



ERNÄHRUNGSFORUM SCHLOSS HOHENSTEIN

PROJEKTbeschreibung

Schloss | HOHENSTEIN
STIFTUNG OSKAR HACKER

WISSEN GEHT DURCH DEN MAGEN
ERNÄHRUNGSFORUM SCHLOSS HOHENSTEIN

WISSEN GEHT DURCH DEN MAGEN
ERNÄHRUNGSFORUM SCHLOSS HOHENSTEIN | PROJEKTbeschreibung



INHALT

I. WISSEN GEHT DURCH DEN MAGEN | DAS ERNÄHRUNGSFORUM SCHLOSS HOHENSTEIN | S. 03-04

II. BEWAHREN | TRADITION UND GESCHICHTE DES KRÄUTERGARTENS | S. 04-06

III. ENTWICKELN | KRÄUTERKUNDE, KOCHAKADEMIE UND ERNÄHRUNGSBILDUNG | S. 06

III.1 DIE KRÄUTER-REISE | S. 07

KRÄUTERBEET | LEHRPFAD | KRÄUTERZIMMER | KRÄUTERFÜHRUNGEN | S. 07-08

III.2 DIE KOCHAKADEMIE | S. 09-10

III.3 DAS HOCHSCHULZERTIFIKAT | S.11-12

IV. FÖRDERN | FORSCHUNG, DIGITALITÄT UND AUSBLICK | S. 13-14

IV.1 DER ERNÄHRUNGSPFAD | S. 14-15

IV.2 DAS ERNÄHRUNGSFORUM DIGITAL | S. 15-16

IV.3 AUSBLICK UND KOOPERATIONSPARTNER | S. 16-17

I. WISSEN GEHT DURCH DEN MAGEN | DAS ERNÄHRUNGSFORUM SCHLOSS HOHENSTEIN



Ernährung ist in unserer heutigen Zeit eines der zentralen Themen unserer Gesellschaft.

Dabei geht es schon lange um mehr als um die leibliche Versorgung des Menschen. Es geht darum, einen Ernährungsstil zu finden, der unseren Planeten schont und schützt, und dabei Genuss und Gesundheit für unsere moderne Gesellschaft bringt.

Dies stellt die Menschheit vor große Herausforderungen, birgt aber auch ungeahnte Chancen für die Zukunft unserer Ernährung. Schlüssel zu diesem Wandel sind Bildung und Wissen.

Deshalb engagiert sich die Oskar-Hacker-Stiftung nicht nur im Bereich der Förderung der Ernährungswissenschaften, sondern fokussiert sich mit Gründung des Ernährungsforums gezielt auf das Thema Wissensvermittlung: Das Ernährungsforum Schloss Hohenstein wirkt in diesem Sinne als gemeinnütziger Verein mit dem Zweck der Förderung der Ernährungsbildung. Durch Gründung einer Koch-Akademie, die sich zum Ziel gesetzt hat, Bildung und Kommunikation im Bereich der nachhaltigen Kulinarik zu fördern und zu vermehren, gestaltet die Stiftung den Wandel im Bereich Ernährung gezielt und innovativ mit. Passend dazu steht auch die schlosseigene Gastronomie diesen Zielen mit ihrem hochwertigen Restaurantkonzept aus regionalen Produkten und fränkisch-österreichischer Spitzenküche nahe.

„TRADITION BEWAHREN, INNOVATION FÖRDERN“

Der aus einer Deggendorfer Metzger-Familie stammende Stifter Oskar Hacker legte den Grundstein für das heutige Ernährungsforum. Dieser Umstand zeigt, wie sich innerhalb der Stiftung aus Tradition Innovation entwickelt: indem die Werte und Ideen der Stiftung bereits in der zweiten Generation umgesetzt und neu adaptiert werden. Auch wenn eine fleischbasierte Diät heute nicht mehr zeitgemäß ist, geht es der Stiftung im Bereich der Ernährung anhaltend um Werte wie Qualität, Bildung und gesellschaftliche Relevanz. Aus diesem Grund werden die Projekte des Ernährungsforums im Folgenden anhand der Stiftungsziele erläutert. Diese lauten:

BEWAHREN. ENTWICKELN. FÖRDERN.

