

Aktuelles von der Landesgartenschau

echo 15.9.2010

„Fit & Aktiv“-Live-Koch-Show war ein Erfolg

Die neue „Fit&Aktiv“-Karte mit nährwertberechneten Gerichten findet im Gasthof Schloßwirt bei den Gästen großen Anklang. Umso größer war die Herausforderung für Mario Schmidt Koch, Diätkoch, und Maik Gersene, Küchenchef, der Einladung vom Verein der Köche Rosenheim, zur Live-Koch-Show auf die WV-Bühne zu folgen. Die beiden Köche wurden von der Nachwuchs-Auszubildende La Tisha Lamel tatkräftig unterstützt.

Zum Thema „Leichte Sommerküche“, kreierten die drei ein gesundheitsorientiertes, nährwertberechnetes Drei-Gänge Menü für bewusste Genießer: Bayerische Tomaten-Chilisuppe, Buntbarschfilet gedünstet auf Gurkengemüse und Kartoffel-Frischkäsegratin sowie Dinkel-Joghurt-Roulade mit Johannisbeeren und Nektarinen.

Die Zuschauer waren begeistert, besonders von der bayerischen Tomaten-Chilisuppe, wel-



(von links:) Stephanie Schmidt, La Thishia Lamel, Maik Gersene, Mario Schmidt sowie Junior Philipp Valentin Schmidt (vorne).

Foto: Maximilian-Emanuel Schmidt

che die Gäste die Kälte und das schlechte Wetter schnell vergessen ließ. Das Rezept und die Nährwerte des vorgestellten Menüs konnte jeder Gast zum

Nachkochen mit nach Hause nehmen. Mehr Informationen über die „Fit&Aktiv“-Gerichte gibt es unter „www.schlosswirt.de“.