

# LOOK!

Für unsere Mitarbeitenden Ausgabe 01 / 2025



IM FOKUS

## WIR LEISTEN AUSSERGE- WÖHNLICHES

**BELL  
FOOD  
GROUP**



**SIE MACHEN DIE NACHT  
ZUM TAG: MARIO KRPA  
UND MUHARREM KUTBAY  
IM PORTRAIT S.16**

**SCHOKOLADE IN DER BRA-  
TENSAUCE? SO VERPASST  
DU DEINEN GERICHTEN  
DAS GEWISSE ETWAS S.32**

# « Das herausragende Engagement unserer Mitarbeitenden macht uns einzigartig. »

*Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter*

*Die Bell Food Group sticht heraus: als Marktleader in der Schweiz und als einer der führenden Lebensmittelhersteller Europas. Doch wie hat es ein einstiger kleiner Handwerksbetrieb geschafft, sich so erfolgreich zu etablieren? Die Antwort liegt in unserer besonderen DNA: Wir entwickeln uns kontinuierlich weiter, ohne unsere Wurzeln zu vergessen. Trotz aller Grösse und unseres Erfolgs sind wir bodenständig geblieben. Eine Eigenschaft, die uns auszeichnet und auch in Zukunft unser Handeln prägen wird. Unternehmertum ist und bleibt das Fundament unserer Unternehmenskultur. Dabei nutzen wir gezielt die Stärken jedes einzelnen Standorts, um nah bei den Kunden und am Markt zu bleiben.*

*Das Herzstück unseres Erfolgs seid ihr, geschätzte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Ihr begeistert unsere Kunden durch eine einzigartige Kombination aus fundiertem Wissen und herausragendem Engagement. Viele von euch sind seit Jahrzehnten Teil des Unternehmens – ein Zeichen starker Verbundenheit, auf das wir stolz sind. Die Porträts in dieser Ausgabe zeigen deutlich, mit wie viel Einsatz ihr euren Alltag meistert. Da ist beispielsweise Werner bei Hügli, der im gebirgigen Teil Bayerns Kunden an schwer zugänglichen Orten beliefert. Die Ware verlädt er manchmal eigenhändig in die Gondeln. Und Mario fährt für Hilcona jede Nacht bis zu 30 Stopps auf seiner Tour an. Hauptsache, unsere frisch produzierten Sandwiches kommen dort an, wo sie unsere Kundschaft braucht.*

*Solche Geschichten zeigen, was unser Unternehmen ausmacht: Engagement, Flexibilität und Innovationskraft. Um diesen Spirit weiter zu fördern, setzen wir auf eine zeitgemässe Führung und kontinuierliche Weiterentwicklung unserer Mitarbeitenden. Mit Programmen wie TopX geben wir jeder und jedem Einzelnen die Möglichkeit, mit guten Ideen das Unternehmen aktiv mitzugestalten. Wir passen uns rasch den Gegebenheiten an und agieren oftmals schneller als unsere Konkurrenten.*

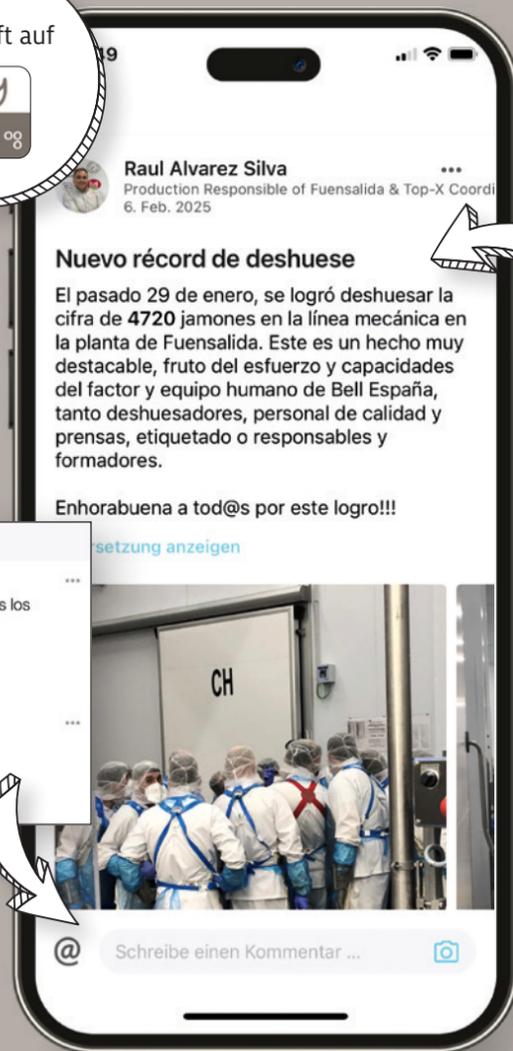
*Ich freue mich auf viele weitere einzigartige Geschichten aus unserem Unternehmen.*




**Marco Tschanz**  
CEO Bell Food Group

# 4720 Schinken entbeint – das ist ein Rekord!

Das läuft auf



Am 29. Januar wurden im Werk im spanischen Fuensalida 4720 Schinken auf der mechanischen Linie entbeint.

Hast auch du einen Erfolg zu feiern? Dann teile ihn auf my Bell Food Group mit deinen Kolleginnen und Kollegen.

Herzliche Gratulation, Bell España, wir feiern mit euch!

## Inhalt

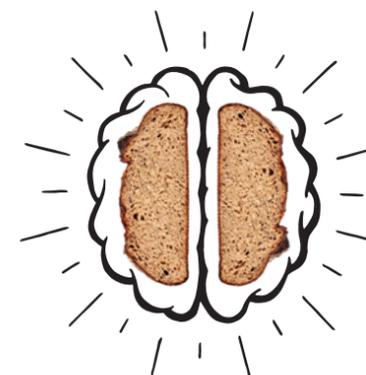
### EINBLICKE

Wie geht es dir ... wirklich?

24



MENSCHEN  
Fertig mit Lernen? Von wegen!



### NACHHALTIGKEIT

Altes Brot, frische Ideen

44

GENUSS  
SO MACHT ABSCHMECKEN SPASS  
32

### FOKUS

- 7 Die drei von der Post
- 9 Reibungslose Abläufe sind ihr Metier
- 10 Eine «ächt» aussergewöhnliche Geschichte
- 11 Werner Mittermaier geht buchstäblich die Extrameile
- 12 Nicht mit uns!
- 14 Mit Herzblut zum besten Arbeitgeber
- 15 Gemeinsam zum perfekten Steak

### MENSCHEN

- 16 Die Nacht zum Tag gemacht
- 20 Fertig mit Lernen? Von wegen!

### EINBLICKE

- 24 Wie geht es dir ... wirklich?
- 26 10 Schritte für die psychische Gesundheit
- 27 Selbsttest: Finde heraus, wo deine Stärken zur Stressbewältigung liegen
- 28 Gelassen und sicher durch die nächste Prüfung

### GENUSS

- 32 So macht Abschmecken Spass
- 35 Nochmal gerettet
- 36 Ungewöhnlich gut
- 40 Ein bisschen Salz muss sein

### NACHHALTIGKEIT

- 44 Altes Brot, frische Ideen

### PERSONALIA

- 48 Mai, Juni, Juli, August, September

Um unsere Vision «Leading in Food» mit Leben zu füllen, bringen wir in der Bell Food Group an vielen Stellen Aussergewöhnliches zustande. Sei es in grossen Projekten oder durch eine besondere Einzelleistung. Dabei zählt jeder Beitrag, der dabei hilft, unsere Gruppe Schritt für Schritt immer noch ein kleines bisschen besser zu machen. Unzählige Beispiele zeigen, wie wir es schaffen, das Aussergewöhnliche zur Normalität werden zu lassen.

**Text:** Sara Heiniger und Michaela Rosenbaum | **Bilder:** Philipp Jeker (S. 6), durch Mitarbeitende zur Verfügung gestellt (S. 8–15)

Wenn besonderer Einsatz zum Alltag gehört

# Wir leisten Aussergewöhnliches

## Die drei von der Post

Gelassen, gewissenhaft und garantiert gut gelaunt kümmern sich Clotilde Pehlic, Cathy Jaeck und Romuald Schneberger um alle Postangelegenheiten bei Bell in Basel. Dazu gehört neben der Annahme und dem Versand von Briefen und Paketen auch die Abwicklung kleiner und grosser Druckaufträge sowie grosser Druckvolumen für die Abteilung Kommissionierung.

Seit fast vier Jahren arbeiten die drei inzwischen in dieser Konstellation zusammen. Ihrer eigenen Meinung nach gibt es für sie keine aussergewöhnlichen Aufträge. Bei ihren Kolleginnen und Kollegen in Basel sind sie dagegen dafür bekannt, dass sie auch in schwierigen Fällen immer eine Lösung in petto haben. Etwa wenn nach einer Verlosung sperrige Regenschirme an die Gewinner verschickt werden sollen oder die Abgabe der Bachelor- oder Masterarbeit ansteht und der eigene Drucker streikt.

«Stressig wird es bei uns selten, aber wenn, können wir uns auf unser respektvolles Miteinander und unseren tollen Zusammenhalt im Team verlassen», sagt Romuald Schneberger.

## «Dass wir voneinander lernen, ist ein Riesenvorteil.»

Vor fast fünf Jahren hat die Bell Food Group das TopX-Programm eingeführt und damit den Weg für einen gruppenweiten kontinuierlichen Verbesserungsprozess geebnet. Als TopX-Leiter weiss Michael Baumann, was dieses Programm so aussergewöhnlich macht.



Michael Baumann,  
Leiter TopX,  
Bell Food Group

### Wie hilft TopX dabei, dass die Bell Food Group Aussergewöhnliches leisten kann?

Michael: TopX trägt auf viele verschiedene Arten, dazu bei, dass wir unser Bestes geben können. Das Programm unterstützt uns beispielsweise dabei, bestmögliche Qualität zu einem attraktiven Preis anbieten zu können. Zudem wirkt es sich positiv auf unsere Verbesserungen in Bereichen wie Arbeitssicherheit oder Nachhaltigkeit aus. Und TopX fördert einen modernen Führungsstil, der allen Beteiligten ermöglicht, sich aktiv einzubringen. Das motiviert die bestehende Belegschaft und macht uns auch für Bewerberinnen und Bewerber zu einem attraktiven Arbeitgeber.

### Und was macht das TopX-Programm aussergewöhnlich für die Bell Food Group?

Das Besondere an TopX in der Bell Food Group ist, dass das Programm als eines

der wenigen Programme geschäftsbereichsübergreifend für alle Herstellungsbetriebe gilt. Wir sprechen bei TopX sozusagen in derselben Sprache über dieselben Themen. Das ermöglicht, dass wir voneinander lernen. Ich denke, das ist ein Riesenvorteil.

### Was ist das Aussergewöhnlichste, das du während deiner Zeit als TopX-Leiter erlebt hast?

Ich denke, das ist für mich der TopX Summit. Es war aussergewöhnlich, zu sehen, wie aktiv die TopX-Experten dieses Zusammentreffen genutzt haben, um sich zu vernetzen und gegenseitig vom Wissen der anderen zu profitieren. Selbst in den Pausen gingen die Gespräche weiter, und auch jetzt im Nachgang merke ich deutlich, dass das persönliche Kennenlernen eine nachhaltige Wirkung für das TopX-Programm entfaltet.



**Bell Schweiz:** Mithilfe eines Geräts zum Aufspüren von Druckluft-Undichtigkeiten konnte das Team der Charcuterie in Basel 174 Leckagen finden und durch Abdichten sowohl den CO<sub>2</sub>-Ausstoss als auch den Energieverbrauch reduzieren.

## Aussergewöhnliche TopX-Erfolge



**Bell Polen:** Der Herstellungsbetrieb in Niepolomice senkte durch die Isolierung von Ventilen an einer Dampfanlage den Gasverbrauch deutlich. Für diese Massnahme unter der Leitung von Adrian Pieszczyk (l.) und Szymon Buczek (r.) erhielt der Standort Energiezertifikate, die er an Unternehmen mit einem höheren Stromverbrauch verkaufen kann.

**Hilcona:** Durch das Auffangen und Wiederverwenden von Wasser in den Blanchieranlagen hat das Team rund um Projektleiter Zsombor Ticyan Igaz bei Hilcona in Schaan den Wasserverbrauch in diesem Bereich um 88 Prozent reduziert. Das spart nicht nur Kosten, sondern schützt auch die Umwelt.

## Über TopX

Im Oktober 2020 wurde TopX in den ersten Herstellungsbetrieben der Bell Food Group eingeführt. Seither ist das Programm auf 36 der grösseren Produktionsstandorte ausgerollt worden. Sie alle haben inzwischen ihre Systemreviews absolviert. Dafür gibt es neuerdings auch ein Handbuch, das die Standorte bei dieser Leistungsüberprüfung unterstützt. Das Konzept für die kleineren Standorte entsteht gerade mithilfe eines Pilotprojekts im spanischen Standort in Casarrubios del Monte. Übergeordnet wurde zudem kürzlich in der HR-Abteilung eine eigene Stelle für die TopX Academy geschaffen. Bei den Kursformaten setzt die Academy verstärkt auf die Verzahnung von Präsenzveranstaltungen und E-Learnings.



## Ruth Wiesmann Reibungslose Abläufe sind ihr Metier

Wie gut eine geschäftsbereichsübergreifende Zusammenarbeit bei der Bell Food Group funktionieren kann, zeigt das Beispiel von Bresc, Hügli und Eisberg. Der erste Standort hat gekühlte Knoblauch- und Kräuterprodukte, nämlich Bresc. Der zweite möchte diese Produkte ins Sortiment aufnehmen, verfügt aber nicht über die nötige Kühllogistik, nämlich Hügli. Also übernimmt der entsprechend ausgestattete dritte, nämlich Eisberg, Lagerung und Vertrieb.

Eine, die dafür sorgt, dass dieses Zusammenspiel bereits seit mehr als fünf Jahren gut funktioniert, ist Ruth Wiesmann. «Ich führe bei Hügli im Food Service in der Schweiz das Sekretariat des Key Account Management und habe daneben noch zahlreiche weitere Tätigkeiten. Dazu gehört unter anderem die Abwicklung des Vertriebs der Bresc-Produkte», berichtet sie.

