

Harald Holfelder vom Gasthof *Goldener Hirsch* in Obergünzburg nach den besonderen Ernährungsprinzipien. Bei der Lizenznahme hatte er die Klientel der beiden *bodycur*-Therapiezentren im nahe gelegenen Memmingen und in Kaufbeuren im Visier. Harald Holfelders Rechnung ging auf: Heute kommen regelmäßig zwei Damenstammtische, um bei ihm nach Herzenslust figurbewusst zu schlemmen. Pro Woche verlassen im *Goldenen Hirsch* 15 bis 30 *bodycur*-Gerichte die Küche, durchweg ohne Spätzle, aber mit reichlich Salat oder Gemüse. Klare Edelfischsuppe, Putenroulade gefüllt mit Magerquark und Apfel, Zander

AUF EINEN BLICK

bodycur - schlanke

küche ist ein Ernährungskonzept, das in Deutschland seit 14 Jahren angeboten wird. Bundesweit gibt es 27 Therapiezentren, die Übergewichtige auf ihrem Weg zur Traumfigur gezielt begleiten. Seit gut einem Jahr werden Lizenzen an Restaurants vergeben, die *bodycur*-Rezepte samt Logo vermarkten wollen. Die Kooperation, der inzwischen rund 15 Restaurants angehören, geht auf die gemeinsame Initiative von *bodycur*-Geschäftsführer Frank Boerner und Patron-Chef Clemens Baader vom Berghotel Baader in Heiligenberg zurück. Die teilnehmenden Restaurants sind auf der *bodycur*-Homepage unter www.bodycur.de zusammengefasst. Weitere Infos: Frank Boerner, *bodycur gmbH* (Überlingen), Telefon 0 75 51/9 49 99 64, Clemens Baader, Berghotel Baader (Heiligenberg), Telefon 0 75 54/8 02-0

gegen ist „die Nachfrage nach *bodycur*-Menüs bisher nicht so berauschend“. Ein möglicher Grund: Das nächste Therapiezentrum ist 100 Kilometer entfernt. Zudem gestaltet sich für Jürgen Hauke bisweilen die Warenbeschaffung recht schwierig. „Das beginnt schon beim Tomatenmark ohne Zuckerzusatz oder einer Gewürzmischung ohne Kohlenhydrate oder Zuckerstoffe.“ Dennoch stehen im Landgasthof seit einem Jahr ständig ein oder zwei „schlanke“ Gerichte auf der Karte, manchmal auch ein *bodycur*-Menü.

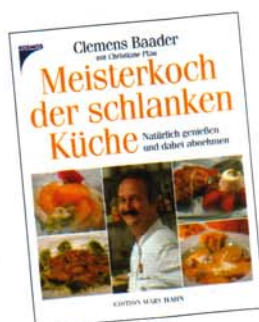
Keine Frage, das kalorienbewusste Kochen verlangt etwas Übung. Eine besondere Herausforderung ist die Produktion von



fettreduzierten Soßen und Dressings. Michael Off richtet einen Salat beispielsweise mit Tomaten-Kapern-Dressing an, statt Öl verwendet er Gemüsesfond. Als Bindemittel für Soßen greift er auf Johannisbrotkernmehl zurück. Mit Zutaten wie Pommerysenf oder Weißwein setzt er Akzente bei Soßen, sodass der Gast Sahne oder Öl als Geschmacksträger nicht vermisst. Als Basis für kalorienarme Desserts hat Michael Off Früchte mit viel Eigensüße entdeckt: „Unser Kefireis mit Kirschen vom eigenen Baum schmeckt intensiv und erinnert keineswegs an Diät.“

Trotz Einarbeitungszeit ist die „schlanke Küche“ kein Hexenwerk: „Die ersten 14 Tage bedeuten einen höheren Aufwand“, sagt *bodycur*-Geschäftsführer Frank Boerner. „Danach hat sich alles eingespielt.“

Cornelia Liederbach 



Buchtipp:

Die *bodycur*-Rezepte von Clemens Baader gibt's jetzt auch in Buchform. „Meisterkoch der schlanken Küche“, 160 Seiten, viele Farbfotos. Kosmos, ISBN 3-440-10303-X.

3 Fragen an



Frank Boerner,
Geschäftsführer der *bodycur GmbH* mit Sitz in Überlingen am Bodensee, über das Erfolgskonzept *bodycur* und die Chancen für die Gastronomie

K: Was genau macht das Ernährungskonzept *bodycur* aus?

Boerner: Es lässt sich auf eine einfache Formel bringen: wenig Kohlenhydrate und wenig Fett, dafür reichlich mageres Fleisch, Fisch, viel Obst und Gemüse. Mit *bodycur* arbeiten wir seit 14 Jahren sehr erfolgreich am deutschen Markt. Bundesweit gibt es inzwischen 27 Therapiezentren. Jährlich schmelzen mithilfe der *bodycur*-Rezepte rund 100 000 überflüssige Pfunde dahin. Unsere eiweißorientierte, fettarme Mischkost lässt sich problemlos in den Alltag integrieren.

K: Was hat sie veranlasst, den Kontakt zur Gastronomie aufzunehmen?

Boerner: Wir suchten einen Weg, um Menschen auch außerhalb unserer Therapiezentren zeigen zu können, dass eine *bodycur*-Diät schmeckt. Darüber hinaus wollten wir für Therapieteilnehmer Möglichkeiten schaffen, während ihrer Diät essen zu gehen. Der Besuch eines Restaurants steht für Lebensqualität. Doch bislang bedeutete er für Figurbewusste in der Regel entweder die Wahl eines Salattellers oder die Unterbrechung der Diät mit anschließendem schlechten Gewissen.

K: Restaurants, die sich der *bodycur*-Kooperation anschließen möchten, werden Lizenznehmer. Wie unterstützen Sie die teilnehmenden Gastronomiebetriebe?

Boerner: Wir veröffentlichen die Partner auf unserer Internet-Homepage und legen die Adressen in unseren Therapiezentren aus. Wir erleichtern den Küchenchefs den Start durch eine umfassende Einführung in die Ernährungsrichtlinien. Wir bieten monatlich Kochkurse an und halten einen Rezeptordner mit 32 Baader-Rezepten bereit, zu denen monatlich ein neues Rezept hinzukommt. Darüber hinaus kann sich jeder Küchenchef mit eigenen Rezepturen profilieren, die wir auf ihre Eignung prüfen. Wir haben auch Adressen von Lieferanten, die geeignete Produkte führen, denn wir wissen, dass Küchenchefs mit der Warenbeschaffung häufig Probleme haben. Im Gegenzug zahlen die lizenznehmenden Restaurants eine einmalige Aufnahmegebühr von 99 Euro und danach einen monatlichen Beitrag von 19,90 Euro.