

# Senioren stehen am Kochherd

**Strengelbach** Pro Senectute führt einen Kochkurs für Männer durch

Am Mittwochnachmittag hat ein Dutzend Senioren in der Schulküche mit einem Kochkurs begonnen, der bis 12. März dauern wird. Der von der Pro Senectute ausgeschriebene Kurs wird von der Hauswirtschaftslehrerin Franziska Leuenberger aus Brittnau geleitet.

HERBERT SIEGRIST

Alle 14 Tage, jeweils am Mittwochnachmittag bis und mit 12. März, ist die Schulküche in Strengelbach mit Senioren belegt. Es sind insgesamt 13 Männer, die am Kochkurs der Pro Senectute teilnehmen. Viele unter ihnen sind Frischlinge, was das Kochen anbetrifft. Einige nehmen denn auch erstmals an einem Kochkurs teil. Andere wieder mit Kocherfahrung wollen einfach ihr Wissen und Können am Kochherd vertiefen.

Die Kursleitung obliegt Hauswirtschaftslehrerin Franziska Leuenberger, die ansonsten 8.- und 9.-Klässlern aus Strengelbach das Kochen beibringt. Sie hat aber auch Erfahrung mit kochenden Männern, leitet sie doch schon seit 20 Jahren die Hobbyköche Strengelbach. Doch da wird in einer höheren Liga gekocht. Sie kocht sehr gerne mit Erwachsenen. «Diese arbeiten engagiert, diszipliniert und sind lernwillig», meint die Hauswirtschaftslehrerin.

## Einfache Menüs zubereiten

An den Kursnachmittagen kochen die Männer jeweils ein einfaches Menü. Die einzelnen Gänge werden gruppenweise zubereitet. Die Kursleiterin Franziska Leuenberger ist stets zur Stelle, wenn ein Tipp oder ein Rat benötigt wird. Ob zum Beispiel die Fleischsauce noch etwas mehr Würze braucht oder ob die Sauce für den Salat nicht etwas milder gemacht werden sollte. So lernen die Senioren im Kurs die nötigen Techniken kennen, um selbstständig einfache und gesunde Alltagsgerichte zu kochen. An passender Stelle flicht die Kursleiterin immer wieder Wissenswertes über Nahrungsmittel ein. In entspannter, gemütlicher Atmosphäre kommt un-



VERTIEFT IN DIE MENU-ZUBEREITUNG Die Kursteilnehmer arbeiten im Team. HST

ter den Kursteilnehmern auch der Gedanken- und Erfahrungsaustausch nicht zu kurz.

## Überbackene Pouletbrüschchen

Am ersten Kursnachmittag stand ein einfaches, doch feines Menü auf dem Programm. Es gab mit Käsesauce überbackene Pouletbrüschchen, dazu Tomaten und Peperoni mit Kräuterkruste. Feines Gemüse wurde zubereitet. Zum Dessert gab es eine Orangencreme, mit Orangen-

saft, Maizena und etwas Zucker vermischt.

## Gemeinsam essen

Jeweils zum Schluss eines jeden Kursnachmittags folgt der Höhepunkt. Das gemeinsam zubereitete Menü wird selbstkritisch gekostet. Da bleibt auch Zeit, miteinander über Gott und die Welt zu plaudern. Am ersten Kursnachmittag hatte die Kursleiterin den Wein zum Essen spendiert. Für die nachfolgenden Kursnachmittage wer-

den die Kursteilnehmer sich bezüglich Wein selber arrangieren. Nach jedem Kursnachmittag, versteht sich, verlassen die Kursteilnehmer die Schulküche in blitzsauberen Zustand. Alles benötigte Kochgeschirr wird gereinigt und kommt wieder an seinen Platz.

Für den nächsten Kursnachmittag ist das Menü auch schon bekannt. Franziska Leuenberger: «Da machen wir Geschnetzeltes und Kartoffelstock. Als Dessert soll es Pommes à la Crème geben.»

## Nachgefragt

### Warum besuchen Sie den Kochkurs?



**Otto Bär, Rothrist**  
Meine Schwiegertöchter haben mich animiert, den Kochkurs zu besuchen. Ich nehme somit erstmals an einem solchen Kurs teil. Im Erwerbsleben hätte ich gerne gekocht, doch die Zeit dazu fehlte mir. Aber im Garten bin ich stets der Grilleur gewesen.