### Gute Nerven auch in stressigen Situationen

Mit ihrem Engagement leistet sie gemeinsam mit dem Team der Kühlplattform von Eisberg einen grossen Beitrag dazu, dass die übergreifende Zusammenarbeit reibungslos läuft und Hügli bei den stark nachgefragten Bresc-Spezialitäten bestmöglich vom flächendeckenden Kundennetz von Eisberg profitiert. Für ihre Kolleginnen und Kollegen ist Ruth damit das perfekte Beispiel für ein Multitalent, das Aussergewöhnliches leistet. Und das auch in stressigen Situationen.

«Da Logistik und Lager nicht direkt bei uns angesiedelt sind und Eisberg andere Prozesse und Abläufe hat als Hügli, bin ich bei gewissen Themen auf andere Parteien angewiesen und kann sie selbst nicht beeinflussen. Vor allem wenn sehr viel los ist, kann das meine Arbeit zur Herausforderung machen», berichtet sie. «Um das zu meistern, sind ein regelmässiger Austausch, eine kollegiale Zusammenarbeit und eine offene Kommunikation – auch bei Unstimmigkeiten – essenziell.»



Adriano Saccon, Rolf Kempter, Gina Grässli, Werner Ott, Patrick Maus und Anna-Lena Bitschnau (obere Reihe, v.l.n.r.) sowie Jessica Bähr, Michaela Bertagnolli und Philip Fröwis (untere Reihe, v.l.n.r.) sind hochmotiviert für «The Green Mountain» im Einsatz.



## Eine «ächt» aussergewöhnliche Geschichte



Jessica Bähr (oben) arbeitete am neuen Verpackungsdesign (rechts) mit, das die Produkte noch emotionaler in Szene setzt.

Mit dem zunächst sogenannten «Blutigen Burger» fiel Ende 2018 der Startschuss für den ersten in der Schweiz entwickelten und produzierten veganen Burger und damit für «The Green Mountain». Ganz bewusst entschied sich Hilcona, für diese neue Marke ein internes Start-up anstelle eines externen Spin-off zu gründen.

Jessica Bähr war als damalige Produktmanagerin bei Hilcona Foodservice von Beginn an mit von der Partie. Sie erzählt: «Die Start-up-Kultur gab uns die Freiheit, neue Wege zu gehen, und gleichzeitig konnten wir auf das grosse Know-how und die Ressourcen von Hilcona zurückgreifen.»

Seither hat sich «The Green Mountain» stetig weiterentwickelt und gehört heute in der DACH-Region sowohl im Retail als auch im Food Service mit rund 30 Artikeln im Sortiment zu den relevanten Playern in seiner Sparte. Geschafft hat das ein Team, das von der ersten Minute an mit viel Begeisterung am Erfolg seiner plant-based Lebensmittel gearbeitet hat.

«Unser Teamspirit ist einzigartig, das habe ich so noch in keinem anderen Job erlebt», berichtet Jessica. «In unserem cross-funktionalen Team haben alle die Möglichkeit, sich einzubringen, aber auch kritische Fragen zu stellen. Wer will, kann also aktiv mitgestalten und erhält viel Vertrauen und Freiheiten in der Realisierung.»

### Neuer Auftritt mit mehr Foodappeal

Heute kann sich Jessica als Lead Brand Managerin bei «The Green Mountain» ganz auf diese Marke konzentrieren. Jüngstes Ergebnis: Der Markenrelaunch im vergangenen Herbst mit dem seither die Message «Null Fleisch. Ächt Gnuus.» noch stärker betont wird.

«Die neuen Verpackungen zeigen selbstbewusst unser eigenständiges Grün, und mit der Abbildung unseres Hausbergs, dem Vilan, werden unsere Schweizer Wurzeln intuitiv erlebbar. Weiter ist die Verpackung durch den grösseren Raum für die zubereiteten Produkte deutlich emotionaler geworden», erläutert Jessica. «Der Foodappeal hat insgesamt in unserer Kommunikation eine viel höhere Bedeutung bekommen, um so den Genuss unmittelbar spürbar zu machen.»

Seither konnte «The Green Mountain» Marktanteile dazugewinnen. Diese Entwicklung bestätigt, dass der Relaunch und die begleitenden Massnahmen gut funktioniert haben. Das ist auch deswegen eine gute Nachricht, weil es aktuell viele Anbieter von veganen Produkten gibt und die Plätze in den Kühlregalen der Supermärkte entsprechend hart umkämpft sind. «Wir arbeiten alle extrem ehrgeizig daran, dass <The Green Mountain> auch in Zeiten des stärker werdenden Wettbewerbs weiterhin erfolgreich bestehen bleibt und weiter wächst», sagt Jessica.



## Werner Mittermaier geht buchstäblich die Extrameile

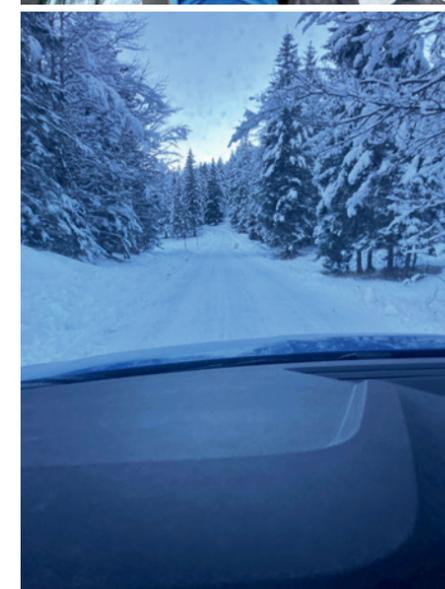
*Vanillesauce für eines der Restaurants auf der Zugspitze? Gulaschsuppe für die abgelegene Berghütte? Alles kein Problem für Werner Mittermaier. Der Bezirksleiter B2B Food Service bei Hügli, auch als «Alpen-Werner» bekannt, ist Spezialist für die Belieferung von Kunden an schwer zugänglichen Orten.*

Für seinen Kombi ist im südlichen Bayern – fast – keine Strasse zu schmal. Ausserdem packt er regelmässig selbst mit an, wenn kiloweise Hügli-Produkte in Gondeln verladen werden müssen, um die Vorräte einer Gipfelgastronomie aufzufüllen.

**Wissen, was die Kunden brauchen** Diesen aussergewöhnlichen Einsatz danken ihm seine Kunden, indem sie ihm ihr höchstes Vertrauen schenken. So kommt es vor, dass Gastronomen ihm den Schlüssel hinterlegen, wenn sie bei der Anlieferung nicht selbst vor Ort sind.

«Ich gehe gern die Extrameile für meine Kunden, weil ich ihre Bedürfnisse und Herausforderungen verstehe», berichtet er. «Mir ist es wichtig, einen exzellenten Service zu bieten. Dazu gehört auch, schwierige Belieferungen möglich zu machen. Das schafft Vertrauen und langfristige Beziehungen.»

**Manchmal hilft nur die Seilbahn** Im Herbst und im Winter kann es passieren, dass ihm schnell einschlagendes Wetter einmal einen Strich durch die Rechnung macht.



Eine zusätzliche Herausforderung ist zudem, dass zwei Outlets der Bayerischen Zugspitze AG nur einmal im Jahr jeweils zu einem festen Termin im Oktober eine Grosslieferung zur Einlagerung erhalten. Beim reibungslosen Ablauf für diese Touren unterstützt ihn sowohl die zuständige Hügli-Sachbearbeiterin hinter den Kulissen als auch ein externer Spediteur, der sowohl den Lkw als auch die engen und häufig steilen Bergwege gut kennt.

Aber auch bei bester Planung kann es passieren, dass ein Produkt nicht rechtzeitig zu diesen Terminen lieferbar ist.

Auch dafür gibt es eine Lösung: «Wenn die Strasse nicht mehr befahrbar ist, schicken wir das Ganze mit der Seilbahn nach oben, was bedeutet, dass jeder Karton siebenmal in die Hand genommen wird, bis er seinen Platz im Keller gefunden hat.»

Zusammen mit seinem Kollegen Jakob Wurmseher (rechts) von der Spedition sorgt Werner Mittermaier dafür, dass die Hügli-Produkte auch in abgelegenen Berghütten sicher ankommen.

Mit vereinten Kräften gegen den Cyberangriff

# Nicht mit uns!

Kurz nach Weihnachten 2023 wird Eisberg in Essert-sous-Champvent Opfer eines schwerwiegenden Cyberangriffes. Hacker verschlüsseln sämtliche IT-Systeme und bedrohen damit die Lieferfähigkeit des Standorts. Rund zwei Wochen später sind alle Systeme wieder hergestellt. Das Beeindruckendste: Eisberg bleibt während der ganzen Zeit lieferfähig.

Dutzende Kolleginnen und Kollegen von Eisberg, Hilcona und Bell haben sich über die Feiertage ins Zeug gelegt, um den Betrieb aufrechtzuerhalten. Während zweier Wochen haben sie sich mit enormem Engagement dafür eingesetzt, die Systeme wieder herzustellen, und alles dafür getan, um die Kunden jeden Tag beliefern zu können. Dass wir bei diesem Cyberangriff mit einem blauen Auge davongekommen sind, ist allem voran ihr Verdienst.

Wir alle hatten enorm viel zu tun, aber wussten, dass wir gemeinsam etwas Besonderes schaffen. Diese Energie trieb uns an und sorgte sogar in der Erschöpfung für viele positive Momente – wir haben trotz allem viel gelacht! Ohne die Unterstützung meines Umfelds wäre das nicht möglich gewesen.

**Tony Cabrini** kümmerte sich während zweier Wochen um die tägliche Koordination mit den Kunden – und danach um die manuelle Eingabe aller Bestellungen aus den vergangenen Tagen.

Am Anfang weiss man gar nicht, wie einem geschieht. Plötzlich war es mitten in der Nacht und ich musste nach 16 Stunden Arbeit Entscheidungen treffen und Anplänen. Meine Familie war eine grosse Unterstützung – ebenso der herausragende Teamgeist und der Zusammenhalt im Unternehmen.

**Benoît Sommariva**, war während zweier Wochen im Dauereinsatz, um die Krise zu bewältigen.

Besonders beeindruckend war die enge Zusammenarbeit in der Bell Food Group und die tatkräftige Unterstützung durch externe Partner. Dass wir im Notfall so viele Fachkräfte mobilisieren können, gibt ein starkes Gefühl von Sicherheit.



**Rajiz Ramic und Paolo Reimao** setzten sich während zweier Wochen intensiv dafür ein, den Produktionsbetrieb im Notbetrieb und ohne ERP-System aufrechtzuerhalten.

**Audrey Barry und Léna Pion** entwickelten unter anderem ein Tool zur Produktionsplanung auf Excel-Basis und fanden eine Lösung für den Etikettendruck. Audrey brach für diesen Einsatz ihren Urlaub ab.

**David Jaccard** unterstützte das Team um Benoît trotz geplanten Urlaubs während zweier Wochen tatkräftig jeden Tag, um die Systeme wieder herzustellen.

**Boris Du Fretay, Werksleiter**, strich seinen Urlaub und kümmerte sich während zweier Wochen fast pausenlos um das Krisenmanagement und die Koordination inklusive der Entwicklung einer Lieferstrategie ohne ERP-System oder der Erarbeitung von Lösungen für grundlegende Prozesse, wie die Bestellannahme oder den Etikettendruck.

**Eisberg Essert**

**Bell Basel**

Besonders beeindruckend war die enge Zusammenarbeit in der Bell Food Group und die tatkräftige Unterstützung durch externe Partner. Dass wir im Notfall so viele Fachkräfte mobilisieren können, gibt ein starkes Gefühl von Sicherheit.



**Frédéric Burcklen** brach seinen Urlaub ab und plante, das Team in Essert einen Tag vor Ort zu unterstützen, blieb dann aber eine ganze Woche vor Ort, als er sah, wie viel Arbeit anstand.

Bei einem Ultrafrisch-Produzenten zählt jede Minute. Wir brauchten schnelle Lösungen, um den Betrieb aufrechtzuerhalten. Noch in der Nacht kontaktierte ich externe Stellen, um dringend benötigte Daten zu beschaffen, die wir aufgrund der Cyberattacke nicht mehr auf dem normalen Weg erhalten konnten.



**Benjamin Haus** sorgte mit einem cleveren Workaround dafür, dass EDI-Aufträge ohne System vor Ort abgewickelt werden konnten, und betrieb diesen Prozess während zweier Wochen mit grossem Einsatz.

**Hans van Enck** hatte ausgerechnet an seinem Geburtstag Bereitschaftsdienst, als die Nachricht über den Vorfall eintraf – ein denkwürdiges Geburtstags-geschenk.

**Reto Bühler und Joao Penas** brachen beide ihren Urlaub ab und unterstützten das Team in Essert während zweier Wochen mehrmals vor Ort.

**Eisberg Dällikon**

Trotz der schweren Krise war dies für mich ein toller Erfolg, der unsere Stärke als Bell Food Group zeigt. Mit vereinten Kräften der Kolleginnen und Kollegen aus Essert, Orbe, Cheseaux, Dällikon, Basel und Gyal haben wir diese Krise gemeinsam gemeistert. Für diesen beispiellosen Einsatz möchte ich allen Beteiligten nochmal herzlich danken.



**Sven Friedli**, CIO Bell Food Group

**Eisberg Gyal**

**Zsolt Horváth** hat während den zwei Wochen täglich remote aus Ungarn unterstützt, um das Netzwerk in Essert wieder in Betrieb zu nehmen.

**Bell Cheseaux**

**Hilcona Orbe**

**Loïc Baumann und Daniel de Sousa Madureira** unterstützten das Team in Essert aus eigenem Antrieb während zweier Wochen vor Ort.

Jede dieser Personen hat massgeblich dazu beigetragen, den Betrieb trotz des Cyberangriffs aufrechtzuerhalten und die Wiederherstellung zu ermöglichen. Insgesamt waren rund 40 Personen in die Bewältigung der Krise involviert.



Grosses Engagement beim HR-Team von Bell Spanien

## Mit Herzblut zum besten Arbeitgeber

Ein starkes Team: Tania Ruiz, Alberto Santamaria, Sara Alvarez und Andrea Martín

Mit der App «Payflow» können die Mitarbeitenden übers Smartphone einen Lohnvorbezug beantragen.



«Ich habe Glück!», erklärt Alberto Santamaria stolz, der als Kaufmännischer Leiter (CFO) bei Bell in Spanien unter anderem auch die HR-Abteilung verantwortet. «Im Februar 2022 war ich wieder fast allein fürs HR zuständig. Jetzt habe ich ein junges und modernes Team, das Bell Spanien als modernen Arbeitgeber voranbringt.»