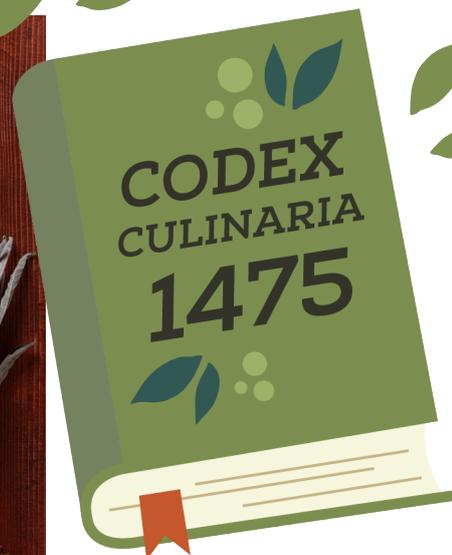
Als Teil einer Stiftung, die Literatur, Kunst und Kulinarik zu einem einmaligen Bildungs-und Kulturangebot vereint.

Bewahren

II.BEWAHREN | TRADITION UND GESCHICHTE DES KRÄUTERGARTENS



Die Tradition der Kulinarik ist seit jeher mit dem Anbau von Kräutern verbunden. Als Heilmittel oder zur Würzung von Getränken und Speisen ist der Gebrauch von Kräutern älter als die Sesshaftigkeit des Menschen. Wie weit die Verwendung von Heilpflanzen in die Geschichte des menschlichen Stammbaums zurückreicht, zeigt der Umstand, dass selbst Primaten Kräuter und Pflanzen benutzen, um sich zu heilen. 1987 entdeckte der Forscher Michael Huffman im Dschungel von Tansania, dass Schimpansen bei Magen-Darm-Erkrankungen eine besondere Pflanze namens „*Vernonia amygdalin*“, auch bekannt als Mjonso-Strauch, zu sich nehmen. Und tatsächlich: Der Mjonso-Strauch enthält mehrere medizinisch aktive Wirkstoffe, die den Tieren Linderung verschaffen. Gut dokumentiert sind uns heute vor allem die Kloostergärten des Mittelalters. Mönche und Nonnen sammelten Werke antiker Autoren über Pflanzen- und Heilmittelkunde, vervielfältigten diese und bauten so einen großen Schatz an Wissen auf. Sie verfassten eigene Abhandlungen, und zwischen den Klöstern entstand ein reger Austausch von Büchern, Pflanzen, Präparaten und Samen. Schriften von Persönlichkeiten wie Hildegard von Bingen oder Theophrastus Bombast von Hohenheim (Paracelsus) zeugen neben vielen anderen Überlieferungen von der reichen Tradition der Kräuterheilkunde.



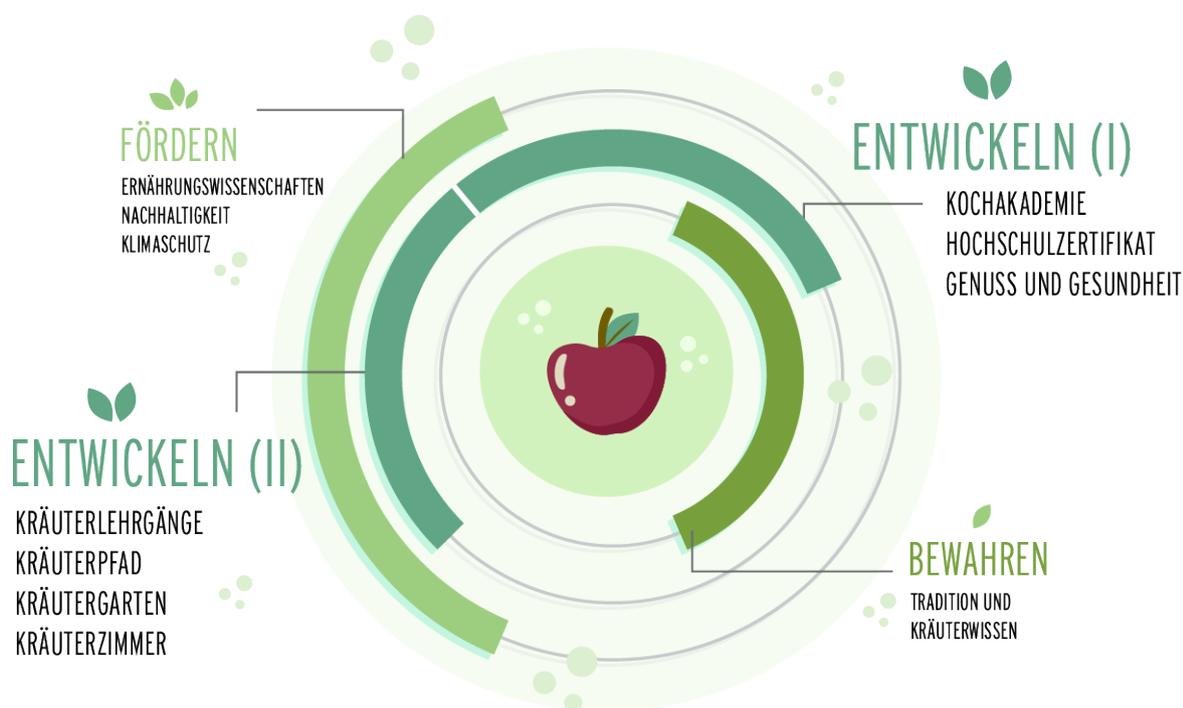
*„Codex Culnaria 1475“ von Edmund Pelikan und Malgorzata Kepa,
mit freundlicher Unterstützung des Ernährungsforums Schloss Hohenstein*

