

Dinner for

1

Gerade auch alleine sollte man sich etwas gönnen und es sich am Tisch schön machen, z. B. mit Produkten von Ferm living



Jeder Fünfte in Deutschland lebt aktuell allein - Tendenz steigend. Weniger Menschen möchten sich durch eine Partnerschaft binden, bevorzugen allein in einer eigenen Wohnung zu leben, haben einen Zweitwohnsitz in der Nähe ihrer Arbeit, da sie nicht täglich pendeln können, oder beginnen in einer fremden Stadt zu studieren.

VOR ALLEM IN Großstädten ist der Anteil besonders hoch - und das über alle Altersgruppen hinweg. Die Menschen zieht es in die großen Städte wegen der besseren Infrastruktur, vielfältigen Kultur- und Freizeitangebote, dem großen Angebot an Versorgungseinrichtungen bei der Organisation und Gestaltung ihres Alltages, mehr Arbeitsmöglichkeiten usw. Eine zentrale Lage in einer großen Stadt ist heute dabei vielen wichtig. Da der Wohnraum in Städten aber immer knapper wird und dadurch auch teurer, werden die Wohnungen immer kleiner. So sind die Wohnungen in München im Durchschnitt gerade mal 32 Quadratmeter groß. Eine großzügig gestaltete Küche oder eine freistehende Badewanne, wie es gerne in Hochglanz-Magazinen gezeigt wird, haben da keinen Platz. Mit Glück hat man eine

separate Kochnische, oftmals gibt es aber nur einen Multifunktionsraum, in dem gekocht, gegessen und geschlafen wird.

KLEIN UND FEIN

Von daher ist klar, dass der Haushalt für solche Singles zweckmäßig und klein gehalten sein muss. Es müssen praktische Lösung her, die kochen, kühlen, spülen, vorbereiten, lagern und entsorgen gewährleisten. Ein Herd mit nur zwei statt vier Kochplatten, ein kleinerer Ofen, ein kleiner Kühlschrank und wenige Regale und Schränke. Systemküchen statt Küchenzeilen-Einheitslösungen sind hier gefragt, um auch auf kleinstem Raum individuelle Bedürfnisse des Benutzers stillen zu können. So besteht die „Concept Kitchen“ von Naber, die von Designer Kilian Schindler entwickelt wurde, aus derzeit fünf verschie-

denen Modulen, die nach Belieben flexibel angeordnet werden können: Arbeitsfläche mit integrierter Kochfläche, Spülzentrum, Butcher-Block, Lagerregal und Technik-Tower. Zudem können Singles Unmengen an Geräten einfach nicht unterbringen; da sind Multifunktionsgeräte und -produkte die perfekte Lösung. Beim Combi-Set von Silit kaufe ich Topf und Pfanne, die einzeln verwendet werden können, aber die Pfanne kann auch als Deckel für den Topf verwendet werden, frei nach dem Motto: „Zwei sind heute drei!“ Bei der Kastenform „Merlin“ mit Silikoneinteiler von Städter kann der Kuchenbäcker entweder zwei verschiedene Kuchen gleichzeitig in einer Form backen oder aber die Kuchengröße ganz individuell anpassen - einen Minikuchen, wenn er alleine is(s)t und größer wenn Besuch kommt.

GESUND ESSEN TO GO

Mit den Produkten von Aladdin kann ich sogar meine selbstgekochte Suppe sicher zum Arbeitsplatz transportieren

Alleine gemütlich Fondue und Raclette genießen, können Singles mit den Produkten von Boska





Combi-Set von Silit, weil viele Küchen heute klein und praktisch angelegt sein müssen. Einzeln verwendbar für mehrteilige Mahlzeiten oder mit der Pfanne als Deckel als geschlossene Einheit.

