

## Tecklenburger Landbote



Ein Selfie machte Stefan Marquard mit den Küchenhelfern aus der Jahrgangsstufe Q2.

TV-Koch Stefan Marquard am Hannah-Arendt-Gymnasium

# Ein Promi tischt Gesundes auf

Von Paul Meyer zu Brickwedde

**LENGERICH.** Am Vormittag war Stefan Marquard die Lockerheit in Person. Hier eine kurze Unterhaltung, da eine Erklärung, was zu machen ist. Schließlich griff der durchs Fernsehen bekannte Sternekoch sogar zu seinem Handy. Er wollte unbedingt ein Selfie mit den Jugendlichen der Q2 vom Hannah-Arendt-Gymnasium haben, die ihm zuvor zur Seite gestanden hatten. Die HAG-Mensa war für einen Tag das Reich des prominenten Küchenchefs. Und der kam nach dem offenbar recht entspannten Start am späten Mittag noch so richtig ins Rotieren.

Die Aktion „Sterneküche macht Schule“ führte den 54-Jährigen nach Lengerich. Das Gymnasium hatte sich erfolgreich um eine Teilnahme beworben. In Kooperation mit der Knappschafts-Krankenkasse bietet der Franke ein ganzes Paket rund ums Thema gesundes Essen an – mit dem kostenlosen Mittagessen als Höhepunkt. Die Fleischbällchen

mit einer Tomaten-Paprika-Salsa, Reis und Gemüse fanden reißenden Absatz und wurden sowohl von den erwachsenen Essern als auch von den jungen Mensa-Gängern hoch gelobt. Dass es sich dabei nicht nur um nette Worte für den Promi-Gast handelte, zeigte der Blick auf den Tablettwagen. Auf den meisten Tellern blieben keine Reste, ab und an fand sich lediglich noch etwas Reis oder Gemüse.

Und es kamen derart viele Mittagsgäste, dass Stefan Marquard und Mensa-Chef Frank Waldmann improvisieren mussten. Einen Puffer von einem Drittel rechnete er immer ein, berichtete der Koch-Gast nach dem großen Ansturm. Der reichte diesmal nicht, aber die beiden Profis schafften es schließlich dennoch, alle satt zu bekommen.



Die Schüler der HAG-Koch-AG halfen am Mittag fleißig bei der Essenausgabe.  
Fotos: Paul Meyer zu Brickwedde

Schon zuvor waren in großer Masse Leckereien unter hungrige HAG-Volk gebracht worden. Um die 1000 Smoothies (Inhalt: Äpfel, Ananas, Bananen, Möhren, Ingwer, Apfel- und Orangensaft) wurden püriert, außerdem einige hundert bunte Spieße mit Paprika, Zucchini, Gur-

ke, Pilzen und Huhn oder wahlweise Garnelen von den Q2-Jugendlichen unter Aufsicht von Marquard produziert.

Der TV-Koch, der durch sein piraten-ähnliches Aussehen mit großen Ohrringen, Kopftuch, prägnantem Bart und Zopf eine auffällige Erscheinung ist, hat es sich auf die Fahnen geschrieben, jungen Menschen, deren Eltern, ebenso wie Mensa-Teams gesundes und frisches Essen nahe zu bringen. „Die Kinder haben es verdient, etwas Geiles auf den Teller zu kriegen“, formulierte er es auf seine salopp-authentische Art.

Dass er den Worten auch Taten folgen lässt, bewies er in Lengerich. Der Star hatte in der Küche und am Tresen unübersehbar das Sagen und packte an erster Stelle mit an, als der Gästeandrang zum Mittagessen mächtig anschwell. „Ja, das ist Stress“, meinte Marquard wenig spä-

ter, als sich die Lage beruhigt und seine jungen Helfer der HAG-Küchen-AG die nötige Routine entwickelt hatten.

Der Mannschaft um Mensa-Chef Frank Waldmann sprach Marquard ausdrücklich ein Lob aus, vor allem deshalb, weil diese die Frische-Formel bereits praktizier-

re. Grundsätzlich wichtig sei es natürlich, auch die Eltern mit ins Boot zu holen. Da sollen nicht zuletzt die Schüler, die mit ihm am Dienstag in der Küche standen, als „Agenten“ dienen und daheim gesundes und leckeres Essen einfordern.

Das „kleine Einmaleins der Kocherei“ stand dann am Nachmittag an. Neben Lehrern und Eltern nahmen auch Mitarbeiter der Stadtverwaltung an der kulinarischen Fortbildung à la Stefan Marquard teil. Das stand für die mit Blick auf die weitere Planung in Sachen Gesamtschul- und HAG-Mensa auf dem Programm.



Dieses Bild ist urheberrechtlich geschützt.

Quelle für Artikeltextdarstellung: Artikeltext oder Artikel- und Ganzseitendarstellung.

### Quelle

Verlag  
Publikation  
Ausgabe  
Datum

: Westfälische Nachrichten  
: Lengerich  
: Nr.73  
: Mittwoch, den 27. März 2019