**Godi Wälti, Küngoldingen**  
Ich besuche erstmals einen Kochkurs. Zuhause habe ich nie gekocht. Das war die Domäne meiner Frau. Mit der Teilnahme möchte ich in Zukunft einfache Gerichte selber kochen können. So könnte ich meine Frau hin und wieder entlasten.



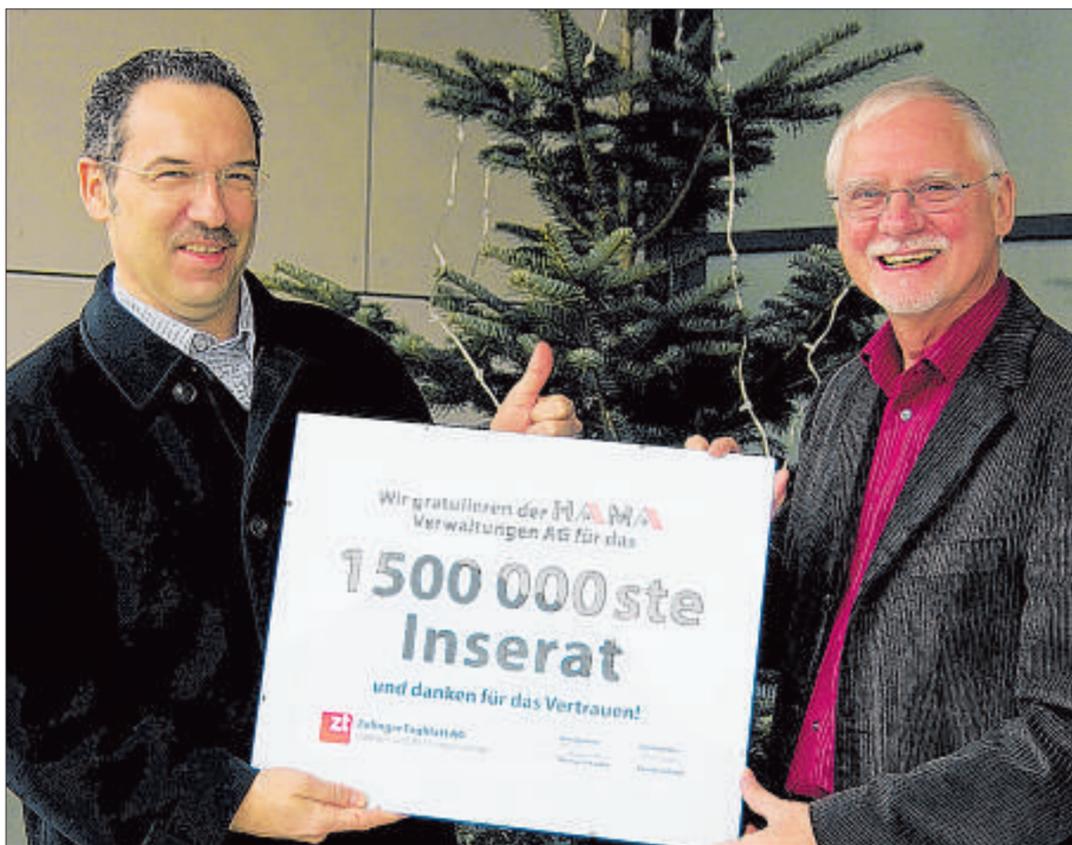
**Martin Dossenbach, Oftringen**  
Ich hatte bislang noch nie einen Kochkurs besucht, obwohl ich an der Arbeit in der Küche stets interessiert war. Künftig möchte ich einfache Mahlzeiten selber zubereiten können. In unserer Ferienwohnung böte sich Gelegenheit dazu.



**Rüdiger Werner, Oftringen**  
Meine Frau und ich möchten die Pensionierung genießen. So sind wir am Neuorganisieren unserer Freizeit. Wir möchten auch abwechseln in der Küchenarbeit. Ich habe schon einige Kochkurse absolviert.