BUNTER EYCATCHER

Den Single-Breadboy von Wesco gibt es vielen trendigen Farben und wird von daher bestimmt nicht im Schrank versteckt



Außerdem sollten die Küchengeräte und -produkte möglichst wenig Platz einnehmen. Wofür eine große Kaffeemaschine, wenn ich nur eine Tasse trinke? Mit „Unplugged“ von Koziol kann ich einzelne Tassen mit aromatischen Filterkaffee zubereiten ohne Müll mit teuren Kapseln zu produzieren. Filtertüte, gemahlener Kaffee und heißes Wasser – mehr braucht es nicht für den vollendeten Genuss. Alles ohne komplizierte Technik und aufwendige Pflege und die Filtertüten samt Kaffeesatz sind sogar kompostierbar.

KOCHEN LOHNT

Jeder, und vor allem Singles, kennt das Problem: „Was koche ich wohl heute?“ Tiefkühl-Pizza, Dosensuppe oder andere Fertigprodukten für Mikrowelle oder Backofen sind natürlich einfach gemacht. Wenig Zeit und mangelnde Ideen lassen viele zu Fastfood-Junkies werden. Aber was in diesen Fertigge-

richten so alles drin ist, möchte man lieber nicht wissen. Es ist ungesund und die Figur leidet auch meist. Da gilt es oftmals den inneren Schweinehund zu überwinden und selber vernünftig zu kochen. Viele Singles glauben auch, dass es sich nicht lohnt für eine Person alleine zu kochen. Also muss Rat und Motivation her.

Bücher wie „Single Rezepte schnell und einfach!“, „Küchensolo: Schnelle Gerichte für 1 Person“, „Ich koch` mir was: Rezepte für 1 Person - und nichts bleibt übrig“ bringen einige wesentliche Probleme beim Kochen für eine Person auf den Punkt: alleine kochen macht den meisten nicht so viel Spaß, also soll es schnell gehen. Und: schaffe ich es so zu kochen, dass nichts übrig bleibt? Nicht immer ist es möglich, in so kleinen Mengen zu kochen, wie ich sie verspeise. Wenn ich eine Dose Tomaten öffne, dann macht es Sinn, diese auch komplett aufzubrauchen.

Aber drei Tage hintereinander das gleiche essen, macht auch nicht wirklich Spaß. So steht in der Rezension bei einem Single-Kochbuch: „Hier wird ganz konkret und in vielen Details auf die Bedürfnisse des Single-Haushalts eingegangen: Es gibt jede Menge praktische Tipps zur Aufbewahrung und Haltbarkeit von angebrochenen Packungen, außerdem gibt jedes Rezept Hinweise zur Weiterverwertung von unvermeidbaren Resten. Das größte Problem der Single-Küche, dass viele Zutaten nicht in 1-Portion-Mengen zu kaufen sind, wird hier ernst genommen.“ Dieser Autor hat sich also mit den Bedürfnissen und Wünschen seiner Zielgruppe auseinander gesetzt und bietet Lösungen. Auch Industrie und Handel müssen sich für die wachsende Zahl der Singles als Problemlöser verstehen. Es gilt Vorschläge anzubieten, die z. B. das Kaufen größerer, günstigerer Verpackungen sinnvoll machen, indem



„Singles kochen max. fünf Minuten für sich, aber gerne fünf Stunden für Gäste.“

(Uwe Linke, Wohnpsychologe)

geöffnete Lebensmittel haltbar aufbewahrt werden können und auf Vorrat Gekochtes komfortabel, portionsweise eingefroren werden kann, so dass der Single das Gericht später einfach wieder aufwärmen kann. Ein weiteres wichtiges Thema ist, dass Singles viel unterwegs sind. Wie können sie ihr (selbstgekochtes) Essen zum Arbeitsplatz, in die Bahn usw. mitnehmen, und es sieht stylisch und nicht altbacken aus?

oder Mülleimer verstecken, wenn sie im tollen poppigem Limegreen, Lemonyellow, Pink ... daher kommen, wie Single Breadboy und Single Master von Wesco. Und gerade beim alleine essen am Tisch sollten es sich Singles schön machen, damit das essen nicht nur zum Hungerstillen degradiert wird, sondern auch Spaß macht. Das kann ganz einfach eine hübsche Tasse sein, die der Single-Frau aufmunternd zeigt, dass sie bezaubernd und sexy ist, und dem Single-Mann bestätigen, was für ein total cooler, starker Typ er ist. Mit dem Havana Miniclette von Boska kann man auch alleine racletten und mit dem Havana Fondue-Set für sich alleine Käse oder

