

Pressemitteilung

Kochen mit Bauchgefühl: Außergewöhnliches Kochbuch bringt neue Freude am Genießen

München / Wiesbaden, 2. April 2009 – Der Starkoch Holger Stromberg und Abbott Deutschland veröffentlichen das erste Kochbuch für Patienten mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen (CED), das durch eingereichte Rezepte von Patienten mit CED inspiriert wurde. Denn Essen und Trinken gehört nicht nur zu den elementarsten Bereichen unseres täglichen Lebens, Ernährung und Genuss hat auch großen Einfluss auf unser Wohlbefinden. Dies gilt auch und insbesondere für Menschen mit einem sensiblen Organismus, wie Patienten mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen.

Um diesen Patienten die Freude am Kochen und Genießen in den Ernährungsalltag zurück zu bringen, hat Holger Stromberg nun gemeinsam mit dem globalen Gesundheitsunternehmen Abbott das Buch *Kochen mit Bauchgefühl – Genießen und sich wohlfühlen auch bei Morbus Crohn und Colitis ulcerosa* veröffentlicht.

„Es ist großartig, mit Holger Stromberg sowie weiteren erfahrenen Partnern aus Medizin und Ernährungswissenschaften ein exzellentes Team zu haben, das es versteht, Kreativität am Herd mit wissenschaftlichen Erkenntnissen in Einklang zu bringen“, sagt Wulff-Erik von Borcke, Geschäftsführer Abbott Deutschland. „Mit der Unterstützung des Kochbuch-Projekts hoffen wir, möglichst vielen Menschen mit, aber auch ohne CED, Abwechslung und Genuss in den Alltag zu bringen.“

Kreative Küche und Rücksicht auf besondere Ernährungsbedürfnisse bei Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa – geht das?

In dem aktuell erschienenen Kochbuch zeigt Holger Stromberg, dass Genuss und besondere Anforderungen an die Ernährung durchaus vereinbar sind. „Das Buch möchte Anregungen liefern, um etwas Tolles für sich selbst, die Familie oder Gäste zu kochen, ohne als Betroffener große Abstriche machen zu müssen“, so Holger Stromberg. „Ganz im Gegenteil: Sie werden sehen, wie viel Spaß Essen machen kann. Und das trotz CED.“

Die enthaltenen Rezepte eignen sich für alle, die eine leicht bekömmliche und dabei kulinarisch spannende Küche suchen; Gerichte, die den Organismus nicht belasten, sondern die Sinne beflügeln. In ansprechender Form verbindet das Buch langjährige

ernährungswissenschaftliche Beobachtungen zur Verträglichkeit von Nahrungsmitteln mit kreativen Ideen eines Spitzenkochs. „Mit dem Ansatz der ‚leichten Vollkost‘ beschreibt das Kochbuch einen Ernährungsstil, der ebenso abwechslungsreich wie ausgewogen sein kann und gleichzeitig auf Lebensmittel verzichtet, die den Darm reizen und häufig Unverträglichkeiten auslösen“, so die am Buch mitwirkende Ernährungsberaterin Christine Hinsky vom Münchner Klinikum rechts der Isar. Das Buch soll ausdrücklich kein strenges Ernährungsregelwerk sein, sondern möchte mit attraktiven und nach ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen ausgewählten Gerichten zeigen, dass auch von Darmerkrankungen betroffene Menschen experimentierfreudig sein und mit Appetit speisen dürfen. Auf 120 Seiten präsentiert das Kochbuch fast 50 erprobte Rezepte, angeregt von CED-Hobbyköchen, die nach Beratung von Christine Hinsky für Holger Stromberg als erfahrungsbezogene Inspiration gedient haben.

Holger Stromberg – Vom medizinischen Wissen zur Kochkunst

Holger Stromberg, seit 2007 auch Koch der deutschen Fußball-Nationalmannschaft, verbindet seit jeher Beruf, Erfahrung und Passion. „Ich versuche Genuss und Gesundheit stets noch besser miteinander in Einklang zu bringen“, erklärt der Wahl-Münchner. Bei der Weiterentwicklung der eingereichten Patientenrezepte kennt seine Fantasie kaum Grenzen, auch nicht, wenn es darum geht, spezielle Ernährungserfordernisse mit leckeren Köstlichkeiten in Einklang zu bringen. Strombergs Kreationen sollen dazu inspirieren, der eigenen Kreativität wieder freien Lauf zu lassen. Mit der sorgfältigen Auswahl der Zutaten und schonenden Zubereitung bringen die Rezepte unbeschwerter Freude am Genießen – auch in einer größeren Runde.

Kochen mit Bauchgefühl – Ein Kochbuch der besonderen Art

Anhand einfach nachkochbarer Rezepte lassen sich im Handumdrehen raffinierte Köstlichkeiten zaubern. Gerichte für den großen und kleinen Hunger, für Vegetarier und passionierte Fisch- oder Fleischliebhaber; im Buch ist für jeden die passende Gaumenfreude dabei. Die genauen Zubereitungsempfehlungen sind auch für Küchenanfänger geeignet. Weiterhin enthält das Kochbuch nützliche Kapitel zur Warenkunde sowie eine ausführliche Übersicht mit wertvollen Informationen über die Verträglichkeit von Lebensmitteln. Ansprechende Fotos, Tipps vom Spitzenkoch aus erster Hand und ausgewählte Rezeptideen zu Fingerfood und köstlichen Getränken runden das abwechslungsreiche Kulinarium ab.

