

Koreanischer Kochkurs mit Wanderung der Deutsch-Koreanischen Gesellschaft Saar

By [Redaktion Saarnews](#)

8. November 2020

[Facebook](#), [Twitter](#), [WhatsApp](#), [Email](#)



Foto: Lothar Ranta

Ein Beitrag von Lothar Ranta

Gersheim. Im Frühjahr wurde die Einladung zu einem koreanischen Kochkurs mit Wanderung koronabedingt nicht abgesagt sondern in den Oktober verschoben. Damit hat Dr. Rolf Hempelmann und Herr Jae Sun Byun von der Deutsch-Koreanischen Gesellschaft(DKG) ihr Versprechen gehalten.

Mitglieder und Gäste waren überrascht, dass die Veranstaltung im herrlich gelegenen Gersheim, Landkreis Saarpfalz, stattfand. Der an der französischen Grenze liegende Ort, nicht weit von Saarbrücken, liegt im UNESCO Biosphärenreservat Bliesgau, der bereits schon viermal mit dem entsprechenden Gütesiegel ausgezeichnet wurde.

Treffpunkt war das Umweltbildungszentrum Ökologisches Schullandheim Spohns in Gersheim. Das ehemalige Bauernhaus aus dem Jahre 1762 wurde später eine Schule und dann das heutige ökologisches Schullandheim. Schwerpunkt ist Mensch, Umwelt und Kultur ganzheitlich zu erleben und mit der pädagogischen Arbeit „Bildung für Nachhaltige Entwicklung“ weiter zu geben.

Für die ganze Veranstaltung der DKG galten natürlich die coronabedingten Vorschriften.

Die Wanderung führte von Gersheim durch grüne Streuobstwiesen und um diese Zeit verblühte Orchideengebiete. Im Oktober war natürlich die Schönheit und Artenvielfalt nicht mehr wie im Sommer. Ein Grund mehr, im Sommer das Biosphärenreservat zu besuchen. Noch im Herbst konnte man erahnen, warum das Gebiet landläufig auch als „Toskana des Saarlandes“ bezeichnet.

Durch die Pflege der Streuobstwiesen wird ein garantiert ohne Einsatz synthetischer Pestizide Streuobstsaft an Ort und Stelle erzeugt und vermarktet.

Das Orchideengebiet Gersheim steht seit den 1950er Jahren unter Naturschutz, mit seiner einzigartigen Artenvielfalt. Die Hauptblütezeit der Orchideen beginnt etwa Mitte April, erreicht ihren Höhepunkt Anfang Juni, und klingt im Juli allmählich aus. Vergeblich wurde während der Wanderung fieberhaft nach Resten der etwa dreißig verschiedenen Orchideenarten gesucht.

Zurück zum Spohns Haus mit seiner gut eingerichteten Küche hatte Frau Young Joo Choi mit ihren zwei Helferinnen bereits die vielseitigen Vorbereitungen getroffen. Unter ihrer praktischen Anweisungen und wörtlichen Erklärungen haben alle Teilnehmer ihren aktiven Beitrag zum Gelingen der Gerichte geleistet. Die vielen Fragen an das Kochteam zeigte das Interesse an den unbekanntem Zutaten und deren Zubereitung.

Koreanische Lebensmittel beruhen auf traditionelle koreanische Medizin. Danach enthält jedes Lebensmittel ein oder mehrere Wirkstoffe, die die Gesundheit fördern und Krankheiten heilen können. Koreaner nehmen also verschiedene Lebensmittel zu sich, die zur Aufrechterhaltung der Körperfunktionen und zur Gesunderhaltung dienen. Im Gegensatz zu westlichen Lebensmittel, die hauptsächlich gut schmecken müssen. Probiert wurde auch das Nationalgericht Kimchi. Es gibt fast 160 unterschiedliche Kimchispeisen wie zum Beispiel aus Chinakohl, weißem Rettich, Knoblauch oder Gurken. Kein Koreaner würde Speisen anbieten, die nach ihrer Meinung nicht gesund sind.

Die Koordination der vielen und seltenen Zutaten verlangte einen guten Überblick der drei Köchinnen. Das Ergebnis konnte sich sehen lassen. Die zwei koreanischen Gerichte, Pfannkuchen mit Fisch, Pilzen, Fleisch und Gemüse sowie gebratenes Schweinefleisch mit Gemüse wurden mit viel Lob und Anerkennung gegessen. Als Getränk gab es ein selbst erstelltes, zeitaufwendiges Ingwer-Zimt-Getränk. Ingwer ist ein Wundermittel gegen Viren.

Zum Schluss der Veranstaltung waren alle mit der Wanderung und den gesunderhaltenden koreanischen Kochrezepten zufrieden und wünschten sich eine Wiederholung in besseren Zeiten.