Ein Teilbereich der Kräuter macht die Welt der Gewürze aus. Wie in Edmund Pelikans „Codex Culnaria 1475“ beschrieben, wurden Gewürze im Mittelalter – genauso wie Kräuter – als Heilmittel, als Geschmacksgeber in der Küche, aber auch als kostbare Geschenke verwendet. Gewürze wie Zimt, Nelken oder Safran stellten ein luxuriöses Importgut dar, das um das Jahr 1500 nur reichen und adeligen Familien vorbehalten waren. Das einfache Volk hingegen griff auf heimische Würzkräuter wie Bohnenkraut, Kerbel oder Liebstöckel zurück.

Heute gilt es mehr denn je, dem Wissen um die heimischen Würz- und Heilkräuter wieder neues Leben einzuhauchen. Denn heute wie damals sind diese Pflanzen Helfer der Natur, die, mit dem nötigen Wissen, jedem interessierten Menschen zur Verfügung stehen können. Das Ernährungsforum Schloss Hohenstein begreift die Kräuterkunde als intellektuelle Kulturleistung, die neben den Angeboten im Schloss auch in Deggendorf und anderen Standorten ortsunabhängig und zielgruppenübergreifend vermittelt werden kann.

Entwickeln

III. ENTWICKELN | KRÄUTERKUNDE, KOCHAKADEMIE UND ERNÄHRUNGSBILDUNG



Die Projekte des Ernährungsforums sind vor allem im Bereich der kulinarischen Bildung sowie in der Wissensvermittlung der Kräuterlehrkunde anzusiedeln.

„EIN GARTEN, DER ZUM LEBEN ERWACHT.“

Wie in einem Garten greifen die Themenfelder des „Ökosystems“ Ernährungsforum konzeptionell und inhaltlich optimal ineinander. Dabei spielen wertvolle Kooperationen mit führenden Persön-

lichkeiten aus Gastronomie und Ernährungsforschung eine entscheidende Rolle. Organisch gewachsen bilden diese Synergien innerhalb des Ernährungsforums die Voraussetzung für die Vermehrung von Wissen.

III.1 DIE KRÄUTER-REISE



KRÄUTERGARTEN

Auch auf Hohenstein hat der Kräutergarten eine Vergangenheit, und nun auch eine Zukunft. Als Teil der Selbstversorgung in der Burg bildete der Obst- und Gemüseanbau sowie die Pflege des Kräutergartens einen zentralen Bestandteil des Lebens. Aus diesem Grund entsteht als erstes Projekt des Ernährungsforums ein **Kräutergarten im Innenhof** des Schlosses, mit dem an diese gute Tradition angeknüpft wird. Die Parkflächen, die früher als Streuobstwiese und als Kräutergarten genutzt wurden, werden so revitalisiert.



