Zutaten erst mundgerecht geschnitten

werden mussten.

Letztendlich wurde in geselliger Runde zusammen gespeist und beide Rezepte fanden großen Anklang. Die Autorin musste den Anwohner versprechen, dass dies nicht das letzte gemeinsame Kochen war.

Auf Bitten der Anwohner, quasi als Nachspeise, las Britta Kummer noch etwas aus ihrem 1. Buch Willkommen zu Hause, Amy vor und rundete damit das gemeinsame Kochen ab. Für beide Parteien war klar, das muss unbedingt wiederholt werden und schon jetzt freuen sich alle auf das nächste gemeinsame Treffen.

Foto: privat
