

# Mit 16 hat er schon von der Koch-Nati geträumt

Nach Erfolgen mit dem Luzerner Cercle und als Einzelkämpfer am Swiss Culinary Cup hat es Raphael Frei nun ins Kochnati-Team geschafft.

Noch bevor er überhaupt die Kochlehre beginnt, weiss Raphael Frei, was er unbedingt will. Erstens: ein Messerset vom Feinsten. Zweitens: als Mitglied der Schweizer Kochnationalmannschaft um Ruhm, Ehre und natürlich Gold kochen. Wunsch eins geht schon mit 16 Jahren in Erfüllung, als er mit seiner Mutter und Grossmutter nach Biel zur Firma Ceco reist und sich sechs Kai-Shun-Messer zur Konfirmation aussuchen darf. Wunsch zwei wird sich nächstes Jahr erfüllen, wenn er mit dem Team der Kochnationalmannschaft an den Culinary World Cup reist, um mit den besten Equipen der Welt zu wetteifern.

Der heute 26-Jährige gehört seit Anfang Jahr der Mannschaft an und ist mächtig stolz, dass ihn



Raphael Frei ist seit Januar neu in der Schweizer Kochnationalmannschaft.

Nati-Manager Tobia Ciarulli nominierte. Ins Spiel gebracht hat sich Raphael Frei mit Topleistungen an verschiedenen Kochwettbewerben. Seit 2015 kochte der Aargauer mit der Regionalkochkunstequipe des Luzerner Cercle. Teamcaptain Marco Steiner holte das Jungtalent damals in seine Mannschaft. Als Helfer verdiente sich Raphael Frei die ersten Sporen. 2020 trug er als Vollmitglied

der Regionalequipe massgeblich dazu bei, dass die Luzerner an der Olympiade der Köche den Titel bei den Regionalteams gewannen. Ein Jahr zuvor machte er als Einzelwettkämpfer am Swiss Culinary Cup von sich reden. Im Finale erkochte er sich den Bronzerang. «Damals kamen Manager Tobia Ciarulli und Coach Thomas Kuster auf mich zu und erzählten mir von der Nationalmannschaft», erinnert sich Raphael Frei.

Nach einem Besuch des Nati-Camps und kurzem Kennenlernen der Mannschaft in Sursee musste er nicht lange überlegen: «Da mache ich mit!»

## Die Rolle im Team finden

Mittlerweile fühlt sich der Neuzugang im Team pudelwohl. «Wie in der Luzerner Equipe ist in der Nati der Teamspirit sehr gut. Viele Mitglieder waren schon bei mir daheim in Zürich», erzählt Raphael Frei. Zusammen mit Guy Estoppey und Michael Schneider wird er sich für die Koch-WM um die Schauplatte kümmern. Hundertprozentig seien die Aufgaben aber



«Mein Betrieb unterstützt mein Engagement in der Schweizer Kochnati», sagt Raphael Frei, Sous-chef im Globus an der Zürcher Bahnhofstrasse. BILDER ZVG



Mehr Informationen unter:  
[www.hotelgastrounion.ch/skv](http://www.hotelgastrounion.ch/skv)

noch nicht verteilt, sagt er. Seine Stärken sieht Raphael Frei vor allem als Saucier. «Fisch und Fleisch bringe ich auf den Punkt», sagt er selbstbewusst. Während der Pandemie hat er vor allem an Demiglacen getüftelt. Seine Passion für grosse Renntöfss lässt er vorerst ruhen. Nicht aber sein geliebtes Holzbearbeiten. Für die Nati hat er den Prototyp für eine Terrinenform entwickelt. JÖRG RUPPELT

In den nächsten Ausgaben stellen wir alle neuen Mitglieder der Kochnationalmannschaften im Porträt vor.

## Zur Person

Raphael Frei erlernte das Kochhandwerk im «Lerchenhof» in Reiden/LU und verdiente sich seine ersten beruflichen Sporen unter anderem im Schiffsrestaurant Wilhelm Tell und im «Schweizerhof» in Luzern sowie im «Kameha Grand» in Zürich. Seit drei Jahren ist er Sous-chef im Globus Zürich und dort für die Delicatessa-Bar verantwortlich.

Sponsoren der beiden Schweizer Kochnationalmannschaften:

Hauptsponsor:  
Swica Gesundheitsorganisation

Co-Sponsor:  
G. Bianchi AG,  
Electrolux Professional

Ausrüster:  
Gastroimpuls, Kai Messer,  
Kentaur Work Wear,  
Oehrl Beruflmode

Partner der Schweizer Kochnationalmannschaft:  
Aligro, Ben's Original, Hero,  
Pacojet, Saviva Food Services

Partner der Schweizer Junioren-Kochnationalmannschaft:  
Boiron, Brunner-Anliker, Emmi Food Service,  
Hug AG, Transgourmet-Prodega, Wiberg

ANZEIGE

Genuss-Weekend  
zu gewinnen

[swica.ch/de/hotelgastrounion](http://swica.ch/de/hotelgastrounion)

# WARUM VERTRAUT DIE HGU AUF DIE NUMMER 1?

WEIL GESUNDHEIT  
ALLES IST

# SWICA

In Partnerschaft mit

HOTEL & GASTRO  
**UNION**  
seit 1886

SWICA ist der verlässliche Partner, wenn es um erstklassige Versicherungslösungen geht. Dank der Partnerschaft zwischen der HGU und SWICA sowie dem BENEVITA Bonusprogramm erhalten Sie attraktive Prämienrabatte auf die Zusatzversicherung COMPLETA TOP und alle HOSPITA Spitalversicherungen. Sprechen Sie mit uns über Ihren Versicherungsschutz. Telefon 0800 80 90 80 oder [swica.ch/de/hotelgastrounion](http://swica.ch/de/hotelgastrounion)