



«Tiptopf» grün und vegetarisch

Monika Ritter Schweizer ist schon seit über zehn Jahren Mitglied im Team der Fleckenbibliothek Bad Zurzach. Sie ist stets offen für Neues, lässt sich mitreisen und probiert aus. Hier ihre neueste Buchbesprechung.

Sagt Ihnen der Name Greentopf etwas? Nein? Oder doch? Es ist wohl der Name Tiptopf, der Erinnerungen hervorruft. Entweder, weil Sie ihn schon in der Kochschule hatten, oder dann bestimmt Ihre Kinder.

1986 ist er erschienen und seither mit über zwei Millionen verkauften Bü-

chern das erfolgreichste Lehrmittel der Schweiz. Tausende Schülerinnen und Schüler haben in den letzten 30 Jahren damit kochen gelernt. Noch immer ist «Tiptopf» das Kochbuch aller Kochbücher für die Kochschulen und bei vielen jungen Erwachsenen zieht der «Tiptopf» mit in die erste eigene Wohnung.

Der Schulverlag findet es nun aber nicht mehr zeitgemäss, dass die meisten der Rezepte eine fleischliche Komponente beinhalten und lanciert ein ergänzendes Lehrmittel: Greentopf – ein Lehrmittel für Vegetarier, Veganer und Allergiker. Heutzutage gäbe es in jeder Schulklasse Schüler mit Allergien oder solche, die sich pflanzenbasiert ernähren.

Der Verlag schreibt auf seiner Website: «Der «Greentopf» ergänzt den Schweizer Klassiker «Tiptopf» ideal und wird noch mehr kulinarische Abwechslung in die Schulküchen bringen.»

Das Buch wurde gemeinsam mit der Timeoutklasse Frauenfeld und der Hiltl Akademie entwickelt und erschien im April 2019. Das Buch ist nur schon optisch eine Augenweide und es macht Freude, es durchzublätern. Wenn ich davon ausgehe, dass es nicht überall immer Fleisch gibt, dann gibt der Greentopf eine Menge alternative Ideen. Und: Die Ideen wurden von jungen Menschen entworfen, getestet und für gut befunden.

Das Buch bietet auf 30 Seiten Informationen über Ernährungsweisen, nachhaltige Ernährung und Gesundheit. Danach werden Nahrungsmittel und Zutaten erklärt, die unter Umständen

noch nicht allen Leuten geläufig sind. Ein kürzeres Kapitel informiert über Allergien und nach einem Saisonkalender für Früchte und Gemüse beginnen die Rezepte. In rund 220 Rezepten sind Klassiker wie Kartoffelsalat vertreten. Smoothies und Shakes beeindruckten eher durch spezielle Zutaten wie Gewürze. Das Buch bietet eine enorme Vielfalt. Was mich aber am meisten beeindruckt, ist die schiere Menge an exotischen Rezepten wie Grünes Thai-Curry, Malaysia Rendang, Shakshuka oder Paneer-Spässe.

Dazwischen stellen sich immer wieder die Schüler vor, die an diesem Werk mitgearbeitet haben. Ich kann den Lesern nur wärmstens empfehlen, den «Greentopf» auszuleihen und sich von den vielen, sehr gut erklärten, zeitlosen Rezepten inspirieren zu lassen. Das Buch ist sehr vielfältig, da haben die Autoren nicht zu viel versprochen. Mich hat es jedenfalls begeistert.

Greentopf

Schulverlag plus

ISBN 978-3-292-00873-2