COMMUNITY COOKING DIE GAZETTE

Caritas &Du



INHALT

03
Community Cooking
Wie alles begann

04
Interview mit dem Team Ein Blick hinter die Kulissen

06
Essay
Warum braucht es Gemeinschaftsküchen?

07
Nachhaltige Küchenpraxis
Sozial und ökologisch

08
Rezepte
Ein Best-of der letzten 10 Jahre

14
Zitate & Stories
Stimmen aus der Community

Caritas Stadtteilarbeit
www.caritas-stadtteilarbeit.at

Da ist was am Köcheln ...

Impressum
Texte: Katharina Kirsch-Soriano da Silva, Lisa Plattner, Christina Gugerell, Tamara Schwarzmayr, Stefan Unger, Nadia Filipova, Nadia Abdelkhalek, Beatriz Harder de Oliveira, Olouchi Okorafor, Kamela Istafio, Fadime Burga, Mahdi Raschwani
Mitgestaltung: Houyem Snene, Salwa Salib, Vera Pilipovic, Joseph Manuel
Layout: Ben Havlicek
Fotos: Mariana Kosovan, Christina Gugerell, Marlene Fröhlich, Masha Lind, Verena Melga, Freepik, Caritas
Druck: Markus Putz Printagentur
Auflage: November 2025

Für den Inhalt verantwortlich:
Caritas der Erzdiözese Wien
Albrechtskreithg.19–21, 1160 Wien



Liebe Leser*innen,

diese Gazette ist anlässlich des zehnjährigen Jubiläums des Projekts Community Cooking im Kulturhaus Brotfabrik entstanden. Zehn Jahre, in denen gekocht, gelacht, geteilt und gelernt wurde – gemeinsam mit Menschen aus aller Welt.

Der Name „Gazette“ wurde bewusst gewählt. Er steht für ein kleines, feines Nachrichtenblatt, das Geschichten, Neuigkeiten und Einblicke bündelt. Genau das tut auch diese Ausgabe: Sie blickt zurück auf die Anfänge von Community Cooking, erzählt Geschichten aus dem Küchenalltag, präsentiert eine Auswahl an Rezepten von Freiwilligen und ehemaligen Mitarbeiter*innen und zeigt in einer Fotostrecke die Vielfalt der Formate und Menschen, die die Gemeinschaftsküche zu dem besonderen Ort machen, der sie heute ist. Außerdem gibt die Gazette einen Einblick in die gelebte ökologische und soziale Nachhaltigkeit in der Küche und wirft nicht zuletzt die Frage auf: Warum braucht es eigentlich Gemeinschaftsküchen?

Viel ist in dieser Zeit passiert: Aus einer Idee wurde ein lebendiger Ort der Begegnung. Heute steht Community Cooking für Vielfalt, gemeinsames Engagement und die Freude am Miteinander – beim Kochen, Essen und darüber hinaus.

Wir feiern zehn Jahre und sagen: Danke an alle, die Teil dieser Geschichte sind!

Herzlichst,
das Community Cooking Team

Community Cooking
im Kulturhaus Brotfabrik
Absberggasse 27,
1100 Wien

Community Cooking

Eine ehemalige Brotfabrik wird zum lebendigen Ort der kulinarischen und kulturellen Vielfalt.

Wie hat Community Cooking eigentlich begonnen?
Inspiration war das Programm *Ministry of Food* der *Jamie Oliver Food Foundation* in Großbritannien. Die Idee dort war, ein eigenes Ministerium für gesunde Ernährung zu schaffen und gleichzeitig ein Outreach Programm mit Community Küchen zu starten - in Gebieten, die mit sozialen Benachteiligungen konfrontiert sind, und wo geschulte Trainer*innen Zugänge zum Kochen von frischen und schmackhaften Speisen vermitteln.

In Wien ist das Kretaviertel in Favoriten ein solches Gebiet. Es weist in seinen sozialräumlichen Charakteristiken im Vergleich zur Gesamtstadt niedrigere Einkommen sowie hohe Anteile an Bewohner*innen mit Migrationsgeschichte auf. Gleichzeitig ist das Viertel einer der multikulturellsten Stadtteile – und damit auch ein sehr reicher Stadtteil. Reich an Kulturen, Erfahrungen, Talenten und Alltagswissen. Die alte Ankerbrotfabrik, in der mehr als 100 Jahre Brot erzeugt wurde und die eine der wichtigsten Arbeitsstätten im Stadtteil war, legte zu Beginn der 2000er Jahre einen Teil ihrer Produktionsstätten still. Für die Caritas war dies der ideale Ort, um hier ein Community Zentrum aufzubauen, das auch die Tradition des Orts, das Backen und Produzieren von Speisen und Lebensmitteln, fortsetzte.

