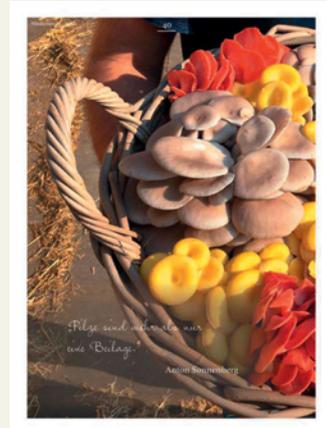


## Traditionelle Lebensmittel Eine kulinarische Reise durch Europa

Die Geschichte und Produktion traditioneller Lebensmittel aus elf europäischen Ländern samt Rezepten stehen im Mittelpunkt eines neuen Buches des Forschungszentrums der Universität Hohenheim. Diese hat zum Abschluss des dreijährigen EU-Projekts TRAFÖON (♦ Kasten) „Eine kulinarische Reise durch Europa“ als pdf online frei verfügbar gemacht in Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch und (geplant) Polnisch. Das Buch erzählt aus der Perspektive kleiner und mit-

telständischer Erzeuger, bspw. Karpfenzüchter aus Tschechien, niederländischer Bäcker, Pilzzüchter in Griechenland und serbischer Obstbauern. Sie präsentieren ihre Erzeugnisse, die z. T. bereits seit Jahrhunderten verzehrt werden, ergänzt um in der Region verwurzelte Rezepte wie Ahorn-Erbsen mit Speck und Gewürzgurken aus den Niederlanden, slowenisches Buchweizenbrot, mit Früchten gefüllte Karpfenroulade aus Tschechien, polnische Rote-Bete-Suppe, Sauerkraut

aus Frankreich, Schweizer Aprikosen-Lavendel-Panna Cotta oder *Ribollita*, eine toskanische Gemüsesuppe mit weißen Bohnen, Wirsing und Weißbrot. Gerade in der heutigen Zeit mit politischen Unwägbarkeiten auf der einen und aufkeimenden Pro-EU-Bewegungen auf der anderen Seite tut ein Blick auf die verschiedenen europäischen Esskulturen, versammelt in einem Buch, gut. Jahrhundertealte Rezepte und traditionelle Lebensmittel (Produkte) bleiben so im Bewusstsein und können zu einer vielfältigen, gesundheitsfördernden und v. a. auch genussvollen Ernährung mit Bezug zur Region beitragen. Das reich bebilderte Buch besticht durch die persönlichen Texte und regt zum Nachkochen, aber auch zum Nachdenken über die heutigen Bedingungen der Lebensmittelproduktion und Lebensmittel (vielfalt) in Europa an. Schön wäre eine print-Version zum Schmökern, Verschenken und Bekleckern beim Praxiseinsatz in der Küche.



*Stella Glogowski, Pohlheim*

Universität Hohenheim.  
Forschungszentrum für  
Bioökonomie (Hg):  
Traditionelle Lebensmittel.  
Eine kulinarische Reise durch Europa  
180 S., online frei erhältlich

ISBN: 978-3-00-055036-2

➔ <https://biooekonomie.uni-hohenheim.de/trafoon>

### Traditionelle Lebensmittel – TRAFÖON-Netzwerk

TRAFÖON steht für „Traditional Food Network to Improve the Transfer of Knowledge and Innovation“. 30 Partner aus 13 europäischen Ländern waren an dem von der EU mit 4 Mio. € geförderten Projekt beteiligt, koordiniert vom Forschungszentrum für Bioökonomie an der Universität Hohenheim. Ziel war es, die Vielfalt der Lebensmittel in Europa zu erhalten und zugleich Innovationen zu fördern. Workshops halfen den Produzenten kleiner unter mittelständischer Unternehmen, ihre Produkte besser und kostengünstiger zu vermarkten, um u. a. die Wettbewerbsfähigkeit der Hersteller regionaler Lebensmittel zu erhalten.