Dass sich das Team dieses Ziel zu Herzen genommen hat, zeigt ein Blick ins vergangene Jahr: Neben dem Alltagsgeschäft setzte das HR-Team mehrere Projekte um, die nicht nur die internen Prozesse verbessert haben, sondern auch ihren Mitarbeitenden diverse Vorteile bringen.

Besonders gut kam die Einführung von «Payflow» an. Mit der App können die Mitarbeitenden übers Smartphone einen Lohnvorbezug beantragen. Der gewünschte Betrag wird sofort und kostenlos überwiesen und am

Monatsende vom Gehalt abgezogen. Mithilfe der Funktion «Flexflow» können Mitarbeitende zudem pro Jahr bis zu EUR 2000,- an Steuern sparen. Wer mit der Flexflow-Kreditkarte bezahlt, profitiert von starken Lohnsteuervergünstigungen bei Mahlzeiten, in öffentlichen Verkehrsmitteln oder auch beim Kindergarten und bei Weiterbildungen. Dadurch haben die Mitarbeitenden am Monatsende mehr Geld zur Verfügung.

Die Idee für die Einführung entstand in einem Brainstorming im Team, erzählt Alberto. «Wir haben nach Möglichkeiten gesucht, wie wir als Arbeitgeber attraktiver werden können.» Die Mitarbeitendenumfrage 2024 ergab, dass sich die Belegschaft höherer Löhne wünschte – gleichzeitig muss das Unternehmen aber wettbewerbsfähig bleiben. Payflow bot eine gute Lösung. «Wir stellten die App den Mitarbeitenden mit einer Präsentation

Weitere Projekte, die das HR-Team 2024 unter anderem umgesetzt hat:

**Zusammenarbeit mit dem Rathaus Fuensalida**  
Ein Trainingsabkommen mit der Stadt Fuensalida ermöglicht es arbeitslosen Personen, kostenfreie Schulungen im Unternehmen zu absolvieren. Im Rahmen des Programms wurden 8 von 14 Teilnehmern fest eingestellt.

**Inhouse-Payroll-Management**  
Integration eines Inhouse-Payroll-Prozesses, der bisher durch eine externe Agentur umgesetzt wurde. Seit Januar 2025 verwaltet das HR-Team den gesamten Payroll-Prozess intern.

**Stempelsystem mit modernen Möglichkeiten**  
Einführung eines HR-Systems, mit dem Arbeitszeiten effektiver verwaltet werden können, inklusive Freigabeprozessen, Zeiterfassung, der Möglichkeit von Gesichtserkennung beim Ein- und Ausstempeln, Erfassung von Überstunden und Homeoffice-Anträgen.

**Flexible Arbeitszeiten**  
Einführung eines flexiblen Arbeitszeitmodells für Büromitarbeitende zur besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Mitarbeitende arbeiten zwischen vier und zehn Stunden täglich und können Überstunden für drei Monate ansammeln.

**Teilnahme an Messen und Veranstaltungen**  
Teilnahme an mehreren Job- und HR-Messen zur Talentgewinnung und Vernetzung, u. a. an der Employability- und Talent-Attraktion-Veranstaltung sowie der HR EXPO in Madrid. Bei einer Jobmesse wurde Bell Spanien für ihr Engagement für junge Talente ausgezeichnet.

vor», berichtet Alberto, «bei der auch der Anbieter dabei war. Sie stellten das System vor und erklärten den Mitarbeitenden, wie die App genau funktioniert.» Ein Erfolg, wie sich herausstellt. Alberto und sein Team freuen sich, denn mit einer so hohen Akzeptanz unter den Mitarbeitenden hatten sie nicht gerechnet. «Wir sind wahnsinnig zufrieden mit dem Projekt», betont Alberto, «Keine Firma im Umkreis von 50 Kilometern kann diese Vorteile anbieten.»

Bell, Geiser und Hilcona

## Gemeinsam zum perfekten Steak



Eignet sich die Sous-vide-Methode auch für Kurzgebratenes? Um dieser Frage aus der Produktentwicklung für den Food Service auf den Grund zu gehen, trafen sich im Januar Expertinnen und Experten von Bell Schweiz, Geiser, Hilcona und dem Produktionspartner Carnosa zu einem Workshop. Geleitet wurde er von den Sous-vide-Profis von CREA Cuisine Solutions aus Frankreich.

«Wir konnten bei diesem aussergewöhnlichen Workshop viele unserer Erkenntnisse aus der Vorbereitungsphase bestätigen und wertvolle neue Einblicke zum Thema sammeln», berichtet Jan Schemmer, Leiter Produktmanagement und Entwicklung bei Bell Schweiz. «Alle Kolleginnen und Kollegen waren mit Herzblut bei der Sache und haben ihre Expertise und Erfahrungen eingebracht.»

«Ja» war übrigens am Ende die Antwort. Auch Steaks können vorgegart im Beutel an die Gastronomie verkauft werden, aufgrund der kürzeren Haltbarkeit aber am besten tiefgekühlt.



Arbeiten im umgekehrten Rhythmus

# Die Nacht zum Tag gemacht

*Sie arbeiten, wenn andere schon längst Feierabend haben. Von vielen unbemerkt, sorgen sie in der Nacht zum Beispiel dafür, dass Produktionsanlagen blitzsauber sind oder Geschäfte und Tankstellen pünktlich mit frischen Produkten beliefert werden. In LOOK! berichten Muharrem Kutbay von Eisberg und Mario Krpan von Hilcona, was es für sie bedeutet, in der Nacht zu arbeiten – und am Tag zu schlafen.*

Text: Michaela Rosenbaum | Bilder: Birgit Groh

Für seine Frau waren die Nachtschichten anfangs eine grosse Umstellung.

## Muharrem Kutbay

Tagsüber viel Zeit für die Familie

Wenn die Produktionsteams bei Eisberg in Dällikon Feierabend machen, beginnt für Muharrem Kutbay der Arbeitstag – oder besser gesagt die Arbeitsnacht. Denn der Teamleiter in der Reinigung arbeitet von 20 Uhr abends bis 4 Uhr morgens.

Als er vor 25 Jahren die Stelle bei Gastro Star, heute Eisberg, annahm, ging für ihn ein Wunsch in Erfüllung. «Vorher habe ich in einem Bahnhofsrestaurant gearbeitet und musste morgens um fünf Uhr anfangen», erzählt er. «Das frühe Aufstehen war für mich vor allem im Winter sehr schwierig. Schon damals habe ich immer gesagt: Bei meinem nächsten Job arbeite ich in der Nacht.»

### Hygienische Sauberkeit nach Plan

Also beginnt er um 20 Uhr mit seinem Team, die Linien für die Salatherstellung zu reinigen. Von der Vorbereitung der Anlagen, zu der auch die Demontage einzelner Teile gehört, über das Vorspülen und Einschäumen bis zum Nachspülen folgt alles einem festgelegten Plan. Manche Teile müssen auch per Hand gereinigt werden, um hartnäckige Salatreste zu entfernen. Zudem gibt es im Laufe der Arbeitswoche verschiedene Programme mit verschiedenen Reinigungsverfahren, damit alles immer hygienisch sauber ist.

«Meine Aufgabe als Teamleiter ist unter anderem, die Wochenpläne für die Reinigung sowie die Einsatzpläne für die Mitarbeitenden zu erstellen», sagt Muharrem. «Während der Schicht gehe ich zudem Kontrollrunden, kümmer mich um Probleme, zum Beispiel mit

den Schaumgeräten, und mache die Schlusskontrolle.»

Das rund 20-köpfige Reinigungsteam in Dällikon ist von montags bis samstags jede Nacht im Einsatz. Muharrem nimmt meistens mittwochs seinen freien Tag. Dann schläft er in der Nacht und ist tagsüber wach. Probleme, an den freien Tagen oder in den Ferien den Rhythmus umzustellen, hat er nicht.

Auch insgesamt sind ihm die Nachtschichten von Beginn an nicht schwergefallen. Für seine Frau dagegen war es anfangs eine grosse Umstellung. Er konnte sie aber schnell von den Vorteilen überzeugen. Denn er hat tagsüber viel Zeit für die Familie. So passte er zum Beispiel in den ersten Jahren vormittags auf die gemeinsame Tochter auf, während seine Frau bei der Arbeit war.

### Seit 25 Jahren mit Spass bei der Sache

Inzwischen ist seine Tochter erwachsen, und er kann sich nach einer ausgiebigen Dusche morgens direkt hinlegen. «Ich schlafe dann wie ein Baby», berichtet er. «Gegen elf Uhr bin ich wieder wach und habe Zeit für meine Familie oder um Sport zu machen. Im Sommer trainiere ich zweimal pro Woche mit meinem Fussballverein, und am Samstag haben wir oft Spiele.»

Auch nach 25 Jahren sagt Muharrem mit Überzeugung, dass er seine Arbeit sehr gern macht. Dazu trägt auch die gute Stimmung im Team bei. In die Spässe unter den Kollegen ist – man ahnt es – hin und wieder auch ein Wasserschlauch involviert.

## Mario Krpan

### Die Nachtarbeit fällt ihm nicht schwer

Mario Krpan ist einer derjenigen, die dafür sorgen, dass die Convenience Shops von Coop, die Coop-Pronto-Filialen, ihren Kundinnen und Kunden schon morgens früh Freshly Made Sandwiches von Hilcona anbieten können. Frisch belegt werden die Brote am Hilcona-Standort in Orbe. Von dort gelangen sie abends an das Verteilzentrum in Dällikon, von wo sie in die Region Zürich ausgeliefert werden.

«Ich arbeite jetzt seit 2020 bei Hilcona, zunächst als temporärer Chauffeur», berichtet er. «Nach einem Jahr hat mich mein Chef gefragt, ob ich eine Festanstellung haben möchte, und da ich sehr zufrieden mit meiner Arbeit war, habe ich Ja gesagt.»

Ein glücklicher Zufall für ihn, denn kurz darauf brach die Covid-Pandemie aus. Während vielen anderen Menschen in seinem Umfeld gekündigt wurde oder diese in Kurzarbeit gehen mussten, lief die Belieferung mit den Sandwiches fast unvermindert weiter, und er musste nicht um seinen Job bangen.

#### Hochzufrieden mit Hilcona

Diese Sicherheit, der Spass an seiner Arbeit und der sehr herzliche Chef, der sich gut um das Team kümmert, machen für ihn den grossen Unterschied zu seinen Arbeitgebern in der Vergangenheit aus. «Früher habe ich öfter den Job gewechselt, aber jetzt bin ich mit meiner Arbeit so zufrieden, dass ich mir auch vorstellen kann, die nächsten 15 Jahre so weiterzumachen», sagt er.

Gegen 20 Uhr trifft er im Betrieb in Dällikon ein und beginnt damit, seinen Sprinter zu beladen. Dabei muss er unter anderem darauf achten, dass die Kisten mit den Sandwiches sicher gestapelt sind, damit sie während der Fahrt nicht umkippen. Für einen reibungslosen Ablauf sorgt ausserdem, die Kisten anhand des Tourplans in der richtigen Reihenfolge einzuladen.

Manchmal hat er bis zu seinem Feierabend morgens gegen fünf Uhr 30 Stopps. Da ist eine

gute Tourplanung wichtig. Diese bereitet er oft schon am Nachmittag vor, wenn er die Liste mit den Details zu Filialen und Liefermengen erhält. Unterstützt wird er dabei von einer Software. Aber er kann die vorgeschlagene Strecke auch individuell anpassen. «Aus meiner langjährigen Erfahrung weiss ich, dass zum Beispiel in Zürich gerade am Wochenende nachts noch viele Leute unterwegs sind», erläutert er. «Es ist also besser, die Filialen dort erst am Schluss meiner Schicht zu beliefern, wenn die meisten schon wieder zu Hause sind.»

#### Kaffeepausen braucht er nur selten

Anfangs war er sehr überrascht, wie leicht er sich an die Arbeit in der Nacht gewöhnen konnte und wie selten er zwischendurch einen Kaffee als Muntermacher benötigte. Für den Alltag mit seiner Frau bedeutet sie allerdings ein bisschen mehr Organisation und Planung. «Sie ist auch ein paar Mal mit mir gefahren, damit sie selbst erleben konnte, wie wichtig es ist, dass ich nachts fit bin», berichtet er.

Je nachdem, wie die Schichten fallen, sehen sie sich am Nachmittag, nachdem er aufgestanden ist, oder morgens bevor er schlafen geht. Dann erzählt er ihr von seiner Nacht, und sie wundert sich regelmässig, wie man morgens schon so viel reden kann.

Für einzelne freie Tage hat er festgestellt, dass es besser ist, den umgekehrten Nacht-Tag-Rhythmus beizubehalten. Das ist anders, wenn er mehrere Tage am Stück nicht arbeiten muss. Dann geht er tagsüber mit seiner Frau wandern oder abends ins Konzert.

Seinen «Feierabend» am Morgen verbringt er beispielsweise gern damit, Dokumentarfilme zu schauen, die Nachrichten des Tages oder ein Buch zu lesen. Dazu gibt es morgens um sieben auch schon mal ein halbes Glas Wein. Bei Mario ist eben alles umgekehrt.

«Eine gute  
Tourplanung ist  
sehr wichtig.»

Zu Gast am Informationsanlass für Azubis im Abschlussjahr

# Fertig mit Lernen? Von wegen!



### Kein Sprung ins kalte Wasser:

Der Weiterbeschäftigungsanlass liefert den Auszubildenden verschiedene Informationen darüber, wie es nach Abschluss ihrer Berufsausbildung weitergeht: von praktischen Tipps zur Vorbereitung auf die Abschlussprüfungen über die nächsten Schritte im Festigungsjahr und mögliche Karrierepfade im Unternehmen bis hin zu organisatorischen Hinweisen wie Veränderungen bei den Beitragszahlungen in die Altersvorsorge. Andreas Begré, Leiter Berufsbildung Bell Schweiz, führt durch die Ver-

anstaltung und wird dabei von Rahel Michel, Koordinatorin Berufsbildung, und Simone Thommen, Leiterin der Berufsbildung am Standort Basel, unterstützt.



**Tipp von Egzona:** «Manchmal fühlt sich der Lernstoff überwältigend an, doch jeder kleine Schritt bringt dich voran. Beginne mit den einfacheren Themen und arbeite dich langsam zu den schwierigeren vor – so wächst dein Wissen Stück für Stück, ohne dass du dich überforderst.»