LEHRPFAD

Der Kräutergarten erhält zum einen praktische Anwendung in der Kulinariik, beispielsweise in der schlosseigenen Gastronomie von [Alexandra und Andreas Rehberger](#). Zum anderen erhält er den Mehrwert eines **Kräuterlehrpfades**, welcher für die vielfältigen Bildungsangebote des Ernährungsforums genutzt werden kann. Erklärungen zu den jeweiligen Pflanzen machen den Kräutergarten auch für Besucher des Schlosses auf neue Art und Weise erfahrbar.



KRÄUTERZIMMER

Ausführliches Kräuterwissen findet man im liebevoll eingerichteten **Kräuterzimmer**, welches sich im geschichtreichen Turm des Schlosses befindet. Hier werden die Kräuter des Lehrpfades sowie ausgewählte Heil- und Nutzpflanzen anschaulich und mehrdimensional präsentiert: Die Ausstellung soll die Möglichkeit geben, Kräuter auch haptisch und olfaktorisch, sprich mit allen Sinnen zu erfahren. In einer ansprechenden Mischung aus kleinem Museum und Bibliothek erinnert die Stiftung hier an die Tradition des klösterlichen Kräuterwissens und lädt die Besucher dazu ein, sich

in authentischem Ambiente der Thematik der Heilpflanzen zu widmen.



KRÄUTERFÜHRUNGEN TRADITIONSWISSEN & INNOVATIVE ANWENDUNG



Ergänzend zu den ständigen Bildungsmöglichkeiten im Bereich der Kräuterkunde runden ausgewählte Führungen und Workshops die Kräuter-Reise auf Schloss Hohenstein ab.

Ein Bereich der Kräuter-Workshops nähert sich der Pflanzenwelt des Schlossgartens im Hinblick auf Traditionswissen und Folklore: Hierzu werden Geschichten, Gedichte und alte mythologische Erzählungen aus der Welt der Heil- und Nutzpflanzen vermittelt.

Ergänzend dazu spielt vor allem der praktische Nutzen der Kräuter im modernen Alltag eine zentrale Rolle. Wie nützt uns die Kraft der Pflanzen im Hier und Jetzt? Inhalte wie die Nutzung der Naturapotheke oder kulinarische Einsatzmöglichkeiten der Heil- und Nutzpflanzen verbinden Erkenntnisse der Oecotrophologie und Phytotherapie zu einem abwechslungsreichen Bildungsangebot.

Die Termine der Führungen und Workshops können auf der Website des Ernährungsforums abgerufen werden.



III.2 DIE KOCHAKADEMIE KOMPETENT & KREATIV - MODERN & TRADITIONELL



Ein weiteres zentrales Projekt der Stiftung ist die Gründung einer Koch-Akademie. Die Grundidee ist es, ein Bildungsprogramm zu erstellen, das sich auf Genuss, Ernährungskultur und die zukunftsorientierte Ausbildung interessierter Menschen im Bereich der Kulinarik fokussiert. Im Komplex dieses Angebots sind folgende Ideen entstanden:

AKADEMIE ZUR AUSBILDUNG VON KÖCHEN
BIOLOGISCH-REGIONALER FRISCHE-GROSSMARKT
VERKAUF VON SINNVOLLEN KOCHUTENSILIEN & FACHBUCHHANDLUNG
EVENTLOCATION & STUDIO FÜR BUCH- UND FERNSEHPRODUKTIONEN
INNOVATIVE KOCHSCHULE FÜR PRIVATLEUTE
AKADEMIE-EIGENES RESTAURANT

Als starker Partner der Stiftung fungiert an dieser Stelle das Team von Organic Garden. Das innovative Kulinarik-Unternehmen denkt Ernährung neu und macht es sich zur Mission, Menschen von einer Ernährung zu begeistern, die „fantastisch schmeckt und gleichzeitig gesund für Mensch und Umwelt ist.“ Holger Stromberg, deutscher Küchenmeister, Fernsehkoch, Autor und kulinarischer Visionär von Organic Garden hat klare Ansprüche an die Koch-Akademie:

„DIE AKADEMIE MUSS ZUR ABSOLUTEN SPITZE IN EUROPA GEHÖREN UND DIE MITBEWERBER DURCH INNOVATION UND KREATIVITÄT HINTER SICH LASSEN.“

Dies soll in Kooperation mit der Oskar-Hacker-Stiftung durch ein hoch qualifiziertes Lehrer- und Dozententeam aus der ganzen Welt, modernste Techniken im Lernumfeld, praktisches Arbeiten nach höchsten Standards und Hygienevorschriften (HACCP) sowie der Zusammenarbeit mit Krankenkassen und Berufsgenossenschaften sowie Physiotherapeuten erfolgen.