HANDGEBRÜHT

Unplugged von Koziol setzt bewusst auf neue Einfachheit und verzichtet gänzlich auf komplizierte Technik oder teures Zubehör wie Pads und Kapseln. Jede Tasse kann nach eigenem Gusto zubereitet werden

SICH SELBST VERWÖHNEN

Die Küche sollte aber nicht nur als Versorgungsstätte betrachtet werden, sondern auch als optisches Highlight. Warum Brotkasten

Müll-Entsorgung in sonnigem Gelb hebt die Laune mit dem Single Master von Wesco



MODERNE MODULKÜCHE

Die „Concept Kitchen“ der Firma Naber bietet flexible, stetig änderbare Module statt Küchenzeilen-Einerlei. Eine Ästhetik der Einfachheit, Vielfältigkeit und Lebendigkeit.



In kleinen Wohnungen ist nicht viel Platz für die Essecke. Funktional, platzsparend und doch gemütlich sollte sie sein, wie bei Littala

HEISS GEMACHT

Ein kleiner Wasserkocher reicht im Einpersonenhaushalt. Jacob Jensen setzt dabei auf hippe Metalltöne und puristisches Schwarz. Weise, wenn man bedenkt, wie viele männliche Einpersonenhaushalte es gibt.



Schokolade schmelzen. Für verspielte Zeitgenossen gibt es das liebevoll gestaltete Eisenbahn-Frühstücksset von Neue Freunde aus Frankfurt am Main. Da kann man während des Essens ein bisschen mit dem Zug hin und her fahren durch den Henkel der Tasse durch. Standard Holzschienen lassen sich zudem an die Brettchen problemlos anbauen. Zum Nachmittagskaffee kann es dann der Cupcake sein, der buchstäblich in einer Tasse daher kommt und in der Backform serviert werden kann. Die passende Lektüre: „Single-Frau wählt Single-Mann ... und schaut sich seine Wohnung an“, in der Uwe Linke sehr anschaulich an Beispielwohnungen erklärt,

welche Signale der jeweilige Bewohner mit seiner Einrichtung aussendet. Sehr interessant, um potentielle Partner charakterlich einschätzen zu können, und aber auch zu sehen, was man selber mit seiner Wohnung aussagt.

SINGLE LÖSUNGEN

Wir haben heute wenig Zeit. Wir wollen uns nicht auf große Einkaufsabenteuerreise in die Geschäfte begeben, nur um uns eine Mahlzeit zuzubereiten und unseren Alltag zu bewältigen. Bieten Sie Ihren Kunden von daher Problemlösungen und Hilfestellungen. Vielleicht veranstalten Sie einen Kochabend für Singles

und zeigen, wie man schnell und einfach leckere gesunde Gerichte zaubern kann. Zeigen Sie, was auf Vorrat gekocht werden kann, für was Reste verwendet werden können und wie Reste haltbar gemacht werden. Präsentieren Sie doch auf einer eigenen Fläche, welche kleinen Geräte, hilfreiche Produkte und schöne Dinge es für Singles gibt, die ihnen so richtig viel Spaß in der Küche bringen und ein Lächeln ins Gesicht zaubern, wenn sie am Tisch sitzen.

*TRENDagentur Gabriela Kaiser,
www.trendagentur.de*



FÜR SINGLE-NASCHKATZEN

Cupcakes sind eine tolle Lösung für alleinstehende Kuchenliebhaber. Mit der richtigen Backform von Birkmann können sie vom Ofen direkt auf den Tisch serviert werden



Durchblick

Das Buch erklärt anhand von zehn Wohnungsbeispielen zehn typische Männerthemen. Mann gestaltet seinen Lebensraum scheinbar instinktiv, aber warum meidet er Farben, liebt Holz oder eine kuschelige Beleuchtung? Bindungsbereitschaft, Nähe und Distanz, Vertrauen, Neurosen und Harmoniebedürfnis sind nur einige Aspekte, die sich an der Art der Einrichtung ablesen lassen.