**Tipp von Almina:** «Auch wenn wir denken, dass die Abschlussprüfungen noch weit entfernt sind, vergeht die Zeit leider schneller als erwartet. Plane daher deine Aufgaben frühzeitig, und arbeite an deinen Schwächen, um bessere Ergebnisse zu erzielen und unter weniger Stress zu leiden.»

### So geht Prüfungsvorbereitung:

Almina Bosnic und Egzona Dermaku versorgen die Gruppe mit praktischen Tipps aus dem Prüfungsvorbereitungskurs, den sie einige Tage zuvor besucht haben. Es geht um die Säulen der Resilienz, Lerntypen und Dokumentvorlagen, um Lernpläne zu erstellen.

*Im Sommer 2025 werden viele unserer Auszubildenden in Deutschland, Österreich und der Schweiz ihre Berufslehre abschliessen. Um ihre Schützlinge auf den nächsten Schritt ins Berufsleben vorzubereiten, führt die Berufsbildung von Bell Schweiz jeweils im Januar einen Informationsanlass durch – CEO-Besuch inklusive. Ganz nach dem Motto: kein Abschluss ohne Anschluss. LOOK! war zu Gast an der Veranstaltung.*

Text: Sara Heiniger | Bilder: Sara Barth

**Persönliches Engagement zahlt sich aus:**

Samantha Leuenberger, die vor zwei Jahren ihre Ausbildung zur Kauffrau erfolgreich abgeschlossen hat, erzählt von ihren Erfahrungen. Im letzten Jahr ihrer Ausbildung hatte sie die Chance, während mehrerer Monate die Vertretung einer Kollegin zu übernehmen und als Assistentin einzuspringen. Eine einmalige Gelegenheit, die Samantha beim Schopf packte – und die Samantha nicht zuletzt den Weg für ihre heutige Arbeit als Sachbearbeiterin im Assistenzteam der Produktionsleitung geebnet hat. Samanthas Beispiel zeigt eindrücklich: Wer vorwärtskommen will, muss sich engagieren wollen und Chancen ergreifen, wenn sie sich bieten.



**Da geht ein Raunen durch die Gruppe:**

Andi informiert die Lernenden, dass sie nach Abschluss der Berufslehre nicht mehr von sieben Wochen Urlaub profitieren und als ausgelehrte Fachkraft «nur» noch fünf Wochen Urlaub zur Verfügung haben. Auch auf einige Vergünstigungen, die ihnen bisher zur Verfügung standen, werden sie verzichten müssen.



Andreas Begré,  
Leiter  
Berufsbildung,  
Bell Schweiz

**Drei Fragen an Andreas Begré**

**Wie viele Lernenden bleiben nach Abschluss ihrer Ausbildung im Schnitt im Unternehmen?**

Wir bauen die Möglichkeiten der Weiterbeschäftigung stetig aus. So unterstützen wir neu auch die Ausbildung mit der berufsbegleitenden Berufsmatur (BM 2). Das macht eine Weiterbeschäftigung bei Bell für die Lehrgangsbegleiterinnen und -abgänger attraktiver. In der Regel nutzen die Absolventinnen und Absolventen das Angebot sehr gern, es sind durchschnittlich mehr als 80 % in der Bell Schweiz.

**Wie können wir dafür sorgen, dass die jungen Fachleute dem Unternehmen möglichst lange erhalten bleiben?**

Wir integrieren bereits im Festigungsjahr das Mitarbeitendengespräch, damit die Mitarbeitenden auf dem Radar bleiben.

Eine enge Zusammenarbeit von Berufsbildung, HR Business Partner und der Linie ist da sehr wichtig, damit die jungen Mitarbeitenden nach dem Festigungsjahr nicht abspringen. Da haben wir noch ein grosses Potenzial auszuschöpfen.

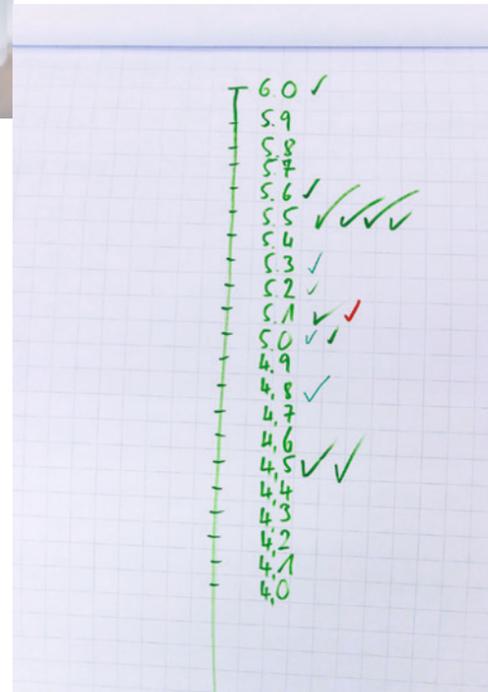
**Welche Rolle spielen dabei solche Veranstaltungen?**

Die Jugendlichen vor den Prüfungen nochmals zusammenzunehmen und ihnen auch die Community aufzuzeigen, ist sehr wichtig. Sie merken, dass sie nicht allein sind und dass es noch andere gibt, die im selben Boot sitzen. Und auch die Wertschätzung unseres CEOs ist unbezahlbar.

**Von der Schulbank zum Chefsessel:**

Auch CEO Marco Tschanz nimmt sich eine Stunde Zeit für die Lernenden. Er berichtet aus seinem eigenen Arbeitsalltag und beantwortet Fragen zu seinem eigenen Werdegang, dem Umgang mit Stress und zur Unter-

nehmenskultur. Auch künstliche Intelligenz kommt zur Sprache und die Frage, wie sie Unternehmen dereinst unterstützen kann. Marco bekräftigt, dass die Bell Food Group immer auf gut ausgebildete Fachleute angewiesen sein wird, künstliche Intelligenz aber eine Arbeitsunterstützung bieten kann.



**Ein hohes Ziel:**

Zum Abschluss fragt Andi die Gruppe, welche Abschlussnoten sie erreichen wollen. Der Reihe nach zeichnen die Teilnehmenden ihre angestrebte Abschlussnote auf der Skala ein. Das Ergebnis zeigt, wie ambitioniert die Lernenden sind. Toi, toi, toi kann man da nur sagen!

Die psychische Gesundheit im Blick

# Wie geht es dir ... wirklich?



Vermutlich wären wir alle am liebsten immer gut gelaunt und voller Energie – doch der Alltag bringt oft Stress mit sich: Die Deadline für das Projekt naht, im Team fällt jemand aus, und dann geht auch noch das Auto kaputt. Nicht nur in solchen Situationen gilt es, sich gut um die eigene psychische Gesundheit zu kümmern. Dabei kann auch das Umfeld helfen.

Text: Sara Heiniger und Michaela Rosenbaum | Bilder: Joël Roth

«Wie gehts?», fragt der Kollege die Kollegin beim Schichtwechsel. Der kurze Moment reicht für ein «Danke, gut. Und dir?» und für ein «Danke, mir auch». Auch wenn die Frage ehrlich gemeint ist, geben wir selten tiefer gehende Antworten. Zu etabliert ist diese Art des Smalltalks, zu kurz die Begegnung.

Natürlich kann man in dieser knappen Zeit nicht besprechen, was einen gerade belastet. Mit einer Vertrauensperson über solche Situationen zu reden, gehört aber zu den «10 Schritten für die psychische Gesundheit», die wir auf der nächsten Seite vorstellen.

## Was ist eigentlich Stress?

Zunächst einmal ist es aber wichtig, zu wissen, was Stress ist, wie er entsteht und welche Wirkung er auf uns hat.

Ob durch viel Arbeit, Termindruck, private Sorgen oder andere Gründe – Stress kann uns herausfordern oder sogar überwältigen. Unser Körper reagiert darauf mit einem ganzen Cocktail an Veränderungen: Der Puls und der Blutdruck steigen, Adrenalin wird ausgeschüttet, und mehr Zucker sowie Fettsäuren gelangen ins Blut. Kurz: Der Körper stellt zusätzliche Energie bereit.

## Stress ist eine chemische Reaktion des Körpers auf starke Herausforderungen.

Unseren Vorfahren half diese natürliche Reaktion, bei Gefahr schnell handeln zu können. Heute jedoch können wir diese überschüssige Energie oft nicht auf die gleiche Weise abbauen. Bleibt die Anspannung dauerhaft bestehen und fehlen Erholungspausen, kann das langfristig Körper und Seele belasten.

## Gut auf sich achten

Nicht jede stressige Phase ist automatisch schlecht für die Gesundheit – es kommt darauf an, wie stark die Belastung ist und welche persönlichen Möglichkeiten man hat, darauf zu reagieren. Jede und jeder kann selbst am besten einschätzen, wie hoch der Stress gerade ist. Hilfreich ist es, eigene Wege zu kennen, um Stress abzubauen und die psychische Gesundheit zu stärken.

## Unterstützung erhalten

Auch Andere können dabei helfen, besondere Herausforderungen zu erkennen sowie zu bewältigen und damit das psychische Wohlergehen zu erhalten. Am Arbeitsplatz sind hier Vorgesetzte, HR-Verantwortliche und andere Vertrauenspersonen besonders gefragt:

### 😊 Vorgesetzte

Führungskräfte haben nicht nur eine fachliche, sondern auch eine unterstützende Rolle. Sie können auf Belastungen im Team eingehen, Lösungen finden und bei Bedarf auf weiterführende Hilfsangebote hinweisen.

### 😊 Human Resources (HR)

Die Personalabteilung ist oft eine erste Anlaufstelle für Fragen rund um das Arbeitsumfeld, Unterstützungsmöglichkeiten oder weiterführende Ressourcen – sei es durch interne Angebote oder externe Beratungsstellen.

### 😊 Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)

Falls es ein internes Gesundheitsprogramm gibt, kann dieses Anlaufstelle für präventive Massnahmen sein – etwa Workshops, Coachings oder Informationen zur mentalen Gesundheit.

### 😊 Externe Fachstellen und medizinische Unterstützung

Unabhängige Beratungsstellen, psychologische Dienste oder telefonische Helplines bieten wertvolle Hilfe bei persönlichen, gesundheitlichen oder finanziellen Belastungen. Auch Hausärzte und medizinische Fachkräfte können psychische Herausforderungen frühzeitig erkennen und passende Unterstützung empfehlen. In vielen Ländern gibt es zudem kostengünstige oder kostenlose psychologische Beratungsstellen, die in Krisensituationen helfen.

### 😊 Kolleginnen und Kollegen

Manchmal hilft es schon, sich mit jemandem aus dem Team auszutauschen. Kolleginnen und Kollegen verstehen oft die spezifischen Herausforderungen im Arbeitsalltag besonders gut und können emotionalen Rückhalt geben.

### 😊 Private Vertrauenspersonen

Auch ausserhalb des Berufslebens ist es wichtig, über Herausforderungen zu sprechen. Familie, enge Freunde oder andere Vertrauenspersonen können eine wertvolle Stütze sein.

# 10 Schritte für die psychische Gesundheit

Wir alle können selbst etwas für unsere psychische Gesundheit tun. Die «10 Schritte» geben dafür Denkanstösse und Anregungen für den Alltag.



### 1. Aktiv bleiben:

Bleibe körperlich aktiv, und bewege dich regelmässig.

### 2. Sich entspannen:

Entspanne dich bewusst, und schaffe dir Phasen der Ruhe und Erholung.

### 3. Sich beteiligen:

Sei Teil deiner Gemeinschaft, und bring dich aktiv ein.

### 4. Mit Freunden in Kontakt bleiben:

Halte Kontakt, pflege soziale Beziehungen, und triff dich mit Freundinnen und Freunden.



### 5. Sich selbst annehmen:

Steh zu dir, akzeptiere dich, und Sorge dich um dich selbst.

### 6. Etwas Kreatives tun:

Betätige dich künstlerisch oder schöpferisch.

### 7. Neues lernen:

Erweitere dein Wissen oder deine Fähigkeiten, pflege deine Neugier, und wage etwas Neues.

### 8. Darüber reden:

Teile Positives und Negatives mit Vertrauenspersonen.

### 9. Um Hilfe bitten:

Hol dir Hilfe, wenn du Probleme hast, und nimm sie auch an.

### 10. Sich nicht aufgeben:

Glaub an dich, meistere Krisen, und überwinde Schwierigkeiten.

Die «10 Schritte für psychische Gesundheit» werden von vielen Schweizer Institutionen und Organisationen empfohlen, weil sie einfach anzuwenden sind und verschiedene Aspekte des Wohlbefindens stärken. **Bitte denk daran:** Diese Schritte sind zur Vorbeugung gedacht und ersetzen keine professionelle Hilfe.

# Selbsttest: Finde heraus, wo deine Stärken zur Stressbewältigung liegen



Dieser Test gibt dir Auskunft darüber, in welchen Bereichen deine Stärken liegen und welche Lebensbereiche Belastungen verursachen.

### Vorgehen:

Kreuze bei jeder Frage den Wert an, der am besten zu deiner aktuellen Situation passt.

1. Beantworte die Fragen zügig, ohne lange nachzudenken.
2. Zähle die Zahlen aus allen Antworten zusammen und teile die Summe durch die Anzahl der beantworteten Fragen. Das ergibt deinen Durchschnittswert.
3. Ziehe in Höhe dieses Wertes eine senkrechte Linie von oben nach unten durch die Testseite.

### Auswertung:

Du erhältst zwei Bereiche, links und rechts der senkrechten Linie. Im linken Bereich liegen deine Schwächen oder Lebensbereiche, die für Stress oder Belastung sorgen. Im rechten Bereich findest du deine Stärken oder Kraftquellen, auf die du in stressigen Situationen setzen kannst. Die absoluten Werte der einzelnen Zeilen sind nicht entscheidend. Um den Stress in deinem Leben besser zu bewältigen, kannst du nun entweder an deinen Stärken ansetzen und diese ausbauen oder aber versuchen, die Belastungsquellen oder Schwächen zu verringern.

