

# Wo Lauch Schogoti heißt

## Im Europahaus lernen Flüchtlinge kochen

Von Khang Nguyen

DIETZENBACH ■ „Wisst ihr, was das hier ist?“ fragt Carina Unger in die Flüchtlingsgruppe. Sie hält ein grünes, langgewachsenes Gemüse hoch. Könnte es sich um ein Kraut handeln? Vielleicht. Hart sieht es auch nicht aus. Nach einer kurzen Denkphase traut sich ein Eritreer in gebrochenem Deutsch: „Lauch?“ Tatsächlich ist es des Rätsels Lösung. „Kennt ihr das bei euch zuhause?“, hakt Ernährungsberaterin Unger weiter nach. In Eritrea nennt man das Küchengewürz „Schogoti“, die beiden teilnehmenden Afghanen fügen hinzu: „Bei uns heißt es Palak.“

Aus Lauch und vielen weiteren Zutaten wie Kartoffeln, Karotten, Zwiebeln und mehr soll eine leckere Gemüsesuppe gekocht werden – mit guten Zutaten aus der Region. Insgesamt elf Teilnehmer, größtenteils aus Eritrea, waren zur gemeinsamen Kochstunde ins Europahaus gekommen. „Unser Ziel ist es, den Flüchtlingen mit regionalem und saisonalem Gemüse vertraut zu machen“, so Ernährungsberaterin Unger, die für das evangelischen Dekanat Rodgau den Kochkurs betreut. Die Gemüse seien nicht nur reich an Vitaminen und Nährstoffen, sondern sind zudem günstig und nahezu in allen Supermärkten und Discountern zu finden:



Carina Unger (links) bringt Flüchtlingen das Kochen mit preisgünstigen Zutaten aus dem Supermarkt bei. ■ Fotos (2): kn

„Für alle Teilnehmer zusammen habe ich so nur etwas mehr als elf Euro ausgegeben und kann eine vollwertige Mahlzeit kochen.“

Nach der kurzen Quizrunde geht die Küchenarbeit weiter. Kidsti wird zum Schneiden der Kohlrabi eingeteilt. Die 35-jährige ist vor fünf Monaten nach Deutschland gekommen. Kohlrabi, sagt sie, kenne sie bereits von der gemeinsamen Kochstunde in der vergangenen Woche. „Es ist gesund und schmeckt gut“, erzählt sie, während sie die deutsche Sprache mit englischen Begriffen vermischt. Derweil macht sich Temor an die Karotten. Seine Sportjacke ist mit einem breiten Schriftzug „Deutschland“ bestickt. Während er das orangene Gemüse schält,

schwärmt er von seiner neuen Heimat: „Deutschland? Like!“ erklärt er in einem Kauderwelsch aus Deutsch und Englisch.

Aufgrund der Vielzahl an Teilnehmern entscheidet sich Unger, die Suppe in zwei Töpfen zu kochen. Zunächst werden Zwiebeln, Sellerie und Karotten angeschwitzt. „Das machen wir, damit die Zutaten ihre Röstaromen entfalten können“, erklärt die Rödermárkerin den Teilnehmern ihre Vorgehensweise. Bereits in der Vergangenheit hat Unger mit einem Einkaufsführer für ausgewählte Hofläden und selbst erzeugende Betriebe in der Region auf sich aufmerksam gemacht. Anschließend kochen die Teilnehmer die Masse mit Wasser auf.

Auch seitens der SAKuBi gGmbH freut man sich über die Zusammenarbeit. „Es ist schön, dass der ursprüngliche Sinn für kulturelle Begegnungen wieder Einzug ins Europahaus hält“, erklärt Carina Escher von der Betriebsleitung. Weiter betont die Diplom-Sportwissenschaftlerin, dass das Haus für weitere Veranstaltungen dieser Art offen stünde.

Auch bei der Kommunikation zwischen Unger und den Teilnehmern gibt es nahezu keinerlei Probleme oder Sprachbarrieren. Auch, weil der 21-jährigen Tsinat aus Eritrea als Dolmetscher fungiert. Er glänzt immer wieder mit seinen Deutschkenntnissen und vermittelt zwischen seinen Landsleuten und Unger.

Keine fünf Minuten danach steht der 30 Jahre alte Temor ebenfalls am Herd. Er hat in der Zwischenzeit Knoblauch gehackt und fragt, wie viel in die Töpfe kommen soll. So wie bei vielen Kochfragen wird demokratisch abgestimmt. Schließlich wird gut eine Handvoll des zerkleinerten Knoblauchs in die beiden Töpfe untergerührt: „Es ist auch interessant zu sehen, wie die Geschmäcker aus anderen Ländern sind“, lacht Unger. Als leidenschaftliche Köchin lerne sie bei solchen Treffen ebenfalls neue Gerichte kennen und schaue sich gerne etwas ab: „Im besten Fall nehmen die Teilnehmer aus diesen Kochkursen auch was mit nach Hause und kochen es öfter“, wünscht sich Unger.



Beim Schälen der Karotten packen ebenfalls alle mit an.

Donnerstag, 19. März 2015