

NÖN: Neue Ideen für die Gastronomie

NÖN Woche 25/2020

Bezirk Horn 13

„So leicht geht vegan“

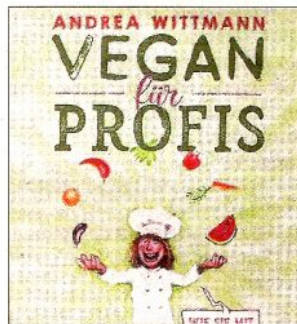
Neue Ideen für Gastronomie | Andrea Wittmann aus Sigmundsherberg will mit ihrem neuen Buch Gastronomiebetrieben die vegane Küche schmackhaft machen.

SIGMUNDSSHERBERG | Mit ihrem neuen Buch „Vegan für Profis“ will die Sigmundsherbergerin Andrea Wittmann erreichen, dass das Angebot an veganen Speisen in Gastronomiebetrieben vielfältiger wird. Denn: „Die niederösterreichischen Gastronomiebetriebe bieten von der Haubenküche bis zur Hausmannskost alles in bewährter hoher Qualität“, sagt sie. Doch mit der traditionellen Fixierung auf Fleisch und tierische Produkte werde ein wachsender Teil der Konsumenten vernachlässigt: „Nämlich jene, die tierische Produkte vermeiden wollen.“ Dabei wäre es gar nicht so kompliziert, pflanzliche Gerichte für diese Zielgruppe bereitzustellen.

Wie einfach das gehen kann, weiß Wittmann, die Gastronomiebetriebe bei der Kreation veganer Angebote unterstützt und jetzt den Ratgeber „Vegan für Profis“ geschrieben hat. Das Buch richtet sich an professionelle und Hobby-Köche, die wissen wollen, wie man vegane Gerichte kocht und wie eine vegane Mahlzeit satt macht und Auge und Gaumen anspricht. Es



Mit ihrem Buch „Vegan für Profis“ will Andrea Wittmann einen Ratgeber für Gastronomie und Hobbyköche bieten. *Fotos: privat*



gehe ihr nicht um die hohe Kochkunst, sondern um Tipps, wie man im Handumdrehen auch jene Gäste willkommen heißt und bedient, die (gerade mal) keine tierischen Produkte essen wollen.

Aufräumen will sie mit Mythen rund um die vegane Küche. Etwa, dass sie kompliziert sei, teure und schwer erhältliche Zutaten brauche und Ersatzprodukte wie Wurst, Käse und Fleischersatz nicht wegzudenken seien. Wittmann klärt über diese und andere weitverbreitete

Irrtümer auf und zeigt mit einfachen und bodenständigen Rezepten, wie unkompliziert und schnell das Kochen mit Pflanzen funktionieren kann.

Mindestens 25 Prozent der Konsumenten würden gern öfter pflanzliche Mahlzeiten essen, sagt sie: „Die Zahl der Flexitarier und jener, die vom Arzt empfohlen bekommen haben, weniger Fleisch zu essen, ist im Steigen. Auch laktoseintolerante Menschen wissen ein veganes Gericht ebenso zu schätzen wie Veganerinnen und Veganer. Sie

werden derzeit in der Gastronomie aber noch kaum zufriedenstellend bedient.“ Das sei sehr schade – sowohl für die interessierten Kunden, die hungrig bleiben, als auch für die Gastronomen, denen diese Kundschaft durch die Lappen geht.

Buch in der Horner Bücherstube erhältlich

Auch wenn das Buch primär eine Anleitung für die Gastronomie sei, es sei auch Köchen nützlich, die einfach etwas Veganes kochen wollen, beispielsweise Eltern veganer Teenager.

Wittmann selbst, die 1965 geboren wurde und als Diplomsozialarbeiterin, Lebens- und Sozialberaterin und Yogalehrerin arbeitet, lebt seit ungefähr zehn Jahren vegan und wohnt in Sigmundsherberg. Sie bietet auch auf ihrem Blog Informationen und Inspirationen zum veganen Leben wie Buchrezensionen, Lokaltipps und ganz viele Rezepte.

„Vegan für Profis“ ist online, im Weltladen Horn, in der Bücherstube Horn und bei der Autorin erhältlich.

<https://www.noen.at/horn/sigmundsherberg-neue-ideen-fuer-gastronomie-so-leicht-geht-vegan-sigmundsherberg-andrea-wittmann-vegan-210464842>

Rund 10% der Bevölkerung sind derzeit Vegetarier, 1,2% leben vegan, 10-15% leiden an Laktoseintoleranz. Dazu kommt eine wachsende Gruppe an Flexitariern, die ihren Fleischkonsum reduzieren wollen. In Summe sind das mindestens 25%, die gelegentlich oder dauerhaft auf tierische Produkte verzichten wollen. Nicht verzichten wollen sie auf gemütliches Feiern und Beisammensein mit Kolleginnen, Familie und Freunden.



Momentan werden diese 25% in der Gastronomie unzureichend oder gar nicht bedient. Viele ambitionierte Gastwirte haben versuchsweise vegane Speisen angeboten, haben die Gerichte aber wieder von der Karte genommen, weil der Aufwand groß war und die Nachfrage zu gering.

In diesem Buch erfahren Sie, wie Sie mit möglichst geringem zeitlichen und finanziellen Aufwand jederzeit vegane Speisen anbieten können.

ANDREA WITTMANN, Jahrgang 1965, ist seit vielen Jahren Foodbloggerin (www.veganwerden.info) und gibt ihr Wissen in Kochkursen weiter. Sie ernährt sich seit knapp 10 Jahren vegan und möchte öfter auswärts essen gehen.

ANDREA WITTMANN VEGAN für PROFIS



WIE SIE MIT
GERINGEM ZEITLICHEN UND
FINANZIELLEN AUFWAND
PFLANZLICHE GERICHTE
AUF DIE SPEISEKARTE
BRINGEN