### 1. Gesundheit

oft krank normalerweise gesund

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 2. Beziehung (Ehe- und Lebenspartner/in)

unbefriedigend/konfliktreich zufrieden/harmonisch

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 3. Beziehungen am Arbeitsplatz (zu Vorgesetzten, Team etc.)

viele Konflikte unproblematisch

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 4. Hobbys/Interessen

keine/unbefriedigend befriedigend

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 5. Finanzen

unkontrolliert geregelt

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 6. Krisen – kritische Lebensereignisse (im letzten halben Jahr)

eine oder mehrere schwere Krisen unbelastet

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 7. «Sinn für Humor» – «Spiel und Spass»

woher die Zeit nehmen ein Lebenselixier

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 8. Sport – Bewegung

untätig regelmässig

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 9. Alkohol

tägl. mehr als 5 Fl. Bier oder ½ Fl. Wein höchstens 1 Fl. Bier oder 1 Glas Wein

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 10. Kontrolle

alles entgleitet mir, sitze in der Falle wirksame Einflussmöglichkeiten

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 11. Entscheidungsfähigkeit

Entscheidungen treffe ich nur schwer Entscheidungen fallen mir eher leicht

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 12. Perfektionismus

alles muss immer perfekt sein ich versuche mein Bestes

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 13. Optimismus – Pessimismus

was schiefgehen kann, geht schief die meisten Probleme lassen sich lösen

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 14. Anpassungsfähigkeit – Flexibilität (persönlich und beruflich)

es fällt mir schwer, einen Plan zu ändern ich kann mich Veränderungen anpassen

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### 15. Ärger – Wut

ich bin häufig ärgerlich oder wütend ich bin normalerweise gelassen

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

## Audits

# Gelassen und sicher durch die nächste Prüfung

*Audits stossen bei den meisten Mitarbeitenden auf wenig Gegenliebe. Trotzdem sind die regelmässigen Prüfungen unvermeidlich, um die Lebensmittelsicherheit zu gewährleisten.*

Text: Adrian Portmann | Bilder: Thomas Korak, atelierkorak ag (S. 28), Christoph Kaminski (S. 31)

Audits sind ein unverzichtbarer Bestandteil der Qualitätssicherung und Lebensmittelsicherheit. Sie dienen dazu, die Einhaltung von gesetzlichen Vorschriften, internen Vorgaben und branchenspezifischen Standards zu überprüfen. Die Vorgaben stammen aus einer breiten Palette unterschiedlicher Anspruchsgruppen: Neben Vorgaben des Gesetzgebers sind es Grosskunden aus dem Food Service oder dem Retail sowie eine Vielzahl verschiedener Labelpartner, die ihre Standards überprüfen. Über die gesamte Bell Food Group gesehen wurden im Jahr 2024 mehr als 1000 Audits durchgeführt. Dazu zählen interne Audits. Sie machen den grössten Teil aus und werden von eigenen Mitarbeitenden durchgeführt bzw. durch die Bell Food Group in Auftrag gegeben. Bei externen Audits nehmen unabhängige Prüfer die Prozesse im Unternehmen unter die Lupe. «Es wird oft angenommen, dass wir vom Qualitätsmanagement diese Audits durchfüh-

ren würden und schliesslich auch für die Qualität verantwortlich sind, was nicht ganz richtig ist», erklärt Marco Märsmann, Leiter des Competence Centers Qualitätsmanagement. Die QM-Teams begleiten die Audits zwar im Hintergrund, aber die Qualität entsteht dank

## So läuft ein Audit ab

- **Planung:** Ein Auditplan legt Ziele, Umfang und Vorgehensweise fest.
- **Überprüfung:** Auditoren kontrollieren systematisch verschiedene Unternehmensbereiche mithilfe von Checklisten.
- **Dokumentation:** Ergebnisse werden festgehalten, und Abweichungen von Standards werden notiert.
- **Auswertung:** Die Ergebnisse werden analysiert und präsentiert.
- **Korrekturmassnahmen:** Festgestellte Mängel müssen behoben werden, und die Umsetzung muss nachweisbar sein.

«Wer macht die Qualität? Wir alle!»



Interview mit Dr. Axel Weitowitz

«Ich darf meiner Neugier freien Lauf lassen.»



Dr. Axel Weitowitz besucht als Auditor verschiedene Produktionsbetriebe in der Schweiz.

Wer bei uns in der Produktion beschäftigt ist, hat unter Umständen schon Bekanntschaft mit ihm gemacht: Dr. Axel Weitowitz besucht im Auftrag der Bell Food Group verschiedene Produktionsbetriebe in der Schweiz. Der Auditor erscheint unangemeldet, prüft Prozesse, stellt Fragen und erstellt Dokumentationen. Im Interview berichtet er von seiner Arbeit, erzählt, wie er Auditor geworden ist, und zeigt auf, weshalb die Aufregung vor dem Prüfer (meist) unbegründet ist.

**Die Aufgabe des Auditors ist es, Verbesserungspotenzial auszumachen und Fehler zu finden. Hand aufs Herz, Axel: Kommt es vor, dass auch ein Prüfer etwas falsch macht?**

Axel: Ich habe die Weisheit nicht mit dem Löffel gegessen. Natürlich mache auch ich Fehler. Darum ist das Feedback meiner Auftraggeber wichtig für mich. Aber ich würde meine Aufgabe nicht wirklich als eine Fehlersuche beschreiben. Natürlich schaue ich genau

jedes einzelnen Mitarbeitenden im Betrieb. «Wer macht die Qualität? Wir alle! Darauf darf jeder und jede Einzelne stolz sein», betont Marco.

Audits helfen dabei, das Vertrauen der Verbraucher und Verbraucherinnen in die Sicherheit und Qualität von Lebensmitteln zu stärken. Sie dienen dazu, mögliche Risiken frühzeitig zu erkennen. Besonders wichtig sind dabei die International Featured Standards (IFS). Der IFS Food Standard überprüft beispielsweise, ob Produkte und deren Herstellung bestimmte Anforderungen erfüllen. Rund 90 Prozent aller Audits innerhalb der Bell Food Group stehen im Zusammenhang mit dem IFS. Der IFS wurde vom deutschen Einzelhandelsverband und der französischen Handelsvereinigung entwickelt und sorgt weltweit für einheitliche Qualitäts- und Sicherheitskontrollen bei Handelsmarkenprodukten.

Audits finden nicht nur regelmässig in der Produktion statt, wie Marco ausführt: «Von

der Entwicklung, der Beschaffung über den Verkauf, die Logistik bis zur Unternehmensleitung und dem Qualitätsmanagement werden sämtliche Unternehmensbereiche regelmässig geprüft.»

Für die Mitarbeitenden bringen Audits einige Herausforderungen mit sich. Dazu gehört der Druck, der mit der Auditierung einhergeht. Mitarbeitende müssen sicherstellen, dass alle Prozesse reibungslos ablaufen und die Dokumentation vollständig und korrekt ist. Dies kann Stress auslösen, insbesondere wenn das Audit unangekündigt erfolgt oder wenn es sich um einen externen Prüfer handelt. «Für die Mitarbeitenden ist es eine Prüfungssituation. Wir müssen sicherstellen, dass sie umfassend geschult sind und sie dabei unterstützen, ihre Aufgaben entsprechend erledigen zu können», sagt Marco. «Audits geben uns die Chance zur Verbesserung. Dazu müssen unsere Mitarbeitenden auf ihre Fähigkeiten vertrauen können und der Auditor genau hinschauen dürfen.»



**Marco Märsmann**  
Leiter des Competence Centers  
Qualitätsmanagement

**«Am besten machen Mitarbeitende bei meinem Besuch das, was sie ohnehin jeden Tag tun: Gute Produkte produzieren.»**



**«Bei meinen Besuchen stelle ich keine Fangfragen.»**



hin, und wenn ich feststelle, dass etwas nicht stimmt, bohre ich nach. Schliesslich verfolge ich dasselbe Ziel wie die Betriebe und Menschen, die ich zu prüfen habe: Das Unternehmen soll auf einem Top-Level arbeiten und die Lebensmittelsicherheit zu jeder Zeit gewährleisten sein. Ein Kollege in England nennt seine Firma «the fresh pair of eyes». Dieses Bild des Blicks aus dem Aussen, der Dinge erkennen

kann, die in der täglichen Routine einfach nicht mehr auffallen, finde ich zutreffend.

**Wie wird man eigentlich Auditor in der Lebensmittelindustrie?**

Ich habe ursprünglich Ernährungswissenschaften studiert, wollte nach dem Studium aber etwas Praktisches machen. Bei der Arbeit auf einem Landwirtschaftsbetrieb bin ich dann das erste Mal mit dem Thema Audits in Kontakt gekommen. Regelmässig haben wir auf dem Hof Besuch erhalten, und ich begann mich mehr und mehr dafür zu interessieren. Die Arbeit als Auditor ist abwechslungsreich. Sie bietet mir die Möglichkeit, viele Betriebe und Menschen kennenzulernen,

und ich darf meiner Neugier freien Lauf lassen. Ich finde es interessant, immer wieder festzustellen, dass, obwohl die Anforderungen der Standardgeber grösstenteils identisch sind, sich die Menschen und Technologien in der konkreten Umsetzung unterscheiden.

**Was zeichnet einen guten Auditor deiner Meinung nach aus?**

Die Mitarbeitenden in der Produktion haben am meisten Ahnung von ihrem Tun. Meine Fähigkeit ist es, mich in relativ kurzer Zeit in Prozesse hineinversetzen zu können. Dazu muss ich die richtigen Fragen stellen und die Erklärung über Gründe verstehen, weshalb etwas so gemacht wird und inwiefern es mit den Standardvorgaben vereinbar

ist. Des Weiteren benötige ich Fachkenntnisse im Bereich Lebensmittelsicherheit und der relevanten Vorschriften sowie analytische Fähigkeiten, um Prozesse effektiv zu bewerten und Schwachstellen zu identifizieren.

**Welche Empfehlung gibst du Mitarbeitenden, um gut auf das nächste Audit vorbereitet zu sein?**

Sich vom Auditor nicht verrückt machen zu lassen. (lacht) Wenn Mitarbeitende mit ihrem Arbeitsplatz und ihrer Funktion vertraut sind, sind die besten Voraussetzungen für ein gutes Gelingen bereits geschaffen. Es schadet nicht, die übergeordneten Unternehmensziele zu kennen und sich bewusst zu sein, was der eigene Teil der Arbeit

zum grossen Ganzen beiträgt. Wenn eine Fragestellung unklar ist, soll man nicht zögern, nachzufragen. Missverständnisse kommen vor, und manchmal erschweren Sprachbarrieren die Kommunikation. Da hilft es, ruhig zu bleiben. Am besten machen Mitarbeitende bei meinem Besuch das, was sie ohnehin jeden Tag tun: Gute Produkte produzieren.

**Was war dein «schlimmstes» Erlebnis als Prüfer?**

Ich kann Lügen nicht ausstehen. Aber wer tut das schon? Soweit ich weiss, ist es mir in den letzten 25 Jahren tatsächlich nur einmal passiert, dass ich angelogen wurde. Ich setze grundsätzlich auf Offenheit und Ehrlichkeit.

Bei meinen Besuchen stelle ich keine Fangfragen. Oft spüre ich eine gewisse Anspannung bei meinem Gegenüber, was nachvollziehbar ist. Durch die langjährige Zusammenarbeit bei Bell haben wir aber ein tolles Level erreicht. Oft treffe ich immer wieder auf dieselben Mitarbeitenden. Ich empfinde es als einen Austausch auf Augenhöhe, bei dem wir gemeinsam die wichtigen Fragen stellen: In welchen Bereichen kann sich das Unternehmen weiter steigern? Was ist zu tun, um in Zukunft in Sachen Qualität und Lebensmittelsicherheit noch besser aufgestellt zu sein?

Mit simplen Zutaten grosse Wirkung erzielen

# SO MACHT ABSCHMECKEN SPASS

*Für den Aha-Effekt am Tisch braucht es manchmal nur eine Prise hiervon oder einen Spritzer davon. Wir haben ein paar Tipps für euch zusammengetragen, mit denen ihr euren Gerichten zum Abschluss ganz einfach noch das gewisse Etwas mit auf den Weg geben könnt. Und das Beste daran: Die meisten Zutaten dafür habt ihr vermutlich schon im Schrank.*

**Text:** Michaela Rosenbaum | **Bilder:** Thomas Korak (atelierkorak), Christian Splettstösser

## Bolognese mit Zimt

Die italienische Nonna möge uns verzeihen, aber wir finden, Kreativität sollte auch vor Klassikern nicht haltmachen. Daher empfehlen wir eine Prise Zimt im «Ragù alla bolognese». Mit seinem warmen, süsslichen und holzigen Aroma verleiht er der beliebten Hackfleischsauce eine überraschende Note. Diese

verstärkt sich noch in Verbindung mit würzigem Parmesan als Topping.

### Zimt verleiht der Hackfleischsauce eine überraschende Note.

Übrigens: Im Gegensatz zur europäischen Küche, in der Zimt häufig für Süssspeisen verwendet wird, ist er in der arabischen und asiatischen Küche eine häufige Zutat für Fleischgerichte. So passt er unter anderem auch hervorragend in libanesische Hackbällchen, die sogenannten Kofta, oder in ein indisches Curry.

## Olivenöl als Finish

Eine der einfachsten Arten, um verschiedenen Gerichten aromatisch den letzten Schliff zu geben, ist das Beträufeln mit Olivenöl kurz vor dem Servieren. Ob Grillgemüse, Cremesuppe oder Steak – ein paar Tropfen Olivenöl zum Abschluss sorgen insbesondere bei warmen Speisen für ein zusätzliches frisches Geschmackserlebnis.

Denn die Wärme des Gerichts setzt die Aromen des Öls frei. Aber auch Salaten, Dips oder anderen kalten Gerichten verleiht Olivenöl ein tolles Finish. Es lohnt sich, hier auch mit verschiedenen Olivenölen zu experimentieren, denn je nach Sorte und Reifegrad der Oliven bei der Ernte kann das Aroma von fruchtig über buttrig bis hin zu scharf variieren.

## Bratensauce mit Schokolade

Der Rinderbraten hat einige Stunden im Fond mit Gemüse und Gewürzen geschmort. Jetzt geht es ans Abschmecken der Sauce. Für ein besonders rundes Aroma sollte neben Pfeffer und Salz eine weitere wichtige Zutat nicht fehlen: dunkle Schokolade.

Mindestens halbbitter sollte sie sein, ein höherer Kakaoanteil ist noch besser. Damit die Schokolade schneller schmilzt, kann sie in die Sauce geraspelt werden. Wer noch ungeübt ist, kann sich zunächst langsam an die richtige Menge herantasten. Oft machen schon ein bis zwei Stückchen einen grossen Unterschied.



