

# Stefan Marquard **Sterneküche macht Schule** genial einfach - einfach anders



## Schulverpflegung in der Corona-Zeit

### „Sterneküche macht Schule“ an der Mulvany-Realschule in Gelsenkirchen

Um die Versorgung der Schülerinnen und Schüler gerade jetzt wieder gewährleisten zu können, bieten Stefan Marquard und die KNAPPSCHAFT im Rahmen ihres gemeinsamen Präventionsprojekts „Sterneküche macht Schule“ individuelle Hilfe direkt vor Ort an, und das kostenlos.

- **Präventionsprojekt für gesunde Ernährung an Kitas und Schulen**
- **Schulung für die gesamte Küchencrew**
- **Motivation für die gesamte Schulfamilie**

**KNAPPSCHAFT**  
Presse- und  
Öffentlichkeitsarbeit  
Sandra Antoni  
Pieperstraße 14-28  
44789 Bochum

Tel. 0234 304-85220  
Fax 0234 97838-16765  
presse@kbs.de  
www.knappschaft.de

**(Gelsenkirchen, 02.11.2021)** TV- und Sternekoch Stefan Marquard und die KNAPPSCHAFT haben in den vergangenen fünf Jahren bundesweit bereits über 80 Schulen erfolgreich unterstützt. Gerade jetzt wollen sie ihre Erfahrungen mit Schulklassen teilen, um mit ihrem gemeinsamen Präventionsprojekt „Sterneküche macht Schule“ eine gesunde Ernährung für Kinder und Jugendliche auch in Corona-Zeiten zu gewährleisten.

**Von der Zubereitung bis zur Essensausgabe.** Beim heutigen Aktionstag zeigt Stefan Marquard, welche Zubereitungsmethoden geeignet sind, um möglichst viel Frisches, Leckeres und Gesundes auf den Tisch oder auf die Hand zu bringen.

Zudem gibt Stefan Marquard Tipps, wie die Mensa dabei geeignete Hygienekonzepte in ihren Betrieb integrieren kann und wie die Schule ihren Tagesablauf anpassen kann, um die Essensausgabe ohne Warteschlangen zu gewährleisten. Weitere Infos unter: [www.sternekuetze-macht-schule.de](http://www.sternekuetze-macht-schule.de)

### **Der Sternekoch schafft eine neue Basis für deutsche Schulküchen.**


Im Rahmen des Projektes „Sterneküche macht Schule“ bringt Stefan Marquard sein Knowhow vor Ort ein, um gemeinsam mit der gesamten Schulfamilie die Verpflegungssituation zu verbessern. Mit seinen ganz eigenen Methoden zeigt er der Küchencrew, wie sie ein frisches und gesundes Essen auf den Mensatisch bringen kann. Und das ohne lange Garzeiten, ohne hohe Temperaturen und ohne Gewichtsverluste bei Fleisch, Fisch und Geflügel. Das schont die Nährstoffe, die Proteine und Vitamine und spart mindestens 30 Prozent Energie, Zeit und Geld.

# Stefan Marquard Sterneküche macht Schule genial einfach - einfach anders



**Bettina am Orde**, Geschäftsführerin der KNAPPSCHAFT, betont: „Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist eine der wesentlichen Voraussetzungen für Leistungsfähigkeit, Wohlbefinden und gesundes Wachstum. Mit Stefan Marquard und unserem Projekt ‚Sterneküche macht Schule‘ bieten wir engagierten Schulen und Kitas ein praktikables und nachhaltiges Konzept zur Verbesserung ihres Verpflegungsangebotes direkt vor Ort.“

Filmbeiträge zum Projekt finden Sie zur freien Nutzung unter:

 **YouTube** <https://youtu.be/yUvivoGbOlg>



Besuchen Sie unsere Facebook-Seiten:

[www.facebook.com/SternekuechemachtSchule](http://www.facebook.com/SternekuechemachtSchule)

[www.facebook.com/Stefan.Marquard](http://www.facebook.com/Stefan.Marquard)

## Über Stefan Marquard

Für seine revolutionären Kochmethoden wurde der gelernte Koch und Metzger mit dem GastroStern 2017, einem Michelin-Stern, der „Goldenen Schlemmerente“ sowie mit 18 Punkten im Gault-Millau ausgezeichnet. Vielfache Fernsehauftritte sowie mehr als zehn Kochbücher machten ihn einem breiten Publikum bekannt. Besonders am Herzen liegt ihm die Arbeit mit Kindern. So setzt er sich bereits seit fünf Jahren an Schulen erfolgreich für eine gesündere und trotzdem schmackhafte Schulverpflegung ein.

Weitere Infos unter [www.stefanmarquard.de](http://www.stefanmarquard.de).

## Über die KNAPPSCHAFT

Die KNAPPSCHAFT zählt mit rund 1,4 Millionen Versicherten zu den größten Krankenkassen in Deutschland. Sie kombiniert den Schutz der Kranken- und Pflegeversicherung mit einer ganzheitlichen Versorgung: In ihrem medizinischen Kompetenznetz arbeiten Ärzte, Kliniken, Pflegekräfte, Gesundheits- und Versicherungsfachleute Hand in Hand. So erhalten Versicherte eine Vielzahl von Leistungen zur Früherkennung und Prävention – die nicht selten über den gesetzlichen Standard hinausgehen. Weitere Informationen unter [www.knappschaft.de](http://www.knappschaft.de).