



Kommt essen! So macht kochen wieder Spaß

Limehühnchen mit Cashewnüssen. Die Rezepte kommen aus Schweden und sind auf den deutschen Geschmack angepasst.

Wer Beruf und Familie vereinbaren will, muss viele Abstriche machen. Aber nicht mehr beim Essen. Die Schwedin Lisa Rentrop hat mit „KommtEssen“ einen „klimaschlauen“ Einkaufsservice gegründet, der jetzt auch Lübeck beliefert.

Viele Familien kennen das: Beide Partner arbeiten. Abwechselnd bringen sie die Kinder zur Schule, holen sie ab, kümmern sich um Hausaufgaben und Haushalt. Was an einem ausgefüllten Tag oft zu kurz kommt, ist die Essensplanung, das Einkaufen, das Kochen. Die Hersteller von Tiefkühlkost, Convenience-Produkten und der Pizzaservice leben davon. Dabei ist eine ausgewogene Ernährung besonders wichtig. Und eine ausgewogene Ernährung

heißt, abwechslungsreich und mit frischen Produkten kochen.

Vorbild Schweden

Lisa Rentrop kennt das auch. Die Schwedin lebt mit ihrer Familie in Hamburg. „Ich habe mich gewundert, wie fortgeschritten Schweden im Vergleich zu Deutschland ist“, sagt die 38-Jährige. In ihrem Heimatland wird viel für Familien getan, damit sie Beruf und Privatleben in Ein-

klang bringen können. Da ist es kein Wunder, dass ausgerechnet in Schweden die Idee für „KommtEssen“ entstand, die Lisa Rentrop nach Deutschland geholt hat.

Essen für eine Woche

„KommtEssen“ ist ein Lieferservice. Er liefert die Zutaten, die Rezepte und jede Menge Tipps für die kulinarische Wochenplanung. Die Menge ist für eine durchschnittliche, vierköpfige Familie bemessen,

die sich an jedem Tag ein Essen kocht. Die Lieferung ist auf fünf Wochentage ausgerichtet.

Montag steht Zitronenlachs auf dem Speiseplan, Dienstag Limehühnchen mit Cashewnüssen. „Viele Rezepte stammen aus Schweden, sind aber auf den deutschen Geschmack abgestimmt“, sagt die Schwedin.

Montag wird gepackt

Die gesamte Verwaltung und Administration läuft über das Internet. Bestellt ein Kunde, fließen die Daten in die Kundendatenbank ein und melden die Menge an alle Stationen, die es wissen müssen. Lisa Rentrop arbeitet mit mehreren Großhändlern zusammen, die die Waren ganz frisch am Montag in ihr Kühlhaus bei Hamburg anliefern. Ein Computerprogramm errechnet, wie die Tüten gepackt werden und in welcher Reihenfolge sie ausgeliefert werden müssen. „Über einen Zugang auf der Internetseite von ‚KommtEssen‘ kann jeder Kunde sein Abo selbst administrieren“, sagt Lisa Rentrop. Er kann die Bezahlmethode wechseln, seinen Urlaub melden und seine Adressenänderung bekanntgeben.

Nach Lübeck kommt München

Montag ist Großkampftag in Lisa Rentrops Unternehmen. Dann wird angeliefert, gepackt, verladen und die Strecke festgelegt, die die Fahrer an diesem Tag nehmen müssen. Ausgeliefert wird immer am Montag, egal wo der Kunde wohnt. Die Strecke ist immer anders, denn „KommtEssen“ wächst schnell. Nach Hamburg werden nun auch Lübeck

und die Orte dazwischen beliefert. Demnächst ist München dran, dann mit einer eigenen Logistik rund um ein Kühlhaus in der bayerischen Metropole.

Viele Zutaten sind bio

Lisa Rentrop ist Umweltingenieurin. „Ich hätte das nicht studiert, wenn mir Umweltschutz nicht ein wichtiges Anliegen wäre“, sagt sie. So hat sie ihren Service von Anfang an umweltschonend ausgerichtet. Viele Zutaten sind bio, die Kartoffeln zum Beispiel, Möhren und Paprika. Mindestens sieben Produkte sind jede Woche „bio“.

Fisch steht im Einklang mit

den Forderungen des WWF an eine nachhaltige Fischerei. Deshalb gibt es keine Rezepte mit Thunfisch. Die Waren kommen, wann immer es geht, aus der Region. Und die Rezepte sind so ausgelegt, dass saisonal gekocht wird. „Klimaschlau“ nennt Lisa Rentrop das.

Hohen Anspruch vorgelegt

Dass gute Geschäftsideen schnell kopiert werden, weiß Lisa Rentrop. „Das habe ich in Schweden gesehen. Aber unser Anspruch an die Qualität ist hoch, der lässt sich nicht leicht kopieren.“

Informationen unter: www.kommtessen.de



Zwei Tüten mit frischen Zutaten, dazu pffiffige Rezepte und nützliche Tipps rund ums Essen, Kochen und Aufbewahren: „KommtEssen“ hat sein Vorbild in Schweden.



Lisa Rentrop ist die Gründerin von „KommtEssen“. Sie hat das Geschäftsmodell entdeckt und es in Deutschland umgesetzt. Ab sofort steht auch Lübeck auf dem Fahrplan.