## Ernährungspraxis Onkologie

Ernährung spielt im Verlauf einer Krebserkrankung eine wichtige Rolle. Während der Erkrankung stehen meist krankheits- und therapiebe-

dingte Ernährungsprobleme im Vordergrund, nach der Erkrankung besteht bei vielen Betroffenen eine große Unsicherheit darüber, welche Ernährungsweise „die richtige“ ist. Trotz hoher Prävalenz von Ernährungsproblemen ist es bisher nicht gelungen, flächendeckend ein ernährungstherapeutisches Konzept in der onkologischen Behandlung zu etablieren. Mit diesem wichtigen Punkt – der Etablierung einer systematischen Ernährungstherapie – beginnt das Buch „Ernährungspraxis Onkologie“.

In kurzen, gut strukturierten Kapiteln erhält der Leser einen schnellen Überblick über Aufbau

und Umsetzung eines Ernährungsassessments in der onkologischen Praxis. Im Weiteren werden Ursachen und Umgang mit häufig vorkommenden Ernährungsproblemen kurz, aber umfassend dargestellt. Wichtige Informationen für die Arbeit mit onkologischen Patienten erhält der Leser im Kapitel „Häufig gestellte Fragen in der onkologischen Ernährungstherapie“.

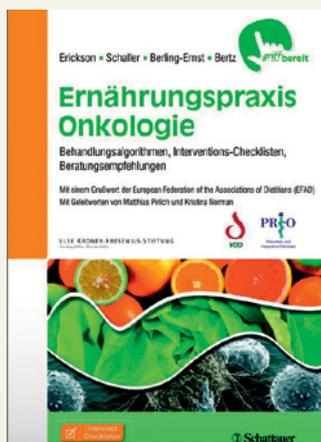
Fazit: Das Buch beschäftigt sich umfassend mit der Ernährungsberatung in der Onkologie, beginnend beim Aufbau von systematischen Strukturen bis hin zu individuellen Ernährungsproblemen. Es gibt einen schnellen Überblick über die Kernthemen in der Onko-

logie. Die Empfehlungen beruhen auf den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen. Eine Vertiefung ist durch die Quellenangaben im Text schnell und einfach möglich. Der gut strukturierte Aufbau schafft trotz kurzer Kapitel einen guten Überblick über das Thema.

*Ingeborg Rötzer, Frankfurt*

N. Erickson, N. Schaller,  
A. P. Berling-Ernst, H. Bertz  
Ernährungspraxis Onkologie.  
Behandlungsalgorithmen,  
Interventions-Checklisten, Beratungsempfehlungen griffbereit  
288 S., 13 Abb., kart., 29,99 €  
Schattauer, Stuttgart 2016

ISBN: 978-3-7945-3074-8



## Vegane Ernährung Schwangerschaft, Stillzeit und Beikost

An dem Buch „Vegane Ernährung – Schwangerschaft, Stillzeit und Beikost“ von Dr. Markus KELLER und Edith GÄTJEN fallen beim ersten Durchblättern sofort die schön gezeichneten und z. T. witzigen Illustrationen auf. Aber auch der Text ist sehr gut lesbar, pointiert und schafft problemlos den Spagat zwischen der Theorie einer veganen Ernährung und der Praxis im Alltag. Alle Kapitel sind in kurze Unterkapitel mit klaren Überschriften gegliedert – was die Suche nach Informationen erleichtert – und enden mit einem Literaturverzeichnis.

Der erste Teil befasst sich mit den Grundlagen: Die Definition einer veganen Ernährung wird erweitert auf eine vegane Vollwerternährung bzw. einen veganen Lebensstil. Gesundheitliche Aspekte und die besonderen Ernährungsbedürfnisse während Schwangerschaft und Stillzeit werden kurz, aber prägnant abgehandelt. Kritischen Nährstoffen – immerhin 13 an

der Zahl – in diesem Lebensabschnitt wurde ein eigenes Kapitel gewidmet. Danach folgt die Praxis mit einem Lob auf Muttermilch und der Einführung von Beikost. Beide Kapitel bieten sehr viele praxisnahe, nicht nur eine vegane Säuglingsernährung betreffende, Informationen, z. B. Tipps zum Anlegen, zum Ablauf der ersten Breimahlzeiten oder eine Tabelle mit geeigneten Gemüsesorten für Säuglinge, eingeteilt nach Jahreszeiten.