So entstand das Kulturhaus Brotfabrik, das heute vielfältige Angebote der Caritas beinhaltet: von der magdas Kantine und Community Cooking, über ein Lerncafé und ein auch konsumfrei nutzbares Foyer, bis zu den Kunst- und Sozialprojekten superar und Tanz die Toleranz sowie einem CoWorking Space und dem im Dachgeschoss angesiedelten Ankersaal, in dem mittlerweile das ganze Jahr über verschiedene Veranstaltungen stattfinden. Die feierliche Eröffnung dieser neuen Nutzung von Teilen der ehemaligen Fabrik als soziokulturelles Zentrum erfolgte im Herbst 2014.

Wie Menschen aus verschiedenen Kulturen Community Cooking gestalten.
Mit dem Frühjahr 2015 begann das Team von Community Cooking seine Tätigkeit. Besonders war von Anfang an, dass Menschen aus verschiedenen Kulturkreisen involviert und qualifiziert wurden, um dann selbst die Gemeinschaftsküche federführend mitzugestalten. Aus unterschiedlichen Communities kommend, erreichen sie viele weitere Menschen und laden diese in die Küche ein. Die Gemeinschaftsküche wird so zu einem lebendigen Ort, der vielfältige Möglichkeiten des Mitmachens eröffnet: Offene interkulturelle Kochrunden, Kochangebote für verschiedene Generationen, Ausborgen der Küche durch Gruppen aus der Nachbarschaft und Team Building Events. In den ersten Jahren brachte die Caritas auch eine Kooperation mit der *Jamie Oliver Food Foundation* in die Gemeinschaftsküche nach Wien. Mittlerweile hat unser interkulturelles Team der Caritas Stadtteilarbeit den Ansatz des Community Cooking selbst weiterentwickelt und ihm seine eigenen Charakteristika gegeben.

Community Cooking verbindet dabei gesunde Ernährung und ökologische Nachhaltigkeit mit der Förderung von Community Building und Begegnung. Über die Jahre haben wir uns mit vielfältigen thematischen Schwerpunkten beschäftigt: Welche Rezepte aus verschiedenen Kulturen bringen wir in die Küche? Wie sieht gesunde Ernährung aus? Was hat unsere Ernährung mit dem Klima zu tun, und wie können wir lokale Lebensmittelkreisläufe stärken? Wie vermeiden wir Lebensmittelverschwendung, und wo können wir nachhaltig einkaufen? Wie stärken wir Ernährungssouveränität und unterstützen gesell-schaftliche Inklusion und Zugangsmöglichkeiten für vulnerable Gruppen? Mit unserer mobilen Küche sind wir dabei auch aufsuchend in öffentlichen Räumen und Parks unterwegs.

Welche Highlights aus zehn Jahren Community Cooking blieben besonders in Erinnerung?
Ein besonderes Highlight war sicherlich, als uns 2022 das niederländische Königspaar gemeinsam mit dem österreichischen Bundespräsidenten und seiner Frau besuchte und Community Cooking auch international in den Medien war. Aber eigentlich gibt es jede Woche leuchtende Momente in unserer Küche. Jede Woche begegnen wir bekannten und neuen Gesichtern bei Community Cooking. Jede Woche kommen Menschen zu uns, kochen und essen miteinander, verständigen sich über das gemeinsame Tun und über verschiedene Sprachen hinweg. Gerade



Menschen mit Flucht- oder Migrationsgeschichte finden bei uns niederschwellige Gelegenheiten, einfach vorbeizukommen, sich zu beteiligen und so auch neue Kontakte und Netzwerke zu knüpfen. Gleichzeitig können sie auch eigene Rezepte mitbringen und so in ihrem Alltag, in dem sie ansonsten auch Diskriminierungen und Hürden erfahren, eine alternative Rolle einzunehmen und selbst zu Gastgeber*innen werden. Wenn wir auf zehn Jahre Community Cooking zurückblicken, gilt unser Dank den verschiedenen Fördergeber*innen und Unterstützer*innen ganz besonders den Besucher*innen und freiwilligen Mitarbeiter*innen, die unsere Küche täglich mit Leben und neuen Ideen füllen.