Als weiterer Kooperationspartner stellen die Gastronomen Hohensteins, [Alexandra und Andreas Rehberger](#), mit ihrer praktischen Erfahrung im Bereich Food & Hospitality die Verbindung zu Schloss Hohenstein her.

Alle Rezepte und Gerichte, die im Zusammenhang mit der Koch-Akademie entwickelt werden, sollen dabei an der Planetary Health Diet, welche aus der großen EAT-Lancet-Studie von 2019 hervorging, orientiert sein. Holger Stromberg präsentiert in diesem Zusammenhang eine optimierte Version dieses Ernährungsplans, welche sich wie ein roter – oder in diesem Fall, wie ein grüner – Faden durch das Konzept der Koch-Akademie zieht.



„Strombergs Planetengesundheits-Ernährungskonzept“ aus
„Essen ändert alles: Das Rezept für ein gesundes, nachhaltiges Leben“ von Holger Stromberg, 2021



III.3 DAS HOCHSCHULZERTIFIKAT



Als Pilotprojekt der Koch-Akademie bietet das Ernährungsforum Schloss Hohenstein in Kooperation mit Holger Stromberg (Organic Garden) und der Allensbach Hochschule ein einzigartiges Hochschulzertifikat an:

KULINARISCHER LEHRGANG: „ESSEN ÄNDERT ALLES“

Der Hochschulkurs widmet sich der Frage, wie eine Ernährung funktionieren kann, die unseren Planeten wertschätzt statt ihn zu zerstören. Die Antwort auf diese komplexe Fragestellung wird im Lehrgang in vielfältiger Weise aufgezeigt. Holger Stromberg, Autor des Buches „Essen ändert alles: Das Rezept für ein gesundes, nachhaltiges Leben“, verfolgt in seiner kulinarischen Philosophie einen ganzheitlichen Ansatz, der nachhaltiges Ressourcen-Management mit Genussfaktor auf höchstem Niveau verbindet. Statt Foodwaste und einseitiger Ernährung werden hier neue kulinarische Praktiken wie Meal Prep & Sous-vide erklärt sowie ein Gespür für die Qualität und Vielseitigkeit von gutem Essen vermittelt.



KULINARIK



ERNÄHRUNGSWISSENSCHAFTEN



HOSPITALITY

Ein stets wachsendes Expertengremium aus verschiedenen Disziplinen bildet das akademische Ausbildungsteam, das den Teilnehmerinnen und Teilnehmern des Kurses vielseitiges Wissen zum Thema Ernährungswissenschaften, Kulinarik und Hospitality vermitteln wird. Die Vielseitigkeit des Zertifikats zeigt sich im Folgenden anhand einer beispielhaften Auswahl an aktuellen Dozenten und Dozentinnen:

Stephan Becker-Sonnenschein ist Gründer des Global Food Summit, denkt Ernährungsfragen im gesellschaftspolitischen Kontext neu und bereichert das Gremium durch seine Expertise im Bereich der Lebensmittel-Innovation.

Dr. Claudia Osterkamp-Baerens unterstützt das Team als erfolgreiche Ernährungsberaterin mit spannenden Inhalten aus dem Feld der Oecotrophologie.

Boris Kochan, Gründungsmitglied von Slow Food Deutschland, sensibilisiert für Genuss und Achtsamkeit im Bereich der Kulinarik. Mit Bezügen zu Wissenschaft und Design vermittelt er Ernährung als vielschichtige, wertvolle Kulturleistung.

Günes Seyfarth, Gründerin des nachhaltigen Unternehmens „Community Kitchen“, teilt wertvolles gesellschaftsrelevantes Wissen zu den praktischen Handlungsfeldern Klimaschutz und Lebensmittelwertschätzung.

Ziel ist es, den thematischen Bogen „vom Acker auf den Teller“ zu schlagen und dabei die Bereiche Nachhaltigkeit, Genuss und Kultur miteinander zu verbinden.

Ein vollständige Liste der Lehrbeauftragten ist auf der Website des Ernährungsforums im Bereich des Hochschulzertifikats abrufbar.