Kochen mit Bauchgefühl ist in einer Erstauflage von 10.000 Exemplaren erschienen und zum Preis von 14,90 € im Buchhandel erhältlich (ISBN-978-3-930614-09-7). Das Buch ist nicht nur ein nützliches und zugleich attraktives Geschenk für Betroffene, es eignet sich für alle Liebhaber einer ausgewogenen kreativen Küche. Zudem kommt

aus dem Verkaufserlös pro Buch je 1 Euro der Stiftung Darmerkrankungen zugute, die Betroffene in ihrer Ausbildung unterstützt und die Forschung auf dem Gebiet der chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen fördert.

Über Holger Stromberg

Holger Stromberg wuchs in Waltrop/Westfalen als Sohn einer Gastwirtsfamilie auf. Er machte unter anderem als jüngster Sternekoch Deutschlands und Präsident der Vereinigung „Die jungen Wilden“ auf sich aufmerksam. Seit 2002 ist er selbständig, betreibt einen exklusiven Catering-Service und die Veranstaltungslocations Kounge, Lagerhaus 5 sowie Markt.Küche.Raum. Seinen elterlichen Betrieb „Gasthaus Stromberg“ führt er zusammen mit seiner Mutter Brigitte Stromberg und seinem Freund und Geschäftspartner Stefan Manier. Das Restaurant G*-Munich eröffnete er 2005. Seit 2007 kocht er für die deutsche Fußballnationalmannschaft.

Über chronisch-entzündliche Darmerkrankungen

Bei den chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen – kurz CED – werden Morbus Crohn und Colitis ulcerosa unterschieden. Allein in Deutschland leiden etwa 300.000 bis 350.000 Menschen an CED. Es handelt sich um bisher nicht heilbare Erkrankungen, die nach heutigem Kenntnisstand durch eine Fehlregulation des Immunsystems entstehen. Sie können durch genetische Veranlagung und Umweltfaktoren begünstigt bzw. ausgelöst werden. Sowohl Morbus Crohn als auch Colitis ulcerosa verlaufen in der Regel schubförmig, d.h. zwischen Zeiten mit höherer Krankheitsaktivität liegen Intervalle relativer Beschwerdefreiheit. Zu den Symptomen zählen häufige Durchfälle, Schmerzen und Krämpfe im Unterbauch, Fieber und Gewichtsverlust sowie ein Gefühl der Abgeschlagenheit.

Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen können grundsätzlich in jedem Lebensalter vorkommen. Meist treten sie erstmals zwischen dem 15. und 40. Lebensjahr auf. Männer und Frauen sind etwa gleich häufig betroffen. Für beide Erkrankungen stehen Ärzten und Patienten eine Reihe wirksamer Medikamente zur Verfügung, mit denen die Beschwerden deutlich gelindert werden können. Dennoch sind Betroffene in ihren täglichen Aktivitäten oftmals eingeschränkt. Neben der medikamentösen Therapie können kleine Änderungen im Alltag, auch in der Ernährungsweise, deutlich zur Steigerung des Wohlbefindens und der Lebensqualität beitragen.

Über die Stiftung Darmerkrankungen

Die Stiftung Darmerkrankungen wurde 2007 von renommierten, auf chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (CED) spezialisierten Fachärzten und Forschern gegründet. Die Stifter reagierten damit auf spezifische Bedürfnisse von Betroffenen und der Wissenschaft, die ihnen tagtäglich bei der Arbeit mit CED-Patienten bzw. in der Forschung zu CED begegnen.

Zum einen fördert die Stiftung an Colitis ulcerosa und Morbus Crohn erkrankte, junge Menschen in ihrer Aus- und Weiterbildung durch Vergabe von Stipendien. Zum anderen möchte die gemeinnützige Organisation langfristig die Ursachenforschung sowie die Entwicklung innovativer Therapien auf dem Gebiet der CED finanziell sichern. Darüber hinaus unterstützt die Stiftung Darmerkrankungen öffentlichkeitswirksame Kampagnen, die das Verständnis und die Kenntnisse zu chronisch-entzündlichen Darmentzündungen erhöhen. Weitere Informationen zur Stiftung Darmerkrankungen finden Sie im Internet auf www.stiftung-darmerkrankungen.de

Über Abbott

Abbott ist ein vielseitiges, weltweit tätiges Gesundheitsunternehmen, das sich mit der Erforschung, Entwicklung, Herstellung und Vermarktung von Arzneimitteln und medizinischen Produkten, einschließlich medizinischer Ernährung, Medizingeräten und Diagnostika befasst. Weltweit beschäftigt Abbott mehr als 72.000 Mitarbeiter und vertreibt seine Produkte in über 130 Ländern.

Abbott Deutschland hat seinen Hauptsitz in Wiesbaden. Das Unternehmen beschäftigt rund 4.100 Mitarbeiter an den Standorten Wiesbaden, Ludwigshafen, Rangendingen und Wetzlar in den Bereichen Forschung und Entwicklung, Produktion und Verkauf.

Presseinformationen von Abbott und weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.abbott.de und www.abbott.com.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Abbott Deutschland
Kommunikation
Julia Heinz
Max-Planck-Ring 2
65205 Wiesbaden
T.: 06122 – 58-3305
F.: 06122 – 58-1220
E-Mail: julia.heinz@abbott.com

Weitere Informationen zur Stiftung Darmerkrankungen erhalten Sie bei:

Stiftung Darmerkrankungen
Julia Martin
Weidestraße 122a
22083 Hamburg
T.: 0431 – 597-3630
F.: 0431 – 597-1887
E-Mail: julia.martin@stiftung-darmerkrankungen.de
www.stiftung-darmerkrankungen.de