Text von **Katharina Kirsch-Soriano da Silva**

Ein Blick hinter die Kulissen

Ein Gespräch mit dem Team von Community Cooking

In der Gemeinschaftsküche von Caritas Community Cooking in Favoriten, dem 10. Wiener Gemeindebezirk, treffen sich seit zehn Jahren Menschen aus den unterschiedlichsten Kulturen, um gemeinsam zu kochen, sich auszutauschen und voneinander zu lernen. Im Gespräch mit Salwa, Joseph und Vera berichten die Teammitglieder von ihrem Arbeitsalltag, den Herausforderungen und besonderen Momenten der letzten zehn Jahre. Sie erzählen, wen Community Cooking erreicht, wie die Zusammenarbeit im Team und mit den Freiwilligen funktioniert und was die Arbeit für sie persönlich bedeutet.

Lasst uns mit einer kurzen Vorstellungsrunde starten: Welche Rolle habt ihr in der Küche, und seit wann seid ihr dabei?

Salwa: Ich bin seit 2015 bei Community Cooking, also von Anfang an. Ich habe gemeinsam mit zwei anderen Frauen und einem Mann aus verschiedenen Ländern als Nachbarschaftsköchin begonnen. Wir haben unsere kulinarischen Traditionen sowie Menschen aus unseren Communities in die Gemeinschaftsküche gebracht. 2020 habe ich gemeinsam mit meiner ehemaligen Kollegin Fadime die Projektkoordination übernommen. Seit 2022 leite ich die Küche allein. Ich organisiere die Abläufe, betreue unsere Freiwilligengruppe und plane die Events. Nach Corona war es schwierig, die Küche wieder zu beleben. Die Leute kamen nicht so leicht zurück, und gesellschaftlich hatte sich vieles verändert. Aber wir haben es geschafft.

Wie bist du zu Community Cooking gekommen?

Salwa: Ich wollte in Österreich nicht im Büro arbeiten, sondern direkt mit Menschen. 2015 habe ich mich zusammen mit anderen Frauen als Freiwillige beim Projekt Grätzeleltern angemeldet. Dort habe ich die damaligen Projektleiterinnen von Community Cooking kennengelernt. Gekocht habe ich schon immer gern, aber erst bei Community Cooking habe ich gelernt: Es kommt auf das Gefühl, die Auswahl der Zutaten und den Umgang mit Gewürzen an. Wenn mit Liebe gekocht wird, schmeckt es einfach anders.

Joseph, was ist deine Rolle in der Küche, und seit wann bist du dabei?

Joseph: Ich unterstütze bei Projekten und Events. Was andere nicht machen können, mache ich. Ich bin eher für organisatorische Dinge zuständig: Was brauchen wir fürs nächste Event, welches Equipment fehlt? Ich mag Ordnung. Offiziell arbeite ich seit 2021 für Community Cooking. Davor war ich Besucher, dann freiwilliger Mitarbeiter. Ich kannte das Kulturhaus Brotfabrik über meine Teilnahme am Projekt „Tanz der Toleranz“ und habe gefragt, ob ich bei Community Cooking mitmachen kann.

Vera, was ist deine Rolle in der Küche, und wie bist du zu Community Cooking gekommen?

Vera: Ich bin seit 2022 dabei. Ich begleite Formate, wie die Offenen Kochrunden, Team Cookings und Veranstaltungen im öffentlichen Raum Ich erstelle außerdem die Einkaufslisten und berechne, wie viel Lebensmittel wir für's Kochen brauchen. Wir lernen viel voneinander, das ist schön. Ich bin 2016 nach Österreich gekommen. Mein erster Arbeitsplatz war hier im Kulturhaus Brotfabrik als Reinigungskraft. Ich konnte kein Deutsch, aber Salwa und Fadime haben mich trotzdem in der Küche willkommen geheißen. Wir haben uns mit Händen und Füßen verständigt, aber es hat funktioniert. Später wurde eine Stelle frei, und ich wollte mich beruflich verändern. So bin ich 2022 Teil des Teams geworden. Ich habe mich hier immer wohlgefühlt. Die Atmosphäre ist gut, die Leute sind nett, und ich koche leidenschaftlich gerne.

