

# «Liebe geht durch den Magen»

Die neuen Mitglieder der Schweizer Kochnationalmannschaft Niklas Schneider, Silvan Holenstein und Christian Oliveira sprechen über ihre Leidenschaft fürs Kochen und den Umgang mit Stress.

## 5 Fragen

1

Auf welche Herausforderungen mit der Kochnationalmannschaft freuen Sie sich besonders?

2

Welches ist Ihre Rolle im Team?

3

Wieso wollten Sie Koch werden?

4

Wie gehen Sie mit Stress um?

5

Was haben Sie aus Ihrem Berufsalltag für Ihr persönliches Leben gelernt?



### NIKLAS SCHNEIDER

Der 22-Jährige liess sich im Hotel Löwen in Dielsdorf zum Koch ausbilden. Danach arbeitete er unter anderem im «The Chedi Andermatt» und bei der Schweizer Armee. Derzeit ist er Demi-chef im «Atlantis by Giardino» in Zürich.

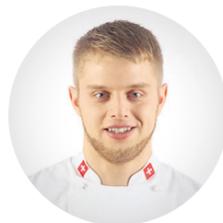
1 Natürlich freue ich mich extrem auf die Weltmeisterschaft in Luxemburg, aber auch auf das Ausprobieren der diversen Gerichte.

2 Ich konzentriere mich auf das Ovo-lacto- und das 5-Gang-Menü, beides für das kalte Programm.

3 Die Entscheidung für den Beruf Koch ist bei mir schon in sehr frühen Jahren gefallen. Ich komme aus einer Gastronomiefamilie und bekam daher schon früh mit, was es heisst, gut zu essen. Ich liebe den Kochberuf, weil es sich um einen sehr abwechslungsreichen und kreativen Beruf handelt. Ausserdem finde ich es genial, Menschen mit gutem Essen glücklich zu machen.

4 Ich versuche meistens, Stress so oft wie möglich zu vermeiden, indem ich mich gut organisiere und vorbereite. Jedoch ist das nicht immer möglich. Wenn es dann in der Küche doch einmal stressig wird, versuche ich, möglichst ruhig zu bleiben und fokussiert weiterzuarbeiten. Sobald man gestresst ist, wird man ungenau und es passieren viel mehr Fehler.

5 Ich habe gelernt, mich auch im Privatleben besser zu organisieren und mit Stress umzugehen. Und ich habe gelernt, wie wichtig eine gute Kommunikation ist.



### SILVAN HOLENSTEIN

Der 28-Jährige absolvierte seine Kochlehre bei der Stiftung Blumenrain, Therwil. Er bildete sich zum Konditor-Confiseur weiter und war 2016 Marmite-Youngster-Finalist. Heute ist er Sous-chef im Gasthof zum Ochsen in Arlesheim.

1 Ich freue mich auf alle Herausforderungen mit diesem tollen Team. Am meisten freue ich mich jedoch auf die Wettkämpfe.

2 Ich helfe als Pâtissier bei der Entwicklung der Desserts mit. Zudem arbeite ich im warmen Programm fürs Dessert mit Stefanie Siegenthaler zusammen.

3 Ich stand zuhause schon früh in der Küche. Das ist sicher einer der Gründe, weshalb ich mich für diesen Beruf so begeisterte. Bei dieser abwechslungsreichen Arbeit wird es mir nie langweilig. Zudem reizt es mich, mit verschiedenen Farben, Formen und Aromen zu experimentieren. Auch ist es schön, für andere Menschen etwas Feines und schön Angerichtetes zu kochen. Denn Liebe geht ja bekanntlich durch den Magen.

4 Wenn die Bon-Maschine in der Küche nicht mehr aufhört zu rattern, versuche ich möglichst ruhig zu bleiben und einen oder mehrere Gänge nach oben zu schalten. Es ist wichtig, eins nach dem anderen anzugehen und das Team zu motivieren, so dass wir in Spitzenzeiten gemeinsam das Beste herausholen können. Auch in der Freizeit abschalten zu können und einen Ausgleich zu finden, ist für mich sehr wichtig.

5 Mein Motto lautet: «Fange nie an aufzuhören und höre nie auf anzufangen».



### CHRISTIAN OLIVEIRA

Der 22-Jährige machte seine Lehre zum Koch im Domicil Steigerhübel, Bern. Derzeit arbeitet er als Chef de partie im Restaurant Schöngrün in Bern und belegte bei der Marmite Youngster Selection 2017 den fünften Rang.

1 Da es ein neues Team ist, werden viele Herausforderungen auf uns zukommen und ich freue mich auf jede einzelne davon. Jede Idee und deren Umsetzung ist eine Herausforderung für sich und führt uns alle gemeinsam nach Luxemburg.

2 Ich bin zuständig für die Vorspeisen und den Fingerfood im kalten sowie für die Vorspeise im warmen Programm. Zudem bringe ich neue Ideen ins Team ein.

3 Das Kochen wurde mir wortwörtlich in die Wiege gelegt. Ich bin in einer Gastronomenfamilie aufgewachsen und kochte daher schon früh mit meinem Vater. Für mich vereint das Kochen verschiedene Kulturen, Traditionen und Kunst. Die Natur steht für mich beim Kochen im Vordergrund, speziell die Herausforderung, das Produkt zu verstehen und damit eine Geschichte zu erzählen.

4 Mit guter Organisation versuche ich stetig, Stress zu minimieren. Da mein Beruf jedoch unweigerlich unerwartete Überraschungen mit sich bringt, versuche ich auch in solchen Situationen einen klaren Kopf zu bewahren.

5 Ich habe durch das Kochen gelernt, mit offenen Augen durchs Leben zu gehen und auf unerwartete Situationen spontan und positiv zu reagieren.

Sponsoren der beiden Schweizer Kochnationalmannschaften:

Hauptsponsoren:  
SWICA Gesundheitsorganisation

Co-Sponsor:  
G. Bianchi AG

Ausrüster:  
Bragard Suisse,  
Electrolux Professional,  
Gastrolimpuls, KAI

Partner der Schweizer Kochnationalmannschaft:  
CCA Angehrn, Pacojet, Hero,  
Scana, Uncle Ben's

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

ANZEIGE



Bianchi und die Schweizer Koch-Nationalmannschaft 2017

Die Besten arbeiten am liebsten mit den Besten. Deshalb sind sie auch die Besten.



Her riechts nach frisch.