

Food-Konfigurator - Vision & Motivation



Das kennst du bestimmt auch: Nach einem anstrengenden Tag bist du tierisch hungrig. Und hast einfach keine Idee, was du dir kochen kannst! - Nicht schon wieder dieses Fertiggericht. Du weißt ja selbst, wie ungesund das ist. ... Und nachhaltig geht anders!

Was also kannst du tun? Was kannst du dir kochen? Dir fällt einfach nichts ein? Genauso ging es uns. Das war der Grund, für euch den Food-Konfigurator zu entwickeln.

Heute wissen wir: Kochen ist einfach. Kochen kann jeder. Und Kochen lernt man durch machen.

Einfacher und stressfreier kochen

Wir, das sind Suug und Bernhard. Suug liebt es, zu kochen und Bernhard begeistert sich für Internetkommunikation.

Kochen nach Rezept ist für uns beide nichts. Gramm und Milliliter abmessen, das ist einfach nicht unser Ding. Im Gegenteil: Kochen geht unserer Ansicht nach mit Gefühl, Beherztheit und einer Prise Mut zum Ausprobieren.

Die Idee zum Food-Konfigurator kam uns bei einem Gespräch in einer Kneipe in Hamburg. Eigentlich war der Anlass eher ernst, denn Suug war einige Jahre zuvor an Brustkrebs erkrankt und wir feierten ihre endgültige Genesung. Bei einem Bierchen diskutierten wir auch die Methode hinter Suugs Küche, bei der sie ganz auf das Kochen nach Rezept verzichtet. Stattdessen setzt sie auf ein systematisches Vorgehen, das im Ergebnis immer leckere Koch-Ergebnisse garantiert. Dabei spielt etwas Know-how über die Zutaten eine Rolle und über Proteine, Kohlenhydrate und Fette. Und auch die Farben des Essens haben eine Bedeutung ...

Für eine bessere Ernährung und Zukunft

Heute wissen wir: Wie und was wir Essen bestimmt unsere Gesundheit. Wir selbst kochen und essen nur noch vegan, ganz klar! Mit möglichst regionalen frischen Zutaten. Bei veganer Ernährung geht es auch um den würdevollen und menschlichen Umgang mit unseren tierischen Mitlebewesen. Vegane Ernährung ist

zudem die effektivste Methode, etwas für Umwelt- und Klimaschutz zu tun. Für uns ist vegane Ernährung schlicht die Ernährung der Zukunft.

Die Ideen zum Kochen beziehen wir aber aus aller Welt. Unserer Meinung nach sollte Kochen ein spielerischer Prozess sein! Unkompliziert, Fun und es darf auch mal was schief laufen.



Wir sind überzeugt, unser Konzept zu kochen, kann auch dich motivieren. Erfahre auch du, wie du dich organisieren kannst und so einfach immer wieder neue Geschmäcker auf deinen Tisch zauberst. Starte mit dem Dip-Ideen-Konfigurator und mache auch du dir einfach und schnell Dips, Pestos, Soßen, Salsas, Chutneys oder Brotaufstriche!