Wie sieht eine typische Woche bei Community Cooking aus?

Salwa: Gibt es überhaupt eine typische Woche? Eigentlich nicht. Der einzige Fixpunkt ist die Offene Kochrunde jeden Dienstag am Abend. Das Team trifft sich außerdem jede Woche zu einer Besprechung. Die Aufgaben sind aufgeteilt, nicht alle arbeiten überall gemeinsam. Missverständnisse zwischen uns kommen vor, das ist normal. Wir kommen alle aus unterschiedlichen Kulturen und haben verschiedene Muttersprachen. Im ersten Quartal steht die Jahresplanung im Mittelpunkt. Ab März/April nimmt die Zahl der Veranstaltungen deutlich zu – viele davon finden auch im Freien statt.

Was gefällt euch besonders an der Arbeit hier?

Joseph: Ich möchte Menschen unterstützen. Viele Besucher*innen haben Schwierigkeiten, sich zu unterhalten oder Kontakte zu finden. Ich versuche, die Stimmung locker zu halten. Mit Humor geht alles leichter. Vertrauen entsteht so am besten. Ich koche gern, aber früher hatte ich das Problem, dass ich dann allein essen musste. Heute koche ich lieber, weil es gemeinsam viel mehr Freude macht.
Vera: Ich mag die Energie der Leute, die hierherkommen. Die meisten haben ein gutes Gefühl, freuen sich und sind freundlich. Man lernt viele verschiedene Menschen kennen. Manche kommen regelmäßig, andere nur ab und zu, aber sie fühlen sich hier oft wie zu Hause.
Salwa: Ich liebe diesen Platz. Nach zehn Jahren verbinde ich mit allen Dingen in der Gemeinschaftsküche Erinnerungen. Ich habe mich hier neu entdeckt. Früher war meine Arbeit rein am Telefon, ohne direkten Kontakt zu Menschen.

Wen erreicht Community Cooking, und wer kommt zur Offenen Kochrunde?

Salwa: Ganz unterschiedliche Menschen.
Vera: Manche können sehr gut kochen und tun das gerne. Andere kommen um neue Menschen kennenzulernen, neue Gerichte zu probieren, oder Kontakte zu knüpfen.
Salwa: Für uns ist wichtig, dass die Menschen hier zusammenhalten und sich gegenseitig unterstützen.

Seit wann gibt es Freiwillige bei Community Cooking, und warum ist ihre Mitarbeit so wertvoll?

Salwa: Wir haben 2018 bemerkt, dass wir Unterstützung brauchen. Viele Freiwillige waren vorher regelmäßige Besucher*innen der Offenen Kochrunde. Sie bringen unterschiedliche Fähigkeiten mit:

Ibrahim kann Gruppen gut anleiten, Kamela und Nadia bringen tolle Rezepte mit, Mariana begleitet viele Veranstaltungen als Fotografin, Steve ist ein hervorragender Bäcker.
Vera: Jede*r unserer Freiwilligen ist einzigartig. Auch Menschen, die kein oder wenig Deutsch sprechen, können als Freiwillige mitarbeiten.
Salwa: Kochen verbindet auf andere Weise. Die Freiwilligen übernehmen Aufgaben, die wir alleine nicht schaffen. Sie organisieren, begleiten, motivieren die Besucher*innen. Das macht die Küche lebendig und inklusiv.

Gibt es besondere Geschichten und Momente bei Community Cooking, die euch in Erinnerung geblieben sind?
Vera: Ich erinnere mich daran, dass ein junger Freiwilliger einmal bei einer Offenen Kochrunde die Suppe verbrannt hat. Ich habe schnell eingegriffen, ein paar Gewürze und Wasser hinzugefügt, und am Ende war er begeistert, dass die Suppe so gut geworden ist. Das zeigt, wie wichtig Unterstützung und Vertrauen sind.
Salwa: Ein besonderes Event war 2022 das Team Cooking mit einem Team der UNO mit 70 Personen. Das war ein Highlight für uns, besonders nach Corona. Es war auch eine Herausforderung, weil viele nur Englisch gesprochen haben. Joseph hat übersetzt, und wir wurden auch von Freiwilligen unterstützt, die Englisch sprechen. So eine große Gruppe zu koordinieren, den Überblick an den Kochstationen zu behalten, das war neu und spannend.
Joseph: Wir hatten außerdem Besuch von der niederländischen Königsfamilie und dem Bundespräsidenten Alexander Van der Bellen und seiner Frau. Wir haben ägyptische Falafel, türkisches Menemen und Fladenbrot für sie vorbereitet.
Salwa: Sie waren sehr interessiert an unserem Projekt und den Geschichten der Freiwilligen, die zum Teil Fluchterfahrungen haben. Für uns war das ein sehr menschlicher und besonderer Moment. Es zeigt, wie ernst Community Cooking genommen wird. Die Besucher*innen kochen und essen nicht nur, sondern erfahren auch die Geschichten der Menschen dahinter.

