

Die Zukunft der Ernährung ist individuell und pflanzlich, sagt die Schweizer Köchin Lauren Wildbolz.

BACK TO THE ROOTS

Im Gespräch skizziert sie, wie ein grüner Umbau funktionieren könnte.

Köchin Lauren Wildbolz entwickelt als Gründerin des Catering-Unternehmens „The Future Cuisine“ vegane Gerichte sowie Konzepte für die Gastronomie, gibt Coachings und ist als (upnext4-)Keynote-Speakerin aktiv.

→ Seit sie 14 Jahre alt ist, verzichtet Lauren Wildbolz bereits auf Fleisch – mit 27 Jahren entscheidet sie sich für die pflanzenbasierte Ernährung. Und macht ihre Überzeugung zum Beruf. Seit 2012 leitet die Zürcherin neben einer veganen Patisserie ein plantbased Catering-Unternehmen; im Rahmen ihres Mandats als Kreativdirektorin des Symposiums „Soil to Soul“ macht sie sich stark für nachhaltige Ernährung und gesunde Böden. Ergänzend coacht die Schweizerin Unternehmen zum Thema Gemüseküche und erstellt Konzepte für Gastrobetriebe.

Dein Cateringbetrieb trägt den Titel „The Future Cuisine“. Was ist aus deiner Sicht die Zukunft der Ernährung?

LW In Zukunft werden viel mehr Speisen maßgeschneidert sein. Ich nenne das auch Ego-Eating. Eingeordnet werden kann diese Entwicklung in den Bereich Biohacking, also die Vorstellung, dass man den Körper durch Überwachung via Gadgets und Anpassung des Verhaltens maximal gesund und leistungsfähig macht. Über Blut und Morgentoilette lässt sich künftig herausfinden, welche Nährstoffe förderlich sind für das eigene Mikrobiom, welche Vitamine und Mineralien man braucht. Anhand dieser Parameter weiß die Person, was sie essen kann und was nicht. Zudem wird pflanzliche Ernährung ein Megatrend bleiben und einen immer größeren Platz einnehmen. Innovationen wie zelluläres Fleisch werden vorangetrieben, was künftig ein Segen für unsere Landwirtschaft und deren Probleme sein könnte. Am Ende ist es so: Was die Lebensmittelindustrie produziert, hat einen erheblichen langfristigen Einfluss auf unsere Gesundheit und die Umwelt.

Was sind in diesem Zusammenhang die größten Herausforderungen?

LW Die größte Challenge ist die globale Erderwärmung, denn durch sie werden wir in Zukunft Probleme haben, auf unseren Flächen genug wertvolle Nahrung anzubauen. In Zentraleuropa wird es immer trockener, die Niederschläge werden weniger. Wir müssen jetzt reagieren, um in Zukunft Ernährungssicherheit garantieren zu können. Die Technologien sind da, das Know-how ist auch da, aber wir sind noch sehr zögerlich. Einerseits, weil es immer noch Klimawandel-Leugner gibt und andererseits, weil gewisse Industrien kein Interesse daran haben, diese neuen Technologien zu unterstützen.

→ Lauren Wildbolz gilt als Pionierin im Bereich der pflanzenbasierten Ernährung. Die heute 42-Jährige studierte noch an der Hochschule für Gestaltung in Zürich, als sie 2010 eines der ersten veganen Restaurants in der Schweiz eröffnete. Wenige Jahre später gründete sie im Rahmen ihrer Abschlussarbeit eine Foodwaste-Gastronomie. Das Konzept: Nachts containern, mittags kochen mit dem, was andere wegwerfen – und so ein Bewusstsein schaffen für die (pflanzlichen) Lebensmittel, die in Europa systematisch im Müll landen.

Lauren Wildbolz, was bedeutet bewusstes Essen für dich?

LAUREN WILDBOLZ Essen fängt immer beim Menschen selbst an. Wahrzunehmen, was einem gut tut; herauszufinden, womit fühle ich mich am besten. Ich persönlich bin vor 17 Jahren durch meine Yogapraxis auf die vegane Ernährung gestoßen.

