

KR-ONE KOCHT

MIT RUN & FUN WRAPS & ROLLS: DIE MISCHUNG MACHT'S



Eckart Preen, Geschäftsführer der Wirtschaftsförderung Krefeld, Manon Abs, Wirtschaftsförderung Krefeld und Gregor Werkle von Run & Fun



Die richtige Mischung sorgt nicht nur beim Zubereiten der Wraps für den guten Geschmack



Ob mild oder scharf, mit Fisch oder Fleisch, oder rein vegetarisch: Eine feste Regel, was ins Fladenbrot hineingehört, gibt es nicht. Die feinsten Zutaten lassen sich ganz leicht zu köstlichen Wraps zusammenrollen. Die richtige Mischung macht dabei den Geschmack. Das gilt heute genauso für unsere Gäste-Mischung, die die KR-ONE-Redaktion im Behnischhaus kurzerhand in eine Tex-Mex-Küche umfunktionieren, um mit unserem Team zu „wrappen“.

„Wraps sind ganz einfach zuzubereiten, haben wenig Kalorien und schmecken super“, betont Josi Hilgers von der Run & Fun GmbH aus Mönchengladbach, die am 2. Juli den ersten Krefelder Run & Fun-Firmenlauf organisiert. Dabei starten die Läufer an der Galopprennbahn auf einen fünf Kilometer langen Rundkurs quer durch den Krefelder Stadtwald. Hilgers hofft an diesem Tag auf viele Firmengruppen, die ruhig ein bisschen verrückt sein dürfen, denn das neue Jogging-Event soll vor allem eines: Spaß machen! „Von T-Shirts mit lustigen Sprüchen bis hin zu Ganzkörperkostümen als Sambatänzerinnen oder rosa Elefanten – der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt“, erklärt die Eventmanagerin, während sie mit dem Messer eine frische grüne Paprika schnell in Würfel schneidet. Aber die Geschwindigkeit sei gar nicht so wichtig, weder beim Gemüsezerkleinern, noch beim Run & Fun-Firmenlauf, erläutert Hilgers: „Es gibt nämlich ganz viele Siegerkategorien. Klar, die Schnellsten werden prämiert, aber auch die Kreativsten, das witzigste Motto, der schnellste Chef oder auch das jüngste und das älteste Team.“

Ganz nebenbei dient der Run & Fun-Firmenlauf auch der Gesundheit und stärkt das Betriebsklima. Dies sind wichtige Aspekte für die Industrie- und Handelskammer Mittlerer Niederrhein, die die Schirmherrschaft für dieses Event übernommen hat. „Firmenläufe sind immer Teil des betrieblichen Gesundheitsmanagements. Wir möchten Betriebe motivieren, bei diesem Thema stärker aktiv zu werden, deswegen

unterstützen wir den Run & Fun-Firmenlauf“, sagt Gregor Werkle, der sich bei der IHK Mittlerer Niederrhein um Standort- und Wirtschaftspolitik kümmert; dessen volle Konzentration aber nun von einem Bündel Tomaten gefordert wird, das auf eine zeitnahe Zerteilung in kleine Bestandteile wartet. Große Kocherfahrung kann Werkle nicht vorweisen; trotzdem sind die Tomaten bald in eine wrap-gerechte Form gebracht.

Gleiches gelingt auch Eckart Preen, Geschäftsführer der Krefelder Wirtschaftsförderung, mit den roten Paprikaschoten: „Als Wirtschaftsförderer muss man unterschiedlichste Kompetenzen einbringen“, erläutert Preen scherzhaft und sticht dabei gezielt auf eine wehrlose Paprika ein. Widerspruch wäre jetzt nicht angeraten.

