

## Alfons Schuhbeck besucht Ayurveda-Küche in Augusta-Klinik

Nadja Jeskowlak  
03.04.2018 - 16:52 Uhr



Promikoch Alfons Schuhbeck (M.) kocht mit Ralf Meyer (r.), Chef de Cuisine im Augusta Krankenhaus, ayurvedische Gerichte. Foto: Ingo Otto

**BOCHUM.** Sternekoch Schuhbeck schaute Augusta-Krankenhaus-Koch Meyer in die Töpfe. Thema war die Wirksamkeit indischer Heilkost bei Parkinson.

Es lässt aufhorchen, wenn ein angesehener Neurologe wie Professor Horst Przuntek den Austausch zwischen zwei Köchen fördert. Auf seine Initiative hin besuchte Sternekoch Alfons Schuhbeck den Chef de Cuisine der Augusta-Krankenhausküche, Ralf Meyer. „Schuhbeck ist ein olfaktorisches Genie. Er kann Bruchstücke an Gewürzen unterscheiden“, sagte Przuntek über den Geschmacks- und Geruchsinns des bekannten Kochs.

Als Chefarzt der Klinik für Neurologie und Neurologische Komplementärmedizin des Evangelischen Krankenhauses in Hattfingen widmet er sich auch der Therapie von Parkinson-Patienten durch Ayurveda-Kost. 20 Mal besuchte er selbst Indien. „Die Ernährung besteht aus 80 000 Substanzen, deren Moleküle die Zelle umspülen und die normalen Körperfunktionen erhalten. Eine besondere Diät ermöglicht die Reparatur einer geschädigten Zelle“, so Przuntek.

### Kurkuma, Ingwer, Kardamom und Koriander

Er erläuterte den Nutzen der Ayurveda-Küche, die auf zahlreichen Gewürzen wie Kurkuma, Ingwer, Kardamom oder Koriander, vielerlei Gemüse und bestimmten Prinzipien basiert. In Deutschland würden zu wenige Gewürze verwendet, so der Arzt. Er ergänzte, dass ein wissenschaftlicher Ansatz hinter dieser Arbeit stecke. „Wir kooperieren mit Ernährungsexperten in Deutschland und mit Universitäten in Indien.“ Des Weiteren beschreibt er, dass die Ursachen für Morbus Parkinson und auch der Multiplen Sklerose nach aktuellen Studien im Darm zu suchen seien. Das so genannte Mikrobiom, eine „umfangreiche bakterielle Gemeinschaft im unteren Darmbereich“, sei sowohl für das Auftreten als auch für die Therapie von Morbus Parkinson entscheidend, so Przuntek.



Promikoch Alfons Schuhbeck kocht mit Ralf Meyer, Chef de Cuisine im Augusta Krankenhaus, ayurvedische Gerichte. Foto: Ingo Otto

Die Ayurveda-Diät im Evangelischen Krankenhaus besteht aus drei warmen Mahlzeiten am Tag und wird begleitet durch regelmäßige Darmreinigung mit Einläufen. „Wir essen schwerpunktmäßig Gemüse und geben Gewürze dazu. Gewürze haben eine Heilwirkung. Langkornpfeffer, Kurzkornpfeffer und Ingwer geben wir Patienten als Tee, die keine Tremor-Medikamente vertragen“, so der

Neurologe über eine Maßnahme gegen das bei Parkinson typische Handzittern.

### Acht Jahre lang getüftelt

Erwa acht Jahre tüftelt Chefkoch Ralf Meyer bereits für die Mediziner an den Rezepturen, um die Ayurveda-Therapie in der Augusta-Kranken-Anstalt einzusetzen. Schuhbeck reiste demzufolge nicht in erster Linie nach Bochum, um seine eigenen Tipps und Tricks zu übermitteln, sondern um sich selbst einen Überblick zu verschaffen. Er nahm das Angebot des Mediziners gerne an, sich mit dem außergewöhnlichen Krankenhauskoch auszutauschen.

„Wenn man Ayurveda kochen möchte, muss man mit Leuten reden, die das schon lange machen wie Ralf Meyer. Ayurveda ist mehr als Öl auf die Stirn zu gießen. Das ist ein komplexes System. Für was und in welcher Kombination werden die Gewürze verwendet – das interessiert mich“, so Schuhbeck. Er selbst schwöre zum Beispiel auf die entzündungshemmende Wirkung von Ingwer. Am Ende genoss er Mango-Lassi, würzigen Linseneintopf und Grieß-Halva. Meyer und seinem Team, das das Menü für ihn kreierte, zollte er „Hochachtung“.

#### LOKALES

##### Rezept-Tipp: Grießhalva mit Fruchtcoulis

Für vier Personen : 40 g Ghee (gekärlte Butter, in Drogerien und Asla-Supermärkten), 44 g Zucker, 120 g Hartweizen-Grieß, 220 g heißes Wasser, 200 g TK-Früchte, 8-10 g brauner Zucker, einige Spritzer Zitronensaft, gehackte Pistazien und Minzeblätter.

Zubereitung: Ghee erhitzen, Zucker und Grieß unter ständigem Rühren hinzugeben, Masse anrösten, Wasser hinzugeben. Auf einem Backblech 1,5 cm hoch austreichen und abkühlen lassen, dann in Würfel schneiden. Früchte pürieren, mit Zucker und Zitronensaft abschmecken. Anrichten, mit Minzeblättern und Pistazien garnieren.

ANZEIGEN

#### LESEN SIE AUCH



#### MEISTGELESEN

- DROGENGENE**  
Bahnfahrer klagen: Bochumer Hauptbahnhof wird zum Angstraum  
**WAZ**
- UNFALL**  
Stau im Berufsverkehr auf A40 bei Bochum-Wattenscheid-West
- UNFALL IN BRANDENBURG**  
Mutter und Tochter aus Bochum sterben bei Unfall auf A 13

ANZEIGEN

#### Facebook

Empfehlen Teilen 2 Personen empfehlen das. Sie sind Ihre Freunde.