»Wir brauchen einen Mindset Shift in der Einschätzung dessen, welche Lebensmittel wertvoll sind und welche nicht.«

»Erst wenn alternative Proteinprodukte gesünder sind als ein Stück Fleisch, werden sie auch Fleischesser und Flexitarier erreichen.«

»Hotels und Restaurants kommt beim Thema Ernährung eine große Verantwortung zu, denn sie können Zukunftstrends setzen.«

Wer hätte aus deiner Sicht die größten Hebel, um einen nachhaltigen Change voranzutreiben?

LW Politik, Industrie und Großhandel könnten hier den Lead übernehmen. Speziell die Politik hat beim Thema Subventionen einen direkten Einfluss darauf, was und wie in der Landwirtschaft produziert wird. Sie könnte öffentliche Institutionen wie Seniorenheime oder Schulen dahingehend mehr bestücken und dort in die Kommunikation gehen – letzteres ist sehr wichtig. Innovation könnte durch Lockerungen von Gesetzen schneller ermöglicht werden. Zudem könnte man für den Endkonsumenten Anreize schaffen, wie etwa ein Punktesystem im Supermarkt, das die Kunden dafür belohnt, wenn sie nachhaltig einkaufen.

Ist auch ein essenskultureller Shift nötig, damit ein Wandel in Richtung Nachhaltigkeit gelingt?

LW Wir brauchen einen Mindset Shift in der Einschätzung dessen, welche Lebensmittel wertvoll sind und welche nicht. Zentral ist dabei die Frage nach „the true cost“ – also dem Preis, den Lebensmittel hätten, würde man Faktoren beachten wie den Wasserverbrauch oder den CO₂-Fußabdruck. Interessanterweise wären Biolebensmittel dann beispielsweise günstiger und gespritztes Gemüse wäre teurer, Billigfleisch würde teurer und Weidefleisch günstiger.

Und wie versuchst du die Menschen von deinem (veganen) Angebot zu überzeugen?

LW Ich lasse Taten sprechen. Bisher habe ich oft beim Catering für vegane Hochzeiten meine Chance genutzt, weil dort das Brautpaar entschieden hat, was es zu essen gibt. Mein Ziel war es immer, die Fleischesser zu überzeugen, damit sie am Ende sagen: Mir hat nichts gefehlt.

Welche alternativen Proteinquellen werden wir künftig konsumieren, damit uns „nichts fehlt“?

LW Hoffentlich kommen wir wieder zurück zu natürlichen alternativen Proteinen, also Hülsenfrüchten. Bei Oldschool-Produkten wie Tofu, Seitan und Tempeh liegt noch riesiges Potenzial in der Herstellung. Die Zukunft dieser alternativen Proteinprodukte wird sein, dass sie sehr naturbelassen sind, also möglichst wenig

Inhaltsstoffe haben – Erbsenprotein, Öl, Sonnenblumenkerne, Wasser. Erst wenn wir diese Produkte so hincbringen, dass sie gesünder sind als ein Stück Fleisch, werden sie auch Fleischesser und Flexitarier erreichen.

Welche Rolle spielt die Hospitality in diesem Ernährungs-Kosmos?

LW Hotels und Restaurants kommt eine große Verantwortung zu, denn sie können Zukunftstrends setzen. Aus der Lebensmittelindustrie kenne ich es vom Produkte-Testing beispielsweise so, dass man über Köche und Restaurants geht, um Neuheiten zu lancieren. Auch Food-Trends probieren viele Menschen das erste Mal im Restaurant, bevor sie ein Gericht zu Hause nachkochen. Bei den Köchen sehe ich hier auch eine Art Sorgfaltspflicht, ähnlich wie bei Ärzten.

Du selbst gibst Schulungen in Gastronomien, aber auch in öffentlichen Einrichtungen wie Seniorenheimen. Was ist dir dabei am wichtigsten?

