

SmartCooking – Der Ernährungscoach in der Tasche

Fachgebiet: Innovative Business Creation

Betreuer: Prof. Heiner Kaufmann

Experten: Prof. Daniel Huber (BFH), Prof. Elmar Mock (Creaholic)

Zwei MBA Studenten der Berner Fachhochschule haben ein Konzept für eine App im Ernährungsbereich entwickelt. Damit wollen sie erreichen, dass sich die Menschen einfacher, gesünder und genussvoller ernähren können.

Die neuartige App auf dem Smartphone ist immer verfügbar und unterstützt uns mit ihrer einfachen und schnellen Oberfläche bereits bei der Planung der Mahlzeiten. SmartCooking kann Vorschläge zu Mahlzeiten, welche gesund, saisonal und an unsere Wünsche angepasst sind, generieren. Durch einfache Angabe der teilnehmenden Personen können die Mengen skaliert und danach automatisch eine Einkaufsliste generiert werden. Diese kann leicht angepasst und mit anderen Haushaltbewohnern gemeinsam benutzt werden. Nicht erwünschte oder nicht erhältliche Zutaten können substituiert werden. Im Verkaufslokal kann uns die App optimal durch die Gänge führen und gegebenenfalls auf relevante Aktionen hinweisen. Dadurch sind wir zielbewusster und schneller beim Einkaufen.

In der Küche wechseln wir vom Smartphone auf den Tablet-PC und holen uns auch zum Kochen Unterstützung. Wir können Rezepte auf verschiedene Weisen darstellen und je nach unseren Fähigkeiten mehr oder weniger detaillierte Informationen und Anweisungen anzeigen lassen. Mengenangaben können wir skalieren oder in andere Masseinheiten umrechnen. Zeitangaben können mit einem einfachen antippen einen Timer auslösen. Wir können uns aber auch detaillierte Informationen über die enthaltenen Ernährungswerte anzeigen lassen. Auch wer auf dem Markt unverpacktes Frischgemüse kauft, kann somit über Informationen wie die eingenommenen Nährwerte (Kalorien, Fette, Kohlenhydrate etc.) verfügen. Dies macht die App besonders auch für Menschen attraktiv, welche Diäten einhalten oder aus religiösen oder gesundheitlichen Gründen (z. B. Diabetes) auf bestimmte Lebensmittel verzichten müssen.

Unterstützung statt Überforderung

Wir Menschen sind heutzutage bereits bei der Planung und dem Einkaufen überfordert: Wir verfügen oft nicht mehr über ein aktives Wissen über das Kochen und die Ernährung – konfrontiert mit der unglaublichen Fülle des Angebots eines Einkaufszentrums reagieren wir deshalb mit Ablehnung. Wer sich nicht vor dem Betreten des Einkaufszentrums bewusst mit der Planung seiner Mahlzeiten auseinandergesetzt hat, wird durch die vielen Entscheidungen und Einflüsse stark ermüdet. Wir lassen uns daher gerne von den Bildern der Fertiggerichte verleiten und kaufen eintönige und ungesunde Fertigware. Die Folgen sind eine Ernährung, welche nicht optimal auf unsere Lebensart abgestimmt sind, im Verhältnis zu teuer sind, zu viel Abfall produzieren und wenig Freude bereiten.

Ernährung mit Genuss und Verstand

Verschiedene Megatrends, wie zum Beispiel die Industrialisierung der Landwirtschaft, den Eintritt der weiblichen Bevölkerung in die Arbeitswelt ausserhalb des eigenen Heimes, die kontinuierliche Verkleinerung der Haushaltsgrössen etc., haben dazu geführt, dass wir uns mit immer weniger Zeit und weniger aktivem Wissen um unsere eigene Ernährung kümmern. Fertiggerichte, Convenience Food, Functional Food sowie mobile Verpflegung sorgen dafür, dass wir die Ernährung als nötige, aber freudlose Aktivität wahrnehmen. Auch die soziale Komponente einer gemeinsam zubereiteten und eingenommenen Mahlzeit geht damit verloren, da die Menschen der Ernährung nur noch wenig ihrer Zeit zur Verfügung stellen.



Iwan Müller



Christian Schneider