Fördern

IV. FÖRDERN | FORSCHUNG, DIGITALITÄT UND AUSBLICK



Der Ernährungsreport der Bundesregierung gibt einen jährlichen Überblick über Ernährungsgewohnheiten sowie Trends beim Einkaufen und Kochen. Die Berichte aus den Jahren 2021/22 ergaben unter anderem Folgendes: „Verbraucherinnen und Verbraucher schauen genau hin, was sie in ihren Einkaufskorb legen. Es ist einer großen Mehrheit wichtig, auch bei der Ernährung dem Schutz von Klima und Umwelt gerecht zu werden. In diesem Zusammenhang ist es vielen ein Anliegen, die Verschwendung von Lebensmitteln zu vermeiden. Viele Verbraucherinnen und Verbraucher wünschen sich mehr Transparenz an der Ladentheke als gute Grundlage für Kaufentscheidungen. Sie wollen, dass Tiere in der Landwirtschaft besser gehalten werden und bevorzugen regionale und saisonale Lebensmittel. Auch vegetarische und vegane Produkte gehören für sie zur Ernährung dazu.“



Gesundheit ergibt sich aus Genuss.
Auszug aus dem Ernährungsreport der Bundesregierung

Dies zeigt, dass die Projekte des Ernährungsforums nicht nur ökologisch sinnvoll sind, sondern die Trendwende im Bereich Ernährung berücksichtigen.

Das Thema Ernährung spielt allerdings nicht nur in unserem praktischen Alltag eine Rolle.

Auch die Wissenschaft ist stets auf der Suche nach neuen Entdeckungen, um Hunger und Ressourcen-Verschwendung entgegenzuwirken. Im Idealfall entsteht eine Verbindung zwischen Forschung und Gesellschaft, eine Schnittstelle des Wissensaustauschs, aus der sich echter Wandel vollziehen kann. Das Ernährungsforum ist daher auch im Bereich Ernährungsforschung tätig. In Kooperation mit der Universität Bayreuth und dem dazugehörigen Lebensmittelstandort Kulmbach entstehen neue, spannende Handlungsfelder.

IV.1 DER ERNÄHRUNGSPFAD



Der „Hohensteiner Ernährungspfad“ soll als konzeptionelles Forschungsprojekt im Bereich der Wissenschafts- und Ernährungskommunikation realisiert werden.

Das Projekt besteht aus zwei Teilprojekten. Teilprojekt A umfasst die wissenschaftliche Begleitung und praktische Umsetzung eines Ernährungspfades, an dem interessierte Besucherinnen und Besucher verschiedene Informationen mittels QR-Codes abrufen können. Teilprojekt B schließt systematisch Lücken in der Forschung zu Wissenschafts- und Ernährungskommunikation mittels Fokusgruppen und Online-Experimenten.

Ziel ist es, die aus der Forschung gewonnen Erkenntnisse in die fortlaufende Optimierung des Ernährungspfades einfließen zu lassen. Um die wissenschaftliche Qualität zu sichern, ist geplant, das Projekt mit einem wissenschaftlichen Beirat, bestehend aus Persönlichkeiten der Wissenschafts-Community, aber auch aus interessierten Bürgern aus der Region, so genannten „Citizen Scien-