**Profitipp:**

«Die Kombination Salz und Pfeffer kennen wir aus zahlreichen Rezepten. Aber Pfeffer ist nicht gleich Pfeffer. Hier gibt es nicht nur Schwarz und Weiss. Vom Kubeben-Pfeffer aus Indonesien, der mit warmen, nelkenähnlichen Aromen begeistert, über Kampot-Pfeffer aus Kambodscha, der eine fruchtige und florale Schärfe mitbringt, bis hin zum Szechuanpfeffer – botanisch eigentlich kein echter Pfeffer –, der mit seinem zitronigen Aroma ein leicht betäubendes Prickeln auf der Zunge hinterlässt, gibt es eine beeindruckende Vielfalt. Je nach Sorte und Herkunft variiert der Geschmack enorm. Der gezielte Einsatz von Pfefferspezialitäten kann die Wahrnehmung eines Gerichts auf eine völlig neue Ebene heben.»



Julian Hämmerle,  
Leiter Kulinarik bei Hilcona

**Konfitüre zur Abrundung**

Um besonders würzigen Speisen eine aromatische Tiefe zu verleihen, kommen beim Abschmecken häufig süsse Zutaten wie Zucker oder Agavendicksaft zum Einsatz. Wer in solchen Fällen zu Konfitüren oder Gelees greift, erhält zur Süsse das Fruchtaroma gratis dazu.

Bekanntes Beispiel sind die Preiselbeeren in der Wildsauce. Aber auch ein Rindergulasch verfeinert mit Kirsch- oder Heidelbeerkonfitüre, eine Bratensauce mit Pflaumenmus oder Rotkohl mit Johannisbeer- oder Aprikosengelee sind einen Versuch wert.

**Zitrone für die spritzige Säure**

Eine Zitronenspalte gehört zum Wiener Schnitzel wie das Riesenrad zum Prater. Doch auch in zahlreichen anderen Rezepten wie für Salatdressings, Dips oder Pastagerichte spielt die gelbe Vitaminbombe beim Abschmecken eine der Hauptrollen.

Aber sie kann noch mehr: Bei Linsengerichten sorgen ein paar Spritzer Zitronensaft nicht nur für eine fruchtig-säuerliche Note, die den Geschmack abrundet. Die Säure macht die Hülsenfrüchte auch bekömmlicher.

Und auch die Schale ist eine beliebte Zutat. So geben Zitronenzesten als leckeres Topping dem Fleischschmortopf ebenso wie der Beerentarte oder der Panna cotta kurz vor dem Servieren noch den letzten aromatischen und optischen Kick.

**Beim Abschmecken spielt die gelbe Vitaminbombe oft die Hauptrolle.****Nochmal gerettet**

**Auch wenn wir mit noch so viel Liebe kochen, hin und wieder passiert ein Abschmeckunfall. Doch nicht immer ist es auch gleich ein Totalschaden. Für manche Situationen gibt es effektive Pannenhilfe.**

**Mit dem Salz ausgerutscht**

- Ist aus Versehen zu viel Salz im Essen gelandet, sollte man zunächst versuchen, es so gut es geht wieder abzuschöpfen. Ist das nicht mehr möglich, können zum Beispiel bei Suppen oder Saucen ein paar Kartoffeln oder Karotten Abhilfe schaffen. Während sie etwa zehn Minuten lang mitkochen, nehmen sie Salz aus dem Gericht auf.
- Auch das Strecken mit Wasser oder Sahne kann helfen, um den salzigen Geschmack zu mildern.
- Ähnlich wirken auch süsse oder saure Zutaten wie Honig oder Zitronensaft – je nachdem, was besser zum Rezept passt.

**Das Chili war feuriger als gedacht**

- Ist das Essen zu scharf geraten, können ebenso wie beim Zuviel an Salz das mitgekochte Gemüse oder das Strecken mit neutraler Flüssigkeit helfen.
- Zudem bindet Fett die Schärfe. Also wirken auch Sahne, Mascarpone, Schmand oder ähnliche Zutaten dem Feuer entgegen.
- Ist bereits viel Fett beziehungsweise Öl im Topf, kann man auch warten, bis es sich absetzt und es dann abschöpfen. Denn auch hierin ist die Schärfe gebunden.

**Zu sauer macht nicht lustig**

- Essig oder Zitronensaft können bei Überdosierung ziemlich dominant schmecken. In solchen Fällen empfiehlt es sich, einen Teelöffel Natron oder Backpulver hinzuzugeben, um die Säure zu neutralisieren.
- Ausserdem lässt sich der Geschmack auch unter anderem mit Milchprodukten ausbalancieren. Aber Achtung: Da manche Milchprodukte bei starker Hitze ausflocken, sollte man sie erst dazugeben, wenn die Temperatur schon reduziert ist. Zudem gilt: Je länger ein zu saures Gericht kocht, desto mehr schwindet die Säure.

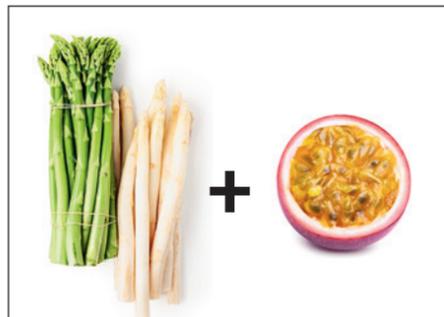


Frühlingsrezepte von Philipp Glauser

# Ungewöhnlich gut

*Es gibt Paare, die passen auf den ersten Blick gar nicht zusammen, sind dann aber doch unglaublich harmonisch. Das gilt nicht nur für Menschen, sondern auch für Aromen. «Foodpairing» heisst das Prinzip, bei dem Lebensmittel kombiniert werden, die über ähnliche Schlüsselaromen verfügen. Das Ergebnis: eine Geschmacksexplosion. Zwei kreative Rezepte von Philipp Glauser, Head of Culinary Advisors bei Hügli, zeigen, wie es geht, und machen Lust darauf, die eigene Küche zum Labor für Geschmacksexperimente zu erklären.*

**Text:** Michaela Rosenbaum | **Bilder:** Thomas Korak (atelierkorak), Christian Spletstösser (S. 37, 38), Shutterstock (S. 36, 39)



## Foodpairing: Spargel und Passionsfrucht

Spargel und Passionsfrucht enthalten beide grüne, frische und fruchtige Noten. Dabei ergänzt das tropisch-frische Zitrusaroma der Passionsfrucht den grasigen, leicht nussig-erdigen Geschmack des Spargels und hellt ihn auf.

## Spargel mit Passionsfrucht-Hollandaise und lila Kartoffeln

### Zutaten für 4 Personen

- 400 g Spargel weiss
- 400 g Spargel grün
- 350 ml Sauce hollandaise
- 100 g Passionsfrüchte (nur das Mark)
- 350 g lila Kartoffeln (z.B. St. Galler Blau)

### Zubereitung

Lila Kartoffeln in der Schale kochen. Weissen und grünen Spargel in Salzwasser bissfest garen. Ein paar Teelöffel des Passionsfruchtmarks beiseitestellen, den Rest mit der Sauce hollandaise verrühren. Kartoffeln pellen und zu runden Talern schneiden.

### Anrichten

Die Spargel farblich sortiert auf den Teller legen. Die Kartoffeltaler daneben platzieren. Die Sauce über die Spargel geben und mit etwas Passionsfruchtmark garnieren.





## Lammkarree mit Bärlauch-Ziegenfrischkäse-Kruste auf grünen Bohnen mit Johannisbeerjus und Karotten-Estragon-Püree

### Zutaten für 4 Personen

#### Lammkarree mit Bärlauch-Ziegenfrischkäse-Kruste

ca. 700 g Lammkarree (pariert)  
70 g Ziegenfrischkäse  
20 g frischen Bärlauch (gehackt)  
30 g Panko  
60 g Butter  
5 g Kräuter der Provence

#### Bohnen mit Johannisbeerjus

200 g Prinzessbohnen  
200 g Butterbohnen  
25 g Bratenjus  
240 ml Wasser  
40 g Johannisbeermark  
20 g Balsamicocreme  
1 Rosmarinweig

#### Karotten-Estragon-Püree

160 g Karotten  
1 Kartoffel  
Etwas frischen Estragon (gehackt)  
Salz und Pfeffer

### Zubereitung

#### Lammkarree mit Bärlauch-Ziegenfrischkäse-Kruste

Für die Kruste den Ziegenfrischkäse mit Panko, Bärlauch und Kräutern der Provence mischen. Das Lammkarree entweder sous vide im Vakuum bei 56 °C im Wasserbad für 1,5 Stunden oder im Backofen bei 140 °C bis zu einer Kerntemperatur von 57 °C (ca. 30 Minuten) garen. Die Käsemasse auf die Oberseite des Karrees streichen und fest andrücken. Vor dem Servieren unter dem Grill des Backofens bei maximaler Temperatur etwa 2 Minuten goldbraun gratinieren.

#### Bohnen und Johannisbeerjus

Die Bohnen im Salzwasser blanchieren. Den Bratenjus in heisses Wasser einrühren, mit Johannisbeermark, Balsamicocreme und dem Rosmarinweig aromatisieren und aufkochen. Vor dem Anrichten den Rosmarinweig entfernen.

#### Karotten-Estragon-Püree

Karotten und Kartoffeln schälen, grob würfeln und in Salzwasser weich kochen. Anschliessend fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Estragon würzen.

### Anrichten

Ein paar Kleckse des Johannisbeerjus und die Bohnen auf den Teller geben. Das Karree darauf und etwas Püree daneben platzieren. Auf Wunsch mit frischen Kräutern oder Johannisbeeren garnieren.



### Foodpairing: Lammfleisch und Ziegenfrischkäse

Als Gemeinsamkeit haben Lammfleisch und Ziegenfrischkäse einen intensiven, leicht erdigen und würzigen Geschmack mit starkem Umami-Effekt.

Die Säure des Käses mildert dabei die kräftige, manchmal dominante Fleischigkeit des Lammes.

Lebenselixier, Aromabooster, Risikofaktor

# Ein bisschen Salz muss sein

*Salz ist mehr als nur der beste Freund des Aromas. Der Mensch benötigt es wie die Luft zum Atmen. Richtig dosiert, hält es Muskeln und Nerven arbeitsfähig. Spannendes über kleine Kristalle mit grosser Wirkung.*

Text: Adrian Portmann | Bilder: Shutterstock

Ohne Salz kein Leben. Seine Bestandteile Natrium und Chlorid benötigt der menschliche Körper für den Flüssigkeits- und Elektrolythaushalt. Zudem ist Salz wichtig für die Verdauung und das Funktionieren von Nerven und Muskeln. Es unterstützt den Knochenaufbau und aktiviert Stoffwechselfvorgänge. Ein Erwachsener sollte täglich etwa einen Teelöffel Salz zu sich nehmen. Das entspricht ungefähr fünf Gramm des weissen Stoffs. Dabei ist es ratsam, beim Kauf verarbeiteter Lebensmittel ein Augenmerk auf den Salzgehalt zu richten. Denn zu viel Salz schadet der Gesundheit und kann zu Bluthochdruck führen. Damit steigt das Risiko für einen Schlaganfall und Herzkrankungen. Gemäss WHO gilt eine hohe Salzzufuhr als eine der führenden Todesursachen in Europa.

Was heute als Grundnahrungsmittel für wenige Rappen bzw. Cents im Einkaufskorb landet, war noch vor einigen Hundert Jahren ein Zeichen des Wohlstands und kostbar wie Gold. Wer den Salzhandel kontrollierte, hatte Macht. Auch als Zahlungsmittel wurde Salz verwendet. Zum Beispiel in Äthiopien und Eritrea. Mit der Industrialisierung und dem technischen Fortschritt wurde aus dem Luxusgut ein Alltagsprodukt. Die Produktionsmengen konnten gesteigert und neue Abbaubereiche erschlossen werden. Heute gibt es Salz wie Sand am Meer. Es ist so günstig geworden, dass es im Winter grosszügig auf eisige Strassen und Wege gestreut wird. In der Notfallmedizin kann es dafür verwendet werden, Blutverlust auszugleichen. In der chemischen Industrie ist es ein wichtiger Grundstoff zur Herstellung von Kunststoffen, Glas und Aluminium – und als geschmacksverstärkendes Gewürz darf das weisse Kristallpulver in keiner Küche der Welt fehlen.

Vom rosaroten und hochpreisigen Himalayasalz über das beliebte Fleur de Sel bis zum 08/15-Tafelsalz aus dem Pappkarton: Jedes Salz, das den Weg auf unseren Teller findet, hat seinen Ursprung im Meer. Es besteht aus den Elementen Natrium und Chlor und wird in der chemischen Bezeichnung kurz Natriumchlorid genannt. In den meisten europäischen Ländern wird Speisesalz mit Jod angereichert, einem lebenswichtigen Spurenelement, das für eine gesunde Schilddrüsenfunktion sorgt. Da insbesondere in den europäischen Bergregionen die Böden arm an Jod sind, kann so einem Jodmangel entgegengewirkt werden. Zusätzlich wird teilweise Fluorid beigegeben, das den Zahnschmelz stärkt und zur Zahngesundheit beiträgt. Der Grossteil der Weltsalzproduktion findet im Berg- oder Tagbau statt. Es wird aus Salzgesteinsschichten abgebaut und als Steinsalz bezeichnet. Weitere Salzarten sind das beliebte Meersalz sowie das Siedesalz.

Das heutige Angebot an verschiedenen Speisesalzen ist beachtlich. Abhängig von der Abbauweise und der Herkunft kann Salz in seiner Struktur, Körnigkeit und Farbe variieren. Auch wenn der Spitzenkoch in der Werbung auf dieses und jenes Salz schwört: Ob im Blindtest ein Geschmacksunterschied zwischen einfachem Speisesalz und sogenannten Gourmetsalzen mit weiteren Mineralstoffen wie Eisen, Kupfer und Magnesium ausgemacht werden kann, muss jeder selbst testen. Bei der Wahl des Salzes spielen wohl eher die verschiedenartigen Kristallstrukturen eine Rolle, die einem bestimmten Gericht das Krönchen aufsetzen können. Unsere Übersicht ausgewählter Salze zeigt einen kleinen Ausschnitt aus der ungeheuren Salzvielfalt dieser Welt.

## Die Salzterrassen von Maras

Im Hochland der peruanischen Anden, eingebettet ins Heilige Tal der Inkas, liegt auf über 3000 Metern die höchstgelegene Salzfarm der Welt: die Salinen von Maras. Tausende terrassenförmig angelegte Wannen fangen das salzhaltige Wasser auf, das über ein ausgeklügeltes Kanalsystem aus dem Bergmassiv geleitet wird. Während das Wasser in der Sonne verdunstet, bleibt an den Rändern und am Wannenboden eine kostbare weisse Kruste zurück: Das Maras- oder auch Inka-Salz wird bis heute auf traditionelle Weise geerntet.