**Ernst Tobler, Vorderwald**  
Dies ist der erste Kochkurs, den ich besuche. Kochen gehörte stets zu den Aufgaben meiner Frau. Nun möchte ich selber ein bisschen kochen können. Dieser Kurs bietet beste Gelegenheit dazu. (HST)



## Das 1,5-millionste Inserat wurde aufgegeben

Zofingen: Die im Medienunternehmen Zofinger Tagblatt AG herausgegebenen Zeitungen und Zeitschriften sind nicht nur Informationsvermittler, sondern auch hervorragende Werbeträger. Seit dem 1. Januar 1998 werden sämtliche Inserataufträge zentral erfasst. Dieser Tage nun konnte das 1,5-millionste Inserat entgegenommen werden. Aufgegeben wurde es von der Hama Verwaltungen AG in Zofingen, General-Guisan-Strasse 22.

Sie befasst sich professionell und mit grossem Erfolg mit dem Kauf und Verkauf von Wohneigentum, aber auch mit der entsprechenden Verwaltung. Wichtig ist der Hama Verwaltungen AG dabei sowohl ein positiver Kontakt zur Vermieterseite als auch ein solcher zur Mieterseite. Auf dem Bild gratuliert Thomas Schwabe, Leiter Anzeigen Crossmedia (links), Hans Jörg Pfister von der Hama Verwaltungen AG. (KBZ)

## Leserbriefe

### Tamedia – das Muster?

Zur gekürzten Form der Rede des Tamedia-Verlegers Pietro Supino an der Dreikönigstagung des Presserverbandes betreffend «Qualitätsjournalismus», erschienen im «Tages-Anzeiger» vom 9. Januar: Zu offensichtlich, dass er sich vor allem in eigener Sache engagiert hat. Vieles ist widersprüchlich und wenig objektiv. Mit der «Vielfalt» hat die «Pressefreiheit» abgedankt. Nur der Wettbewerb könne den Markt bereichern, gleichzeitig sei es sinnvoll, bei Unternehmen mit unterschiedlichen Medien bei den Serviceleistungen zusammenzuarbeiten, wo keine oder wenig Differenzierungen möglich wären. Eine Aussage, die meiner Ansicht nach auch eine Quersubventionierung zwischen bezahlter Tages- oder Sonntagszeitung und eines gleichzeitig im selben Verlag erscheinenden Gratisblattes beinhalten könnte. Die Abonnementbezügler wer-

den sich ihre Gedanken machen! Aus seiner Sicht ist es ganz normal, mit unterschiedlichen, sich konkurrenzierenden Angeboten aufzutreten. Das bezweifle ich, vor allem dann, wenn es um das grundsätzliche Credo des Verlegers geht. Hingegen bin ich auch davon überzeugt, dass Kaufzeitungen gegenüber den gut gemachten kostenlosen Medien täglich einen Mehrwert bieten müssen und dass Tageszeitungen nur dann erfolgreich sein können, wenn die Verleger diese unabhängige Rechercheleistung ermöglichen und die Redaktionen den vielen interessanten Geschichten in unserer Welt (im Falle des ZT der Region!) auf den Grund gehen, um kompetent darüber zu berichten.

In diesem Sinne wünsche ich dem ZT eine offene Bahn und für den Weg zur Quelle die dazu nötigen Reisespesen. WERNER LUTZ, ROTHRIST

### Der Rössli-Kreisel

Die Einfahrt von der Gländstrasse her ist sehr unübersichtlich. In der Nacht kann man am Lichtkegel der Fahrzeuge erkennen, ob die Einfahrt frei ist, aber am Tag wird man öfters von schnell fahrenden Autos und Motorrollern überrascht.

Im Dezember 2007 wurde die zweite Korrektur an der Einfahrt vom Bahnhof her ausgeführt (die Fussgängerinsel in der Fahrbahnmitte wurde nach links verschoben und das Trottoir in

die Strasse verbreitert) in der Annahme, dass die Fahrzeuge langsamer durch den Kreisel fahren müssen. Davon kann keine Rede sein, im Gegenteil, es ist doch geil, wenn man wie ein kleiner «Schumi» um diese Schikane fahren kann. Ich bin überzeugt, dass ein Spiegel in der Kreiselmittle und eine Schwelle vor der Einfahrt mehr gebracht und einige zehntausend Franken weniger gekostet hätte.

WILLI LOOSLI, ROTHRIST