



CORINNE NUSSKERN
Gastro-Journalistin

Hinsetzen!

Es passiert allen: Mittags hurtig etwas snacken, statt gemütlich im Restaurant zu sitzen – die Snackification als leiser Killer des traditionellen Mittagessens. Eine Umfrage des amerikanischen International Food Information Council von 2024 ergab, dass 56 Prozent der Befragten ein Snack dem traditionellen Mittagessen vorziehen. Hoppla. Allen voran die jüngeren Generationen.

Obs gefällt oder nicht, dem Wandel in der Gesellschaft ist kaum Einhalt zu gebieten. Aber man kann auf das Zügli aufspringen! Der englische Consumer Snacking Report wies aus, dass 45 Prozent der Menschen bereit sind, mehr für Snacks mit gesunden Zutaten zu bezahlen. Snacks und Gesundheit? Zwei Konzepte, die trotz scheinbarem Widerspruch zusammenpassen. Könnte man im Mittagsangebot berücksichtigen. Linsenbowl statt Geschnetzeltes mit Rösti. Oder eine sommerlich-snackige Mini-Tavolata mit Blattsalat, Gazpacho und geröstetem Blumenkohl in Snackportionen. Oder ein Forellentatar, Gurken-Granatapfel-Salat und Zitronenfusilli. Es gibt Varianten ohne Ende. Und: Es kann ein eleganter Weg sein, um Resten zu verwerten und Food Waste abzuwenden.

Manchmal braucht es nur einen kleinen Schubs oder einen kräftigen Stoss – auf beiden Seiten. Im Hier und Jetzt leben? Soziales Netzwerken? Work-Life-Balance? Findet im Fall auch mittags statt: in der Gartenbeiz.

corinne.nusskern@gastrojournal.ch



Grosse Leistung aller: Commis Yannick Wider, Simon Grimbichler sowie die Siegerin Karina Fruman und ihr Commis Emanuel Sarbach

Karina Fruman: die strahlende Siegerin

Karina Fruman gewinnt den Bocuse d'Or Schweiz. Und schreibt damit Geschichte: Die 25-Jährige ist die erste Frau, die die Schweiz 2026 am Bocuse d'Or Europe vertreten wird.

Text Corinne Nusskern

Es war ein spezielles Aufeinandertreffen in der Trainingsküche im Neuro Campus Hotel Das Morgen in Vitznau LU. 2022 gewannen sie noch zusammen Medaillen in der Juniorenkochennationalmannschaft an der Weltmeisterschaft in Luxemburg, nun traten sie gegeneinander an: Karina Fruman (25, Gastronomie Campus Sursee, Oberkirch LU) mit Commis Emanuel Sarbach und Simon Grimbichler (24, Catering Restolike, Hindelbank BE) mit Commis Yannick Wider.

Die beiden Teams kämpfen um den Schweizer Platz beim Bocuse d'Or, um sich 2026 an der europäischen Auswahl für den Einzug ins Weltfinale am Bocuse d'Or 2027 in Lyon (F) zu qualifizieren. In gut fünf Stunden müssen sie ein Steinbuttgericht mit Beilagen und Saucen sowie ein Gericht mit Appenzeller Ente für die 14-köpfige, hochkarätige Jury zubereiten, geleitet von Jurypräsident Franck Giovannini (51) vom Hôtel de Ville in Crissier VD. «Ich freue mich, zwei so talentierte junge Menschen im Wettbewerb zu haben und zu sehen, wie sie alles geben – so wie wir vor 20 Jahren», sagt



Pure Eleganz: die Fleischplatte (Appenzeller Ente) von Karina Fruman

Giovannini, der 2007 für die Schweiz am Bocuse-d'Or-Weltfinale Bronze holte.

Gegeneinander und füreinander

Die Atmosphäre in der Küche ist entspannt. Es wird pochiert, angestrichen und einreduziert. Keiner der beiden sieht, was der andere macht, und doch ist eine Verbindung spürbar: Karina Fruman und Simon Grimbichler sind privat ein Paar. Vorteil oder Nachteil? Grimbichler sagt: «Das hier gibt es nur einmal, dass wir gegeneinander, miteinander und füreinander kochen. Ich hoffe, es gelingt ihr alles.» Und Fruman? «Dass wir unsere Stärken und Schwächen kennen, gibt mir Energie und pusht mich vorwärts.»

130 Gäste aus der Branche, Freunde und Familie der Kandidaten verfolgen die Geschehnisse in der Küche auf der Leinwand im Musiksaal. Beide Kandidaten schicken Fischteller und Fleischplatte rechtzeitig. Sie werden von der Degustationsjury akribisch analysiert.

Zünglein an der Waage: die Technik

Kurz vor der Siegerverkündung wirkt Grimbichler entspannt, Fruman angespannt. «Während des Kochens war ich null nervös. Jetzt schon, obwohl sich das Resultat nicht mehr ändern lässt.» Fruman entscheidet das grosse Finale für sich. Die Freude jedoch teilen sich Karina und Simon gemeinsam.

Das Zünglein an der Waage: die Technik. «Beide haben Grossartiges abgeliefert, doch bei Karina war die Technik ausgefeilter», erklärt Giovannini. «Es ist ein Detail, aber Technik ist genau das, was es für den nächsten Schritt vom Bocuse d'Or braucht.» Und der heisst nun, sich 2026 bei der europäischen Ausscheidung zu qualifizieren. Zudem schreibt Karina Fruman Bocuse-d'Or-Geschichte: Sie ist die erste Frau, die die Schweiz beim Bocuse d'Or Europe vertritt. Aber erst mal wird sie den Adrenalinspiegel wieder etwas runterfahren. Was sind ihre Pläne für morgen? «Aufräumen und dann einfach nur im Bett liegen», sagt sie lachend.