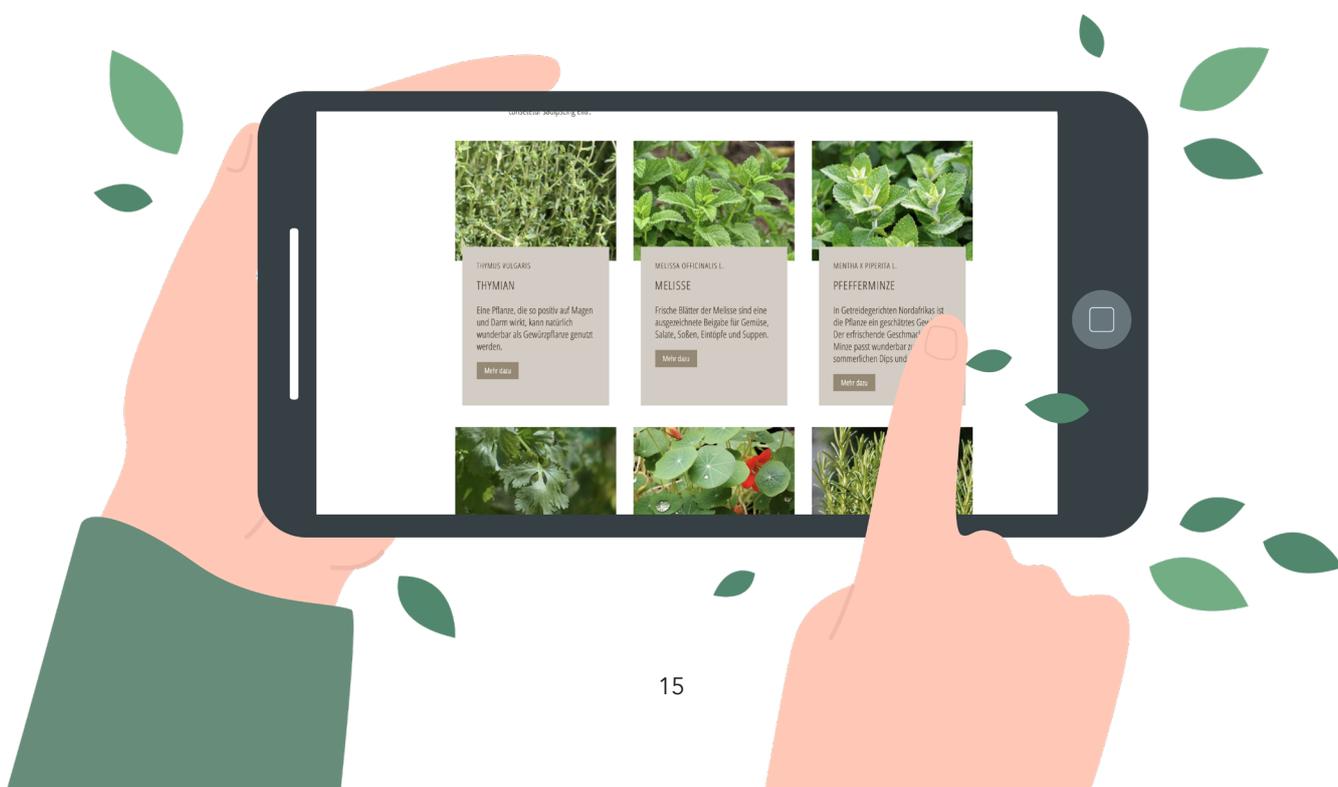
tists“, zu bereichern. Des Weiteren soll der Dialog des Wissenschaftsnachwuchses in den Bereichen Wissenschafts-, Ernährungs-, und Gesundheitskommunikation in Form von Zusammenkünften und Workshops angeregt werden.

