

Sternköche als Botschafter für gesunde Ernährung – Auftaktveranstaltung der TZM-Kampagne „Sternköche gegen (Dickdarm)-Krebs“ in Heilbronn



Am 24.07.2017 herrschte Hochbetrieb in der Küche der [Dualen Hochschule Baden-Württemberg Heilbronn](#). Rund 25 Studenten des Studiengangs BWL-Food Management schnippelten Zwiebeln und rote Bete, entgräteten Saiblinge oder mixten selbst gemachte Mayonnaise. Zentrum des Trubels bildete die Südtiroler Sternköchin [Anna Matscher](#). Mit ihrer angenehmen, ruhigen Art koordinierte sie das Chaos und dirigierte die jeweiligen Arbeitsschritte der Studierenden.



Hintergrund dieses Geschehens bildet die Kampagne „Sternköche gegen
(Dickdarm)-Krebs“ des Tumorzentrums München, die aufzeigen soll, wie einfach Krebsprävention in

den Speiseplan integriert werden kann. Speziell das Thema Dickdarmkrebs sollte auf der Veranstaltung in den Fokus gesetzt werden. Bis zu 50 Prozent des Darmkrebsrisikos könnte allein durch Veränderungen des Lebensstils wie mehr Sport und gesunde Ernährung verhindert werden. Dies wurde auf der vorgeschalteten Pressekonferenz erläutert. Die Anzahl der Krebs-Patienten steigt stetig an und jeder dritte diagnostizierte Tumor betrifft den Darm. Deshalb sei diese Kampagne in der Präventionsarbeit ein notwendiger und vielversprechender Schritt, betonten die Veranstalter.



Je früher die Prävention ansetzt, desto besser.

Studierende oder Azubis eignen sich als Zielgruppe einer solchen Kampagne besonders. Mit Beginn des Studiums oder der Ausbildung ändert sich das Leben der Jugendlichen fundamental. Stress, Zeitmangel und berufliche Verantwortung lassen das Interesse für eine gesunde Ernährung in den Hintergrund rücken. Schlechte Gewohnheiten wie zu wenig Bewegung und zu viel Fast Food werden in dieser Zeit etabliert und sind später nur noch schwer zu ändern. „Wir wollen den jungen Leuten dabei helfen, die Lust am Kochen und am Essen nicht zu verlieren, und informieren sie zudem über die Risiken einer falschen Ernährung und einer ungesunden Lebensweise, um jetzt schon das Krebsrisiko zu senken“, erklärte Prof. Dr. Volkmar Nüssler, geschäftsführender Koordinator des Tumorzentrums Münchens die Kampagne, die mit dem Verein [Food & Health e.V.](#) durchgeführt wird. Die Rezepte seien ideal für diese Zielgruppe, denn sie ließen sich alle in maximal 30 Minuten zubereiten und strapazierten auch den Geldbeutel nicht übermäßig.



Die Zusammenarbeit mit Sternköchen habe einen logischen Zusammenhang, so Professor Nüssler, bedingt durch das Bewusstsein für gesunde und hochwertige Lebensmittel, die das Kochen auf hohem Niveau mit sich bringt. Deshalb zeigte sich auch Stephan Paulke, Vorstandsvorsitzender der [Basic AG](#), sofort bereit, die Aktion mit den biologisch angebauten Lebensmitteln aus seinem Sortiment zu unterstützen. Begleitet wurde die Veranstaltung zudem durch die beiden Ernährungswissenschaftlerinnen Marie-Luise Többens der [SLK-Kliniken](#) und Nina Maria Weber vom [Tumorzentrum München](#), die den Teilnehmern bei allen Fragen rund um das Thema Krebs und die Inhaltsstoffe der einzelnen Gerichte zur Verfügung standen.

Der Erfolg der Veranstaltung motivierte zu weiteren Schritten. Neben den Folgeveranstaltungen in München und Umgebung ist zudem ein weiteres Sterne-Koch-Event für Krebspatienten in Kooperation mit den [SLK-Kliniken](#) geplant, wieder im schönen Heilbronn. Darauf freuen wir uns schon!



**Nähere Informationen zu den Aktionen der Kampagne „Sternköche gegen (Dickdarm)-Krebs“
und zur Anmeldung finden Sie hier: <http://genuss-trotzt-krebs.de/>**

**Nachtrag: eine wirklich tolle Berichterstattung der Aktion inklusive schönem Video finden Sie auch
auf der Seite der [Dualen Hochschule Baden-Württemberg Heilbronn.](#)**

Viel Spaß beim Lesen und schauen!