

# Alle Sinne sind gefragt

Die Ziegelsteiner **HAUSWIRTSCHAFTERIN** Gerda Schirl gibt Tipps zum richtigen Einkaufen und Kochen.

Eigentlich müsste jeder, der in diesen Tagen mal ein Stimmungstief hat, mit Gerda Schirl sprechen. Die 77-jährige Hauswirtschaftlerin sprüht vor Energie und ihr Optimismus ist ansteckend. Auch wenn sie in diesen Tagen beim Einkauf immer wieder den Kopf schütteln muss.

nomie gerade zu kämpfen haben. Aber ich habe doch keinen Grund zum Jammern.

#### Weil Sie alles Wichtige haben?

Genau! Ich habe ein Dach über dem Kopf, warmes Wasser, Strom, Heizung und genug zu essen. Und wenn es am Essen fehlt, dann kann ich jederzeit einkaufen gehen.

**A propos Einkaufen: Sie haben uns mitgeteilt, dass Sie sich darüber aufregen müssen. Geht es um den Mindestabstand, den die Leute nicht einhalten?**

Nein, gar nicht. Ich gehe sehr früh einkaufen, da ist wenig los und die

lecker, macht satt. Auch ein feiner Waldorf-Salat lässt sich damit machen. Und die gekochten Schalen ergeben eine gute Brühe. Sellerie hält sich übrigens auch, muss also nicht sofort komplett verarbeitet werden. Aber das ist nur eine Möglichkeit von vielen.

**Da müssen Sie erst mal aufklären - wo wir doch alle etliche Kochbücher und Smartphone-Apps haben und so gerne Kochsendungen im Fernsehen anschauen?**

Ja, aber mit all diesen Mitteln suchen wir eher das Besondere, etwas, das uns als Feinschmecker auszeichnet. Manchmal kommt uns dabei aber die Basis abhanden.

#### Also geht's uns zu gut?

Manchmal lohnt sich halt schon der Blick zu den Eltern oder Großeltern und die Überlegung: Wie haben die das gemacht? Und wir haben hier so eine große Auswahl an frischen, gesunden und auch relativ günstigen Lebensmitteln - es lohnt sich, sich damit zu befassen. Über die Zuberei-

## MITTWOCHSINTERVIEW

Leute sind auch sehr besonnen. Nur wenn ich in die Einkaufswagen blicke, packt mich das Grausen.

#### Was müssen Sie da sehen?

Nudeln, Pizza und weitere Tiefkühlartikel, Ketchup...

#### Ist das so schlimm?

Gerade hätten viele von uns doch Zeit, sich etwas mit Ernährung zu befassen. Außerdem wäre es doch gut, so einzukaufen, dass man auch mit geringeren Mengen lang auskommt. Ein Ein-Personen-Haushalt etwa kann ohne Probleme für drei Tage einkaufen.

#### Wie kann das gelingen?

Indem man das Richtige einkauft. Nehmen wir zum Beispiel eine Knolle Sellerie. Da kann ich fingerdicke Scheiben schneiden und die wie Schnitzel panieren - schmeckt

## ZUR PERSON

**GERDA SCHIRL (77) ist gelernte Hauswirtschaftlerin und wohnt in Ziegelstein. Aktiv ist sie auch als Tanz- und Gymnastiklehrerin, zudem gibt sie Kochkurse für Migranten, Frauen, Männer und Kinder. Wer „die rote Gerda“ kennt, weiß, dass - egal in welchem ihrer Kurse - die Lachmuskeln immer ein wenig mittrainiert werden. Ihre Hobbys sind Gartenarbeit, Sozialarbeit und Fränkische Kultur. Politisch engagiert sie sich für die SPD.**



Als Kursleiterin bietet Gerda Schirl in Nicht-Corona-Zeiten zum Beispiel den Kurs „Gerda kocht auf“ in der Kulturwerkstatt Auf AEG an.

tungen lernt man etwas in meinen Kursen (*lacht*) oder auch im Internet.

**Was halten Sie denn von technischen Hilfsmitteln in der Küche, wie etwa dem Thermomix?**

Vom Thermomix? Nix.

**Aber der kann fast alles...**

Ja, aber der Mensch kann dann bald nix mehr. Zum Kochen gehören doch alle Sinne. In meinen Kursen

lasse ich immer abschmecken: Passt das? Fehlt noch was? Eine Prise Zucker? Essig? Oder Schärfe für den richtigen Bumms? Das sollte man nicht der Technik überlassen. In meinen Kursen bringe ich auch Kindern und sogar Männern das Kochen bei. Ich sage: Leute, das ist Handarbeit! Kürzlich gestand mir ein Mann in meinem Kurs, dass er noch nie einen Teig in der Hand hielt. Er sagte: „Des fühlt sich fei gut an!“ **INTERVIEW: RURIK SCHNACKIG**

ANZEIGE

**GEÄNDERTER ANZEIGENSCHLUSS!**  
für die Ausgabe vom **15.04.2020** ist morgen, Donnerstag **09.04.2020, 16.00 Uhr**

Nordbayerische Anzeigenverwaltung GmbH  
Marienstraße 9-11, 90402 Nürnberg  
Telefon 0911/216 2777

**Frau Schirl, Sie sind Tanzlehrerin, Kochlehrerin, Gymnastiklehrerin - wie halten Sie die kursfreie Zeit gerade aus?**  
Gerda Schirl: Gut!

**Aber Ihnen muss doch etwas fehlen...**

Ja, das tut es auch. Trotzdem geht es mir doch wirklich noch gut. Verstehen Sie mich richtig, ich will nichts kleinreden. Es ist schrecklich, was in einigen Krankenhäusern passiert. Es ist tragisch, mit welchen Bedingungen kleine Läden oder die Gastro-