### **Fleur de Sel, auch Flor de Sal**

Das Fleur de Sel gibt es nicht nur aus den traditionellen Herkunftsregionen, der Camargue und der Bretagne. Es wird auch in der Algarve, auf Mallorca und in Bali gewonnen. Das langsam verdunstende Meerwasser hinterlässt eine Salzkruste auf der Wasseroberfläche. Diese Salzkruste wird aufwendig von Hand geerntet. Ihr Muster erinnert an Blumenblüten und gibt den knusprigen Salzkristallen den Namen. Fleur de Sel wird unter anderem in geräucherter Form oder mit Vanille, Rosenblättern, Trüffeln oder anderen Köstlichkeiten aromatisiert angeboten und schmeckt hervorragend auf Gemüse, Fleisch und Fisch.

### **Maldon Sea Salt**

Die Salzkristalle des Maldon Sea Salt sind pyramidenförmig und vergleichsweise gross. Sie machen beim Zerbröseln mit den Fingern eine besonders gute Figur. Das Salz wird im beschaulichen Städtchen Maldon im englischen Essex hergestellt. Das Meerwasser wird bei Springflut entnommen, gefiltert und auf exakt 32 Grad Celsius vorgewärmt. In traditionellen Stahlpfannen wird das Wasser anschliessend auf 87 bis 89 Grad Celsius erhitzt. Nach ungefähr 16 Stunden entstehen so die charakteristischen Pyramidenkristalle. Es findet Verwendung als Finisher für Salate, über gegrilltem Gemüse oder Fleisch.

### **Hawaii-Salz**

Warum die Gäste nicht mit einem schwarzen Salz überraschen? Eine Mischung aus Meersalz und Vulkanasche verleiht dem Hawaii-Salz die dunkle Farbe. Neben Natriumchlorid kann es natürlich vorkommende Elemente wie Kalzium, Kalium, Magnesium und Eisenoxid, Mangan, Zink und Jod enthalten. Hawaii-Salz gibt es auch in Grün, bei dem den Salzkristallen Bambusblättereextrakt beigemischt wird. In seiner ziegelroten Variante wird die seltene Vulkanerde Alaea beigemischt. Es schmeckt am besten zu gegrilltem Fleisch, Fisch, Meeresfrüchten, Gemüse und Salaten.

### **Inka-Salz**

Inka-Salz wird in den Hochlagen der Anden, insbesondere in der Region um die Stadt Maras, abgebaut. Diese Region ist bekannt für ihre traditionellen Salzterraszen, die seit der Zeit der Inkas genutzt werden. Das Salz wird durch Verdampfung von salzhaltigem Wasser aus natürlichen Quellen gewonnen. Die Salzernte erfolgt oft nach traditionellen Methoden. Inka-Salz hat eine charakteristische rosa bis rötliche Farbe, die von den Mineralien stammt, die im Salz enthalten sind. Es hat eine grobe Textur, die es von raffiniertem Salz unterscheidet, und schmeckt lecker in Salaten, Fleischgerichten, Gemüse und auf Süssspeisen.

### **Himalayasalz**

Die rosarote Farbtonung verdankt das Steinsalz dem darin enthaltenen Eisenoxid. Oftmals wird angegeben, dass es direkt aus dem Himalayagebirge stammt. Es hat sich in der Vergangenheit jedoch gezeigt, dass es in der Regel aus dem Norden Pakistans kommt, einer Region, die nicht zum Hochgebirge gehört. Gesundheitsfördernde Eigenschaften, die oft und gerne zur Verkaufsförderung genannt werden, sind nicht nachweisbar. Es ist dank seiner speziellen Farbe eine hübsche Geschenkidee.

### **Persisches Blausalz**

Als Dekoration auf Speisen und Tellern ist das persische Blausalz ein echter Hingucker. Aufgrund seiner exotischen Blaufärbung wird es gerne als Finishing-Salz eingesetzt. Der optische Effekt wird durch das blau getönte Mineral Sylvin, auch als Kaliumchlorid bekannt, erzielt. Bei diesem Mineral wurde durch sehr hohen Druck bei der Salzkristallentstehung die Kristallgitterstruktur verändert. So bricht sich das Licht darin auf besondere Weise, und das Salz erscheint blau. Das Salz stammt aus Abbaugebieten in der Provinz Semnan im Norden des Irans und findet Verwendung bei hellem Geflügel und Fisch.

### **Bambussalz**

Eine Spezialität aus der koreanischen Küche ist das Bambussalz. Sein Name rührt von seiner Herstellung her. Dabei wird frisches Meersalz in hohle Bambusrohre gefüllt, die anschliessend mit Lehm verschlossen werden. Die Rohre werden bei Temperaturen von über 1000 Grad Celsius erhitzt. Diese Prozedur führt dazu, dass sich die Mineralien aus dem Bambus ins Salz mischen. Sie wird bis zu neunmal wiederholt. Das Salz wird anschliessend fein gemahlen. Es erinnert am Ende an Puderzucker. Laut der traditionellen koreanischen Medizin soll sich das Salz angeblich positiv auf Körper und Geist auswirken. Es wird für Suppen und Eintöpfe empfohlen.

### **Kala Namak**

Das auch unter dem Namen Schwarzsatz bekannte Steinsalz findet vor allem in der indischen und pakistanischen Küche Verwendung. Seine dunkle, braun-rötliche Farbe stammt von Mineralien wie Eisen. Sein Geschmack ist leicht schwefelig. In der veganen Küche wird es vorzugsweise eingesetzt, um den Geschmack von Eiern zu imitieren. In der traditionellen Medizin Indiens wird Kala Namak wegen seiner angeblichen gesundheitlichen Vorteile geschätzt. Unter anderem soll es die Verdauung unterstützen. Es schmeckt vorzüglich in Chutneys und Raitas.

So kannst du vermeintliche Küchenabfälle weiterverwerten

## Altes Brot, frische Ideen



Vermeintliche Küchenabfälle landen oft unnötig im Müll. Dabei lassen sich viele der Reste weiterverwerten: Gewürzgurkenwasser, Wassermelonenschalen oder Erdbeerstrünke bergen ungeahnte Möglichkeiten. Wer kreativ wird, reduziert nicht nur Abfall, sondern entdeckt auch spannende Rezepte.

Text: Sara Heiniger | Bilder: Shutterstock

Es ist längst kein Geheimtipp mehr, dass hart gewordenes Brot ohne grossen Aufwand weiterverwertet werden kann. Ein Blick in den Mülleimer zeigt jedoch: Beim Kochen entsorgen wir oft mehr als nötig. Denn Schalen, Strünke und Blätter könnten oft bedenkenlos weiterverwendet werden. Tatsächlich machen solche Zuberei-

tungsreste etwa 30 Prozent der Lebensmittelabfälle in Privathaushalten aus. Es lohnt sich also, die vermeintlichen Abfälle, die beim Kochen entstehen, genauer zu betrachten und kreativ zu nutzen. Unsere Tipps zeigen, wie einfach es sein kann, Abfall zu reduzieren und gleichzeitig das Beste aus den Lebensmitteln herauszuholen.

### Trockene Backwaren

Backwaren gehören zu den Spitzenreitern bei der Lebensmittelverschwendung. Dabei ist trockenes Brot keineswegs ein Fall für die Tonne, wie zahlreiche Rezepte zeigen.

Schimmeliges Brot solltest du entsorgen.

Ein bewährter Tipp ist die Herstellung von Paniermehl. Croûtons oder Brotchips sind eine weitere Möglichkeit, altes Brot aufzuwerten. Wer es mediterran mag, kann aus übrig gebliebenem Brot einen Brotsalat zaubern. Auch für süsse Rezepte eignet sich altes Brot hervorragend: Ein Klassiker ist der French Toast, bei dem in Ei und Milch getränkte Brotscheiben goldbraun angebraten werden. Mit dem süssen Croissantauflauf lassen sich selbst trocken gewordene Croissants verwerten. Dazu werden die Gebäcke in breite Scheiben geschnitten und über Nacht in einem Vanilleguss aufgeweicht, ehe sie mit Beeren, Mandelsplitter und Schokoladenstückchen verfeinert in den Ofen kommen. Mit übrig gebliebenen Schokocroissants wird das Gericht sogar noch schokoladiger!

### Früchte und Gemüse

#### Mehr als nötig

Beim Zubereiten von Gemüse landet oft mehr im Abfall, als eigentlich notwendig wäre. Brokkolistrünke beispielsweise sind keineswegs ungeniessbar – geschält und klein geschnitten, eignen sie sich perfekt für Suppen, Pfannengerichte oder Ofengemüse. Ähnlich verhält es sich mit dem dunklen Teil des Lauchs, der zwar kräftiger im Geschmack ist, aber gehackt und angebraten eine wunderbare Grundlage für Suppen, Eintöpfe oder Quiches bildet. Auch das Kraut von Karotten oder Radieschen sollte man nicht wegwerfen. Es kann als würzige Zutat für Pestos, Suppen oder Salate verwendet werden. Selbst Blumenkohlblätter und -stängel sind essbar – gedünstet oder geröstet entfalten sie ein intensives Aroma. Sogar viele Kürbisschalen, besonders bei Hokkaido-Kürbissen, müssen nicht entsorgt werden, sondern können mitgekocht oder geröstet werden.

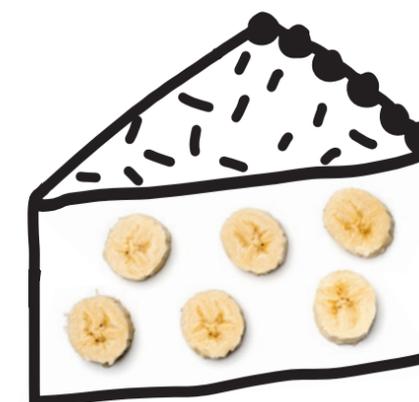
#### Die inneren Werte zählen

Viel Obst und Gemüse entsorgen wir aber auch, weil es nicht mehr knackfrisch ist: Dabei kann schrumpeliges Obst und Gemüse problemlos in Suppen, Saucen, Eintöpfen oder Smoothies, Chutneys, Marmeladen und Dips verarbeitet werden. Überreife Paprika eignet sich beispielsweise ausgezeichnet für die Herstellung von Ajvar, einer Würzpaste aus der Balkanküche. Braune Bananen können hingegen in Kuchen, Keksen und Pancakes verarbeitet werden – aufgrund des hohen Zuckergehalts und der breiigen Konsistenz sind sie in der Küche sogar oft nützlicher als ihre frischen Gegenstücke.

Obst und Gemüse mit schimmlichen Stellen oder fauligem Geruch solltest du entsorgen. Am besten in den Biomüll oder auf den Kompost.

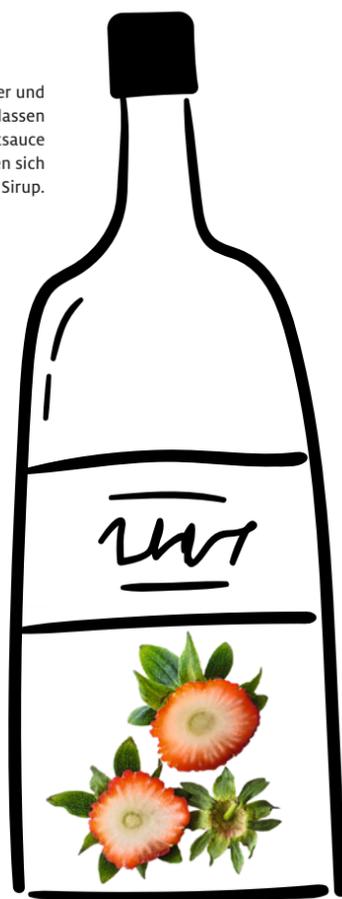
#### Vollständig verwerten

Gerade Wurzeln, Schalen, Stiele und Blätter haben oft eine Fülle an Nährstoffen und sind besonders aromatisch. Darum werden unter dem Begriff «leaf to root» (aus dem Englischen für «vom Blatt zur Wurzel») seit einigen Jahren verschmähte Obst- und Gemüseteile wieder salonfähig gemacht. Der Kreativität sind dabei kaum Grenzen gesetzt, wie das Wiener Restaurant Wildling zeigt: Sie mörsern etwa die gesalzenen und gerösteten Kartoffelschalen und verarbeiten sie zusammen mit aufgeschlagener Butter zu «Kartoffelbutter», einem beliebten Vorspeisengericht.



Braune Bananen können in Kuchen, Keksen oder Pancakes verarbeitet werden.

Die Kelchblätter und Strünke von Erdbeeren lassen sich püriert zu Salatsauce verarbeiten oder eignen sich eingekocht als Sirup.



Es geht aber auch einfacher: Aus Kartoffelschalen lassen sich knusprige Chips zaubern, wenn man die grünen Stellen und die Keime sauber entfernt.

Grundsätzlich kann man die meisten Schalen essen. Oft ist es aber Geschmacksache, wie bei der haarigen Kiwihaut, oder eine Frage der Verträglichkeit, wie bei der Mangoschale, die das Allergen Urushiol enthält.

Die Abschnitte und Schalen von Karotten, Zwiebeln und Sellerie sind eine ausgezeichnete Basis für selbstgemachte Gemüsebrühe. Die Kelchblätter und Strünke von Erdbeeren lassen sich püriert zu Salatsauce verarbeiten oder eignen sich eingekocht als Sirup zum Verfeinern von Desserts, Eiscreme, Cocktails oder Mineralwasser.

Auch die oft entsorgten Kerne vieler Obst- und Gemüsesorten sind eine unterschätzte Ressource: Paprika-, Papaya- und Kürbiskerne können geröstet und mit Gewürzen verfeinert als knuspriger Snack dienen oder Suppen und Salate als Topping aufwerten. Allerdings ist Vorsicht geboten: Nicht alle Kerne sind unbehandelt essbar. Bei Aprikosenkernen

muss zuerst die Blausäure reduziert werden, bevor sie gegessen werden können. Auch Pfirsich- und Kirschkerne enthalten Blausäure.

Informiere dich immer zuerst über die Gemüse- oder Obstteile, die du verarbeiten möchtest. Einige wenige Teile sind nicht zum Essen geeignet, weil sie ungesund oder schwerverdaulich sind.