Die beschriebenen drei Breimahlzeiten entsprechen den offiziellen Empfehlungen, z. B. aus dem Ernährungsplan für das erste Lebensjahr des Forschungsinstituts für Kinderernährung Dortmund (FKE), nur für eine fleisch- und milchfreie Babyernährung modifiziert: Fleisch wird durch Getreide oder Linsen ersetzt, Milch durch eine sojabasierte Säuglingsnahrung oder einen angereicherten Haferdrink – letzteres nur bei Säuglingen, die noch teilgestillt werden.

Deutlich wird auf die Notwendigkeit von Supplementen hingewiesen. Viel Raum bekommen auch allgemeine Tipps zur Küchenpraxis, z. B. Ausstattung der Küche, Lagern und Zubereiten von Lebensmitteln. In Zeiten, in denen gerade junge Menschen oft nicht kochen können, ist das sicher sinnvoll. Den letzten Abschnitt des Buches bilden Rezepte für die Schwangerschaft und für Beikost ergänzt durch Wochenpläne. Hier sind wieder die Grundlagen der Vollwerternährung mit möglichst frischen und unverarbeiteten Lebensmitteln erkennbar.

Insgesamt ist dieses Buch nicht nur für die Zielgruppe vegane Eltern, sondern auch für Ernährungswissenschaftler/-innen, Diätassistent/-innen und auch Kinderärzte/-innen, die vegane Familien beraten, ein Gewinn. Durch die deutlichen Hinweise auf kritische Nährstoffe bei veganer Ernährung und die Betonung der Notwendigkeit



einer Supplementierung besonders von Vitamin B<sub>12</sub> bei Mutter und Kind, können es sicher auch diejenigen Fachleute, die einer veganen Ernährung eher kritisch gegenüberstehen, guten Gewissens verwenden.

Dr. Ute Alexy, Dortmund

Markus Keller, Edith Gätjen:  
Vegane Ernährung.  
Schwangerschaft, Stillzeit und Beikost  
Mutter und Kind gut versorgt  
189 S., 24,90 €  
70 Farbzeichnungen, 18 Tab.,  
gebunden  
Ulmer Verlag, Stuttgart 2017

ISBN: 978-3-8001-5126-4

## Essen und Trinken bei pflegebedürftigen Menschen Ratgeber für pflegende Angehörige

Von den rund 1,8 Mio. Menschen in Deutschland, die zuhause gepflegt werden, werden die allermeisten von ihren Angehörigen unterstützt, wenn sie Hilfe bei der Zubereitung und Einnahme von Mahlzeiten benötigen. Familienmitglieder brauchen dabei ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen aber auch spezifisches Pflegewissen, damit sie den besonderen Bedürfnissen und Bedarfen eines Pflegebedürftigen bei der Ernährung gerecht werden können. Vor diesem Hintergrund hat das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) einen kosten-

losen Ratgeber für pflegende Angehörige mit Informationen und praktischen Hinweisen rund um das Thema Essen und Trinken entwickelt. Der Ratgeber gibt einen Überblick, welche Grundregeln für die Unterstützung bei Essen und Trinken wichtig sind und bietet konkrete Handlungsanregungen für Probleme bei der Nahrungsaufnahme wie Schluckstörungen, Kauprobleme, Appetitlosigkeit, Verdauungsbeschwerden, Mangelernährung und demenzielle Erkrankungen. Die Inhalte basieren u. a. auf dem Expertenstandard zum

Thema Ernährungsmanagement des Deutschen Netzwerks für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP) und orientieren sich darüber hinaus an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

Zentrum für Qualität in der Pflege (Hg):  
Essen und Trinken bei pflegebedürftigen Menschen.  
Praxishinweise für den Pflegealltag  
35 S., 2. Aufl., Berlin 2017

ISBN: 978-3-945508-16-9

→ [www.zqp.de](http://www.zqp.de)



Kostenlose Bestellungen der Printausgabe per E-Mail möglich

Quelle: ZQP, Pressemeldung vom 24.01.2017