LW Ausschlaggebend ist immer das Produktwissen. Wenn ich dieses mitbringe, ist den Köchen oft schon geholfen. Aber es braucht auch viel Feingefühl. Aktuell betreue ich zum Beispiel ein Projekt der Stadt Zürich, die zum Erreichen ihrer Klimaziele auch in großen Betrieben wie Seniorenheimen andockt. Als ich die Bewohner dort kennenlernte, war mir klar: Wir können hier nicht alles umwerfen und den Menschen plötzlich ganz andere Gerichte vorsetzen. Mein neuer Ansatz ist es also, alles rund um das tierische Produkt plantbased zu gestalten – von der Salatsauce bis zur Creme als Nachspeise. Wenn wir hier die Butter und die Milch weglassen, entsteht schon eine viel bessere CO₂-Bilanz. So haben wir einen riesigen Impact, aber die Menschen dort werden es kaum oder gar nicht merken. Auch das könnte ein New Normal werden: Zu sagen das plantbased Produkt ist der Hauptdarsteller und das Fleisch ist die Beilage.

Abschließend: Welche Superkraft hättest du gern und was würdest du damit ändern?

LW Ich würde gern alle Vorurteile in den Menschen löschen, um möglichst viel Offenheit in ihnen zu generieren.

Interview VERENA USLEBER

SAFE, SUSTAINABLE & EFFICIENT

nektar
natura

Nektar Natura is a beverage solutions provider that offers a unique "all in one" approach, providing a healthy competitive edge in the market and a comprehensive solution for the hospitality sector in Europe and the Middle East.

It operates in the market as a comprehensive partner in the beverage industry for all representatives of the hospitality and tourism sectors. It integrates all the developmental elements of modern dispensing solutions and the highest development standards for carbonated and non-carbonated beverages, cocktails, teas, coffees, and other beverages that are the result of top quality and industry trends.

Our solution is environmentally sustainable as we care about the environment, health, and people. The main goal is to minimize the negative impact on the environment by offering various solutions to reduce carbon footprint (related to reducing storage, transportation, cooling, and waste management costs).



www.nektarnatura.com



Inhalt

Edition 6 – Verantwortung



58

32



72



44

FOTOS © SOPHIE MÖCHERT | CARL HANSEN & SON | LAUREN WILDBOLZ | DZTY/FARDIEN DIEHL

- s. 80 **Rooftop** **WORK-SURVIVE-BALANCE**
Hans Rusinek über die Zukunft der Arbeit
- s. 72 **Floor 9** **OPEN DATA IS KEY**
Digitizing Tourism mit Petra Hedorfer
- s. 64 **Floor 8** **GENERATIONSFRAGEN**
Talking Nachhaltigkeit mit Julia Bismark
- s. 58 **Floor 7** **DIG IN!**
Köchin Lauren Wildbolz über Future Cuisine
- s. 52 **Floor 6** **#ENKELFÄHIG**
5 Hospitality Leader über(nehmen) Verantwortung
- s. 44 **Floor 5** **DAS SITZT!**
Eine Möbelmanufaktur zwischen Tradition und Moderne
- s. 40 **Floor 4** **FAMILIENBANDE**
Next Gen-Insights von Unternehmerin Franziska Sanoner
- s. 32 **Floor 3** **ERST DIE MORAL, DANN DAS ESSEN?**
Billy Wagner im Gastro-Gespräch mit sozialer Komponente
- s. 22 **Floor 2** **AUF RÜCKGRAT GEBAUT**
Hadi Teherani über Architektur und Gesellschaft
- s. 20 **Floor 1** **GOING UP!**
Auf Paternoster-Fahrt mit Künstler Tom Roeler
- s. 10 **Lobby** **FOLLOW YOUR DREAMS**
Hotelier Roland Duerr über Lebensträume & Leadership

09 Editorial
86 Impressum
88 About elevatr

Mag for
Hospitality
Enthusiasts

elevatr

9 EUR

Gemeinsam Segel setzen

upnxt²⁴

created and
hosted by

elevatr

co-hosted by



EDITION 6 – VERANTWORTUNG