Zitrusfrüchte wie Orangen oder Zitronen sind wahre Allrounder: Frische Zitruschalen eignen sich ausgezeichnet für «Wasser mit Geschmack» (Neudeutsch: «infused water») oder fruchtigen Tee. Kan-

diert dienen sie der Dekoration von Keksen und Kuchen, und wer die Schalen trocknet, fein reibt und luftdicht aufbewahrt, hat in der Backstube immer Zitrusaroma zur Hand. Selbst das ausgedrückte Fruchtfleisch ist zu schade zum Wegwerfen: Es lässt sich in Eiswürfelformen einfrieren und sorgt später für Ballaststoffe in Smoothies. Püriert verleiht es Salatsaucen eine fruchtige Note oder lässt sich in Kuchen verbaken.

Nutze nur die Schalen von Früchten, die nicht mit Pestiziden oder Wachs behandelt sind, beispielsweise Bioprodukte oder Produkte aus dem eigenen Garten. Die Schale solltest du immer gut waschen.

Experimentierfreudige können Zitruschalen auch verwerten, in dem die Reste zusammen mit Chili und Meersalz zu einer japanischen Kosho-Paste verarbeiten. Oder sie wagen sich an ausgefalleneren Ideen wie eingelegte Kohlrabischalen oder Wassermelonenschalen-Kimchi. Bei Letzterem fermentiert man das vermeintlich geschmacklose weisse Fruchtfleisch der Melone zusammen mit Frühlingszwiebeln, Ingwer, Chiliflocken und -paste.

## Flüssigkeiten aus Konserven

Auch die Flüssigkeiten aus Konserven bieten spannende Möglichkeiten zur Weiterverwendung und eröffnen kreative Wege, Lebensmittelverschwendung zu vermeiden. Der Sud von Gewürzgurken beispielsweise ist ein vielseitiger Helfer in der Küche: Er verleiht Dips und Salatdressings eine würzige Note, eignet sich hervorragend zum Marinieren von Fleisch oder zum Einlegen von Zwiebeln für eine knackige Beilage. Für Mutige bietet sich sogar die Gelegenheit, aus Gurkensud originelle Cocktails wie den Spreewald-Martini oder den Picklebag Shot zu kreieren – und am nächsten Morgen hilft er traditionell als Anti-Kater-Mittel.

Konservenwasser hat oft einen hohen Salz- oder Zuckergehalt. Sei dir dessen bewusst, damit du deiner Ernährung nicht mehr Salz oder Zucker als nötig zuführst.

Die Zuckerlösungen von eingelegten Früchten wie Kirschen oder Pfirsichen sind ebenfalls zu schade für den Abfluss. Sie eignen sich zur Ver-

feinerung von Puddings, als süsse Komponente in Dressings oder – mit Sprudelwasser verdünnt – als fruchtiges Erfrischungsgetränk statt handelsüblichen Süssgetränken.

Nützlich ist auch das Wasser von eingelegten Kidneybohnen oder Kichererbsen, auch als Aquafaba bekannt. Diese pflanzliche und eiweisshaltige Flüssigkeit lässt sich aufschlagen und als Ersatz für Eischnee in veganen Rezepten verwenden – perfekt für Mousse, Bäiser oder Schaumkronen auf Getränken. Darüber hinaus eignet sie sich als natürlicher Saucenbinder, zum Beispiel in einem herzhaften Chili con Carne.



Für Mutige bietet sich sogar die Gelegenheit, aus Gurkensud originelle Cocktails zu kreieren.

## Herzliche Gratulation zum Jubiläum



40 Dienstjahre  
**Hansruedi Rüfenacht**  
1. August  
Bell, Oensingen



35 Dienstjahre  
**Karin Dupper**  
1. Juni  
Hügli, Radolfzell



35 Dienstjahre  
**Rene Kennecke**  
1. Mai  
Hügli, Radolfzell



35 Dienstjahre  
**Alain Weingartner**  
1. Mai  
Bell, Basel



35 Dienstjahre  
**Renato Marni**  
1. Juni  
Hügli, Steinach



35 Dienstjahre  
**Thierry Parmentier**  
1. Juli  
Bell, Basel

## 45 Dienstjahre

- 02.06. **Nicole Schappler** · Bell, Basel  
04.08. **Josef Birrer** · Bell, Zell

## 35 Dienstjahre

- 01.05. **Philippe Haefflinger** · Bell, Basel  
**Frederic Vonesch** · Bell, Basel  
17.05. **Serge Guerrero** · Bell, Basel  
28.05. **Christophe Thiebo** · Bell, Basel  
01.06. **Sylvie Martin-Boh as** · Bell, Basel  
**David Sinniger** · Bell, Basel  
05.06. **Mirjana Grbavac** · Hügli, Radolfzell  
11.06. **Ljubisa Kerculjevic** · Bell, Oensingen  
18.06. **Rolf Gruber** · Hügli, Radolfzell  
01.07. **Ferdinand Müller** · Geiser, Schlieren  
16.07. **Bernhard Olliges** · Bell, Edewecht  
30.07. **Vicky Booth** · H uegli, Redditch  
01.08. **Renee Moyses** · Bell, Basel  
**Vincent Muller** · Bell, Basel  
**Pierre Schertzinger** · Bell, Basel  
27.08. **Michel Schelcher** · Bell, Basel  
01.09. **Dominique Klinzig** · Bell, Basel  
**Maurice Kohler** · Bell, Basel  
**Philippe Salomon** · Bell, Basel  
24.09. **Urs Wechsler** · Bell, Zell

## 30 Dienstjahre

- 01.05. **Isolde Bäuerle** · Hügli, Radolfzell  
**Thomas Bodenmann** · Hügli, Steinach  
**Philippe Devidal** · Bell, Cheseaux  
02.05. **Caroline Gerig** · Geiser, Zürich  
**Tarkan G unes** · Bell, Basel  
**Mar a  ngeles Sierra** · Granovita, La Vall d'Uix o  
08.05. **Mark Milici** · Bell, Zell  
22.05. **Eric Eckert** · Bell, Basel  
01.06. **Gilles Schmitt** · Bell, Basel  
**Stefanie Stange** · Bell, Basel  
06.06. **Boban Markovic** · Bell, Basel  
**Mustafa Mermer** · Eisberg, Dällikon  
09.06. **Pascal Studer** · Bell, Cheseaux  
12.06. **Martial Vogt** · Bell, Basel  
15.06. **Christina Albisser** · Bell, Zell  
**Isaltina Maria Mateus Rebelo Figueira** · Eisberg, Dällikon  
01.07. **Urs Wälti** · Bell, Zell  
03.07. **Jörg Brucker** · Hügli, Radolfzell  
**Nermine Halili** · Eisberg, Dällikon  
10.07. **Thomas Böhler** · Geiser, Schlieren  
**Andr  Kurt** · Bell, Oensingen  
14.07. **Selim Sadikaj** · Eisberg, Dällikon  
17.07. **Therese Assala** · Eisberg, Dällikon  
**Robert Frei** · Bell, Basel  
24.07. **Waldemar Keilbach** · Hügli, Radolfzell  
**Claudia Kobler** · Hubers Landhendli, Pfaffst att  
27.07. **Jean-Pierre Gschwind** · Bell, Basel  
01.08. **Joelle Blanchard** · Bell, Virieu-le-Grand  
**Imke Glocker** · Hügli, Radolfzell  
**Klaus Mettler** · Bell, Edewecht  
**Jürgen Werkle** · Hügli, Radolfzell  
07.08. **Manuela Suter** · Eisberg, Dällikon  
17.08. **Am lia Da Conceicao Faria Oliveira** · Eisberg, Dällikon  
28.08. **Flavien Guerin** · Bell, Basel  
01.09. **Sandra Joos** · Hügli, Radolfzell  
**Ulrich Leitenmayer** · Hügli, Radolfzell  
**Denis Schwartz** · Bell, Basel  
**Andrea Ziegler** · Inter-Planing, Langenhaslach  
07.09. **Ferit Citir** · Eisberg, Dällikon  
20.09. **Marius Kozak** · Hügli, Radolfzell  
25.09. **Alexandra Carreiras Anacleto** · Hügli, Radolfzell

## 25 Dienstjahre

- 25.04. **Helene Ballet** · Bell, Saint-Symphorien-sur-Coise (*Nachtrag*)  
01.05. **Satheeskumar Arunthavarajah** · Bell, Zell  
**Martin Birrer** · Bell, Zell  
**Stefan Cautillo** · Hügli, Steinach  
**Bernhard Ernst** · Geiser, Schlieren  
02.05. **Olga Fuss** · Bell, Harkebr ugge  
03.05. **Romana R u i kov a** · Hügli, Z asmuky  
08.05. **Jose Vilela** · Bell, Seevetal  
**Prapahary Yogeswaran** · Bell, Zell  
09.05. **Severine Ricoire** · Bell, Saint-Symphorien-sur-Coise  
10.05. **Krist Gjoka** · Bell, Zell  
17.05. **Nirmaladevy Yejamogan** · Eisberg, Dällikon  
29.05. **Revathy Valentine** · Bell, Zell  
02.06. **Natalie Obermann** · Bell, Harkebr ugge  
13.06. **Valerij Vilgauk** · Hügli, Radolfzell  
14.06. **Janusz L owenau** · Bell, Seevetal  
15.06. **Uthayakumar Vallipuram** · Bell, Oensingen  
19.06. **Gerhard Aicher** · Hubers Landhendli, Pfaffst att  
26.06. **Mohan Kandiah** · Eisberg, D allikon  
28.06. **Nihad Hasanovic** · Frisch Express, Pfaffst att  
30.06. **Victor Rinus Solomon** · Bell, Zell  
01.07. **Muharrem Kutbay** · Eisberg, D allikon  
**Walter Schwegler** · Bell, Zell  
03.07. **Nijazi Murseli** · Eisberg, D allikon  
**Karlheinz Senn** · Hügli, Radolfzell  
**Sabine Vogel** · Hügli, Hard  
05.07. **Eugenio Corigliano** · Bell, Fuensalida  
**Munira Hasanovic** · Eisberg, Essert-sous-Champvent  
10.07. **Catarina Da Fonseca Ribeiro Bastos** · Bell, Basel  
**Marcia Da Silva Ferreira** · Bell, Basel  
17.07. **Maria Gracinda Lopes Bastos Ribeiro** · Bell, Zell  
**Paramathas Paramanandan** · Bell, Zell  
**Muhunthan Thanabalasingham** · Eisberg, D allikon  
01.08. **Eugenio Corigliano** · Eisberg, Essert-sous-Champvent  
14.08. **Somboon Müller** · Bell, Oensingen  
15.08. **Sergio D'Inc a** · Eisberg, Dällikon  
25.08. **Rosalia Marchetta** · Hügli, Radolfzell  
28.08. **Angela Migliaccio** · Hügli, Radolfzell

Einige unserer Jubilarinnen und Jubilare haben auf ein Foto verzichtet. Das respektieren wir selbstverständlich, schliesslich ist ein solcher Meilenstein auch ohne Bild etwas ganz Besonderes.



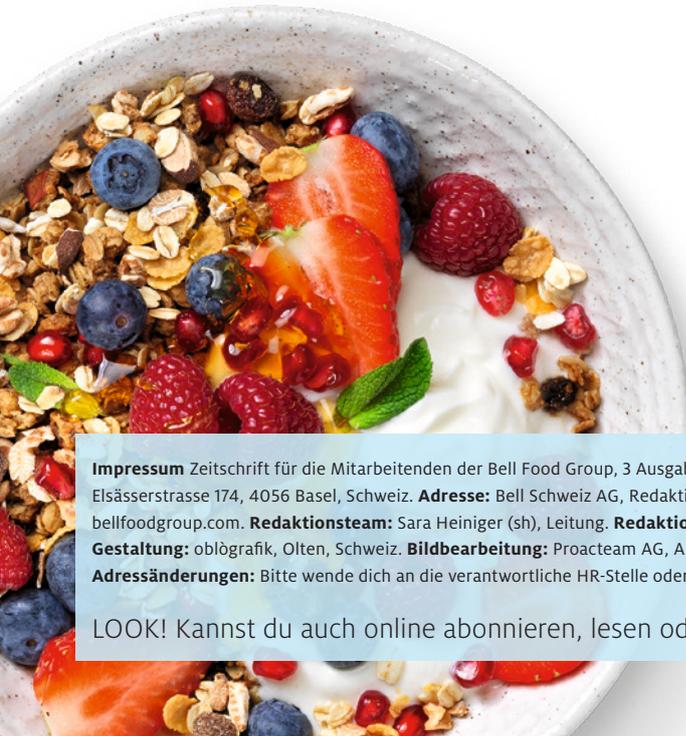


Deine Stimme ist uns wichtig!

## **Was hat dir an dieser LOOK! am besten gefallen?**

LOOK! soll für dich ein Lesegenuss sein. Darum sind wir an deiner Rückmeldung interessiert: Was nimmst du persönlich mit aus dieser Ausgabe? War es ein bestimmter Artikel? Hat dich ein Foto besonders angesprochen? Oder ist dir einfach ein einzelnes Zitat in Erinnerung geblieben?

**Teile es uns mit, damit wir die LOOK! laufend verbessern können. Einfach den QR-Code einscannen und in 2–3 Minuten den Fragebogen ausfüllen.**



**Impressum** Zeitschrift für die Mitarbeitenden der Bell Food Group, 3 Ausgaben pro Jahr, Nr. 1/2025, April 2025, 31. Jahrgang. **Herausgeber:** Bell Food Group AG, Elsässerstrasse 174, 4056 Basel, Schweiz. **Adresse:** Bell Schweiz AG, Redaktion LOOK!, Postfach 2356, 4002 Basel, Schweiz. Tel. +41 58 326 2447, [look@bellfoodgroup.com](mailto:look@bellfoodgroup.com), [bellfoodgroup.com](http://bellfoodgroup.com). **Redaktionsteam:** Sara Heiniger (sh), Leitung. **Redaktionelle Unterstützung:** Michaela Rosenbaum (mr), Adrian Portmann (ap). **Gestaltung:** obliögrafik, Olten, Schweiz. **Bildbearbeitung:** Proacteam AG, Allschwil, Schweiz. **Druck:** merkur medien ag, Langenthal, Schweiz. Gedruckt auf FSC-Papier. **Adressänderungen:** Bitte wende dich an die verantwortliche HR-Stelle oder Personalabteilung.

LOOK! Kannst du auch online abonnieren, lesen oder herunterladen unter [look.bellfoodgroup.com](http://look.bellfoodgroup.com)