ERNÄHRUNGSPFAD | MILESTONES

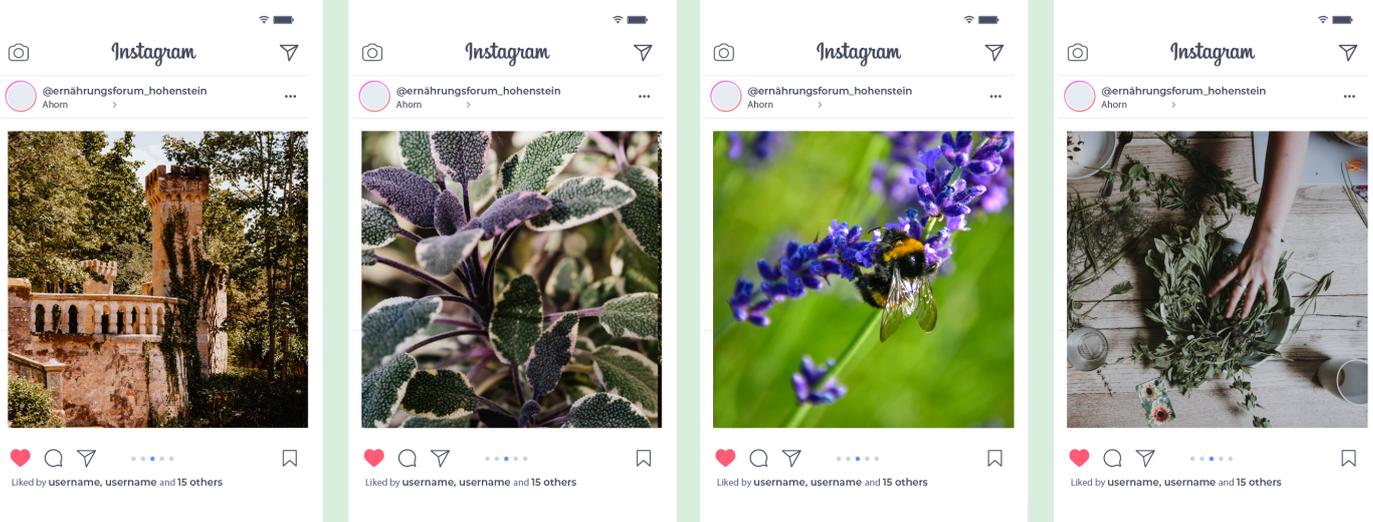


IV.2 DAS ERNÄHRUNGSFORUM DIGITAL

Die Projekte und Ergebnisse des Ernährungsforums werden auf der Website der Oskar-Hacker-Stiftung anschaulich aufgeführt. Neben Informationen zu den Projektpartnern sowie einem digitalen Kräuterlexikon, sind dort auch Termine und Themen der vielseitigen Kräuterführungen im Schlosspark zu finden. Die digitale Repräsentation des Ernährungsforums soll alle Bereiche und Kooperationspartner im übertragenen Sinne an einem Tisch versammeln.



Der Inhalt der Website wächst dabei organisch und schafft Querverbindungen zu den anderen Foren der Stiftung. Ziel ist es, neben Workshops, News, Projektpartnern und Kräuterlexikon, Impulse aus dem Bereich Social Media zu bieten: Immer mehr Hersteller von digitalem Content interessieren sich für Kräuterkunde, nachhaltige, pflanzenbasierte Ernährung und kulinarischen Genuss. Daraus ergeben sich relevante Inhalte am Puls der Zeit, die schnell und unmittelbar informieren und inspirieren. Daher soll die inhaltliche Zusammenarbeit mit Influencern und Content-Herstellern ein weitere Komponente in der digitalen Kommunikation des Ernährungsforums bilden.



Kräuterporträts und aktuelle Impressionen des Ernährungsforums.

IV.3 AUSBLICK UND KOOPERATIONSPARTNER

In den kommenden Jahren ist neben den genannten Projekten eine Vielzahl weiterer spannender Initiativen geplant. Die nachhaltige Parksanierung wird im Zuge der Kräuterreise und des Ernährungspfads eine zentrale Rolle für die Entwicklung des Ernährungsforums spielen.

Die Idee der Bürgerpartizipation wird hier stärker ausgebaut, der gesellschaftliche Nutzen von nachhaltigem Anbau einem breiteren Publikum vermittelt. Medial und digital begleitet greifen die Foren der Stiftung so unter den Gesichtspunkten Nachhaltigkeit und Klimaschutz gleich auf mehreren Ebenen ineinander.

Abschließend ist zu sagen, dass wir Menschen den Wandel selbst in der Hand haben – aktiv, innovativ und kreativ. Daher ist auch im Ernährungsforum das menschliche Engagement aller Mitstreiter das, was der Initiative ihre Einzigartigkeit verleiht:



*Der Beginn der Kräuter-Reise: der Innenhof von Schloss Hohenstein.
Van Hamann Photography*

Der Ausblick in die Zukunft des Ernährungsforums ist geprägt von einer Zusammenarbeit verschiedenster Kooperationspartner mit einer gemeinsamen Vision. Die Bewahrung von kulinarischer Kultur, die Entwicklung von Bildungsangeboten im Bereich Food & Hospitality sowie die Förderung der Ernährungswissenschaften. Im Sinne des Stiftungszwecks und des Stifters Oskar Hacker:

BEWAHREN. ENTWICKELN. FÖRDERN.

Das Ernährungsforum lebt vom regen Austausch und der Unterstützung durch fachkundige Expertinnen und Experten.

Alle Kooperationspartner sind auf der Website des Ernährungsforums zu finden.

Schloss | HOHENSTEIN
STIFTUNG OSKAR HACKER

ERNAEHRUNGSFORUM.SCHLOSS-HOHENSTEIN.DE