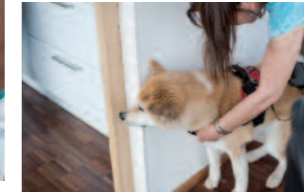
Als Partner des Run & Fun-Firmenlaufs liegt der Krefelder Wirtschaftsförderung das Thema Gesundheit ebenfalls ganz besonders am Herzen: „Gerade vor dem Hintergrund älter werdender Belegschaften ist das betriebliche Gesundheitsmanagement ein wichtiger Faktor“, unterstreicht Preen. Das sieht Gregor Werkle von der IHK genauso: „Man muss sich überlegen, ob man als Betrieb nicht verschiedene Maßnahmen im Bereich der Gesundheitsförderung aufnimmt und den Beschäftigten anbietet“, so Werkle.

Ein Event wie der Run & Fun-Firmenlauf ist ein Angebot, dass sich in Mönchengladbach bereits in kurzer Zeit zu einem echten Renner entwickelt hat. Dementsprechend waren auch in Krefeld schnell Sponsoren und Partner bereit, das Projekt



Josi Hilgers, Run & Fun GmbH

Fotos: Simon Erath



Auch der Vierbeiner schnuppert den köstlichen Geruch aus unserer KR-ONE Küche

zu unterstützen. „Man kann dabei mit den Kollegen einfach ein bisschen Spaß haben, man kann etwas für die Gesundheit tun und – im doppelten Sinne – dazu, beitragen, dass die Firma gut läuft“, erläutert Run & Fun-Initiatorin Josi Hilgers das Konzept und erhitzt dabei in der Pfanne die Grundlage eines jeden guten Wraps: Weizentortillas.

Mittlerweile ist die bunte Mischung von Zutaten fertig vorbereitet: Paprika, Tomate und Mozzarella sind gewürfelt, Kopfsalat und Rucola geputzt und gezupft, Lachs gefangen, Kräuter, Gewürze, Sauerrahm und Soßen stehen parat für die Extraportion an Geschmack.

Nun beginnt für alle der handwerklich herausfordernde Teil und es wird schnell klar, warum Wraps zur Kategorie Fingerfood gehören. Nach eigenem Gusto füllt jeder einen erwärmten Weizentortilla mit den favorisierten Zutaten, dieser wird dann – mit mehr oder weniger Geschick – zu einer handlichen Rolle zusammengedreht, am unteren Ende umgeknickt und somit verschlossen. Das sieht teilweise noch nicht ganz perfekt aus, aber es macht allen großen Spaß, denn jeder Wrap schmeckt anders lecker und ist eine individuelle Kreation. Und das haben unsere Wraps mit den Läufern des ersten Run & Fun-Firmenlaufs gemeinsam: Es muss nicht perfekt aussehen – es muss einfach Spaß machen! Beim Run & Fun-Firmenlauf mitzumachen, ist ganz einfach, erklärt Josi Hilgers: „Das ist wie Urlaub zu planen. Sie rufen uns an und wir kümmern uns um alles und sorgen dafür, dass nur positive Energie bleibt.“ Es geht beim Run & Fun-Firmenlauf eben nicht um sportliche Höchstleistungen, sondern viel mehr um Teamgeist und Spaß.

Am 2. Juli wird man somit dann Firmengruppen durch den Krefelder Stadtwald joggen sehen können, die möglicherweise ein bisschen den Eindruck vermitteln, als kämen sie gerade frisch vom Rosenmontagszug: Durchgeknallte Typen in witzigen Kostümen, die auch noch um die Wette laufen. Das geht nicht nur in die Beinmuskeln, sondern garantiert auch in die Lachmuskeln. „Die Mischung macht's“, sagt Josi Hilgers, „denn jedes Team und jede Firma hat eben eine andere verrückte Idee.“ Es stimmt wohl: Die Mischung macht's – sowohl beim ‚Wrappen‘ als auch beim Joggen mit Run & Fun. //rs

Anmeldung zum Run & Fun-Firmenlauf: www.run-fun-kr.de oder Tel.: 02161 / 307723

Aufgrund der individuellen Zusammenstellung von Wraps verzichten wir an dieser Stelle auf ein Rezept. Passend ist, was gefällt und schmeckt. Die Hauptsache ist, dass die gewählten Zutaten in einen flachen Fladen gehüllt werden.