Was nehmt ihr persönlich aus der Arbeit bei Community Cooking mit?
Vera: Ich nehme viele neue Rezepte mit nach Hause und lerne ständig neue Zutaten kennen, die ich vorher noch nie verwendet habe.
Salwa: Ich nehme vor allem positive Energie mit, auch wenn es manchmal schwierige Situationen gibt. Ich versuche, das Negative in Positives zu verwandeln.

Und wie würdet ihr Community Cooking in einem Satz oder Wort beschreiben?
Vera: Begegnung, Austausch und gegenseitiges Verstehen.
Joseph: Bei Community Cooking geht es nicht nur darum, Essen zu teilen, sondern Menschen miteinander zu verbinden.



Interview geführt von **Christina Gugerell**

Mehr als nur ein Ort zum Kochen

Warum braucht es Gemeinschaftsküchen?

In vielen Kulturen gilt die Küche als der ‚wärmste' Ort des Hauses – hier wird erzählt, geteilt, gelacht - ein Ort der Zugehörigkeit. Wo Menschen miteinander kochen, entsteht Verbindung! Gemeinschaftsküchen – also Küchen, die von mehreren Personen oder Gruppen gemeinsam genutzt werden – sind kulinarische Kontaktzonen, Orte der Begegnung, des Austauschs und der Vernetzung und manchmal auch politische Räume mit vielfältiger Bedeutung. Das gemeinsame Tun erfordert Dialog, Toleranz und Wissen sowie die Bereitschaft, immer wieder Neues zu probieren.

Inklusive Räume schaffen

In einer Zeit, in der Isolation, Vereinzelung, Ungleichheiten und Spaltungstendenzen zunehmend zu gesellschaftlichen Herausforderungen werden, bieten Gemeinschaftsküchen einen Gegenentwurf – nämlich für ein aktives soziales Zusammenleben. Sie sind weit mehr als Räume der kollektiven Essenszubereitung. Gemeinschaftsküchen wie jene von Community Cooking der Caritas Wien im Kulturhaus Brotfabrik bringen Menschen unterschiedlicher Herkunft, Generationen und Lebenswelten zusammen. Hier haben alle Platz. Gerade in kulturell diversen Stadtteilen stärken solche Gemeinschaftsküchen das Verständnis füreinander und schaffen eine Brücke zwischen verschiedenen Kulturen.
Sie bieten jenen einen Anker, die Halt suchen, unterstützen das Entstehen von Freundschaften und helfen, Einsamkeit zu reduzieren. Hier treffen Menschen aufeinander, die sich sonst vielleicht nie begegnet wären. Neuzugezogene, Alleinlebende, ältere Menschen oder Menschen mit geringem Einkommen werden willkommen geheißen, erfahren Aufmerksamkeit und Wertschätzung über kulturelle und sprachliche Grenzen hinweg. Familien, die in beengten Wohnverhältnissen leben oder keine eigene Küche haben, können die Gemeinschaftsküche für Feste oder andere gemeinsame Tätigkeiten wie Brot backen, Fermentieren und Einkochen verwenden.

Voneinander lernen – gelebte Nachhaltigkeit

Darüber hinaus sind Gemeinschaftsküchen auch Lernorte, an denen Wissen über gesunde Ernährung, Kochtechniken und nachhaltigen Konsum geteilt wird. Durch das gemeinsame Einkaufen werden Lebensmittel effizienter genutzt, so wird Lebensmittelverschwendung vorgebeugt. Oft werden überschüssige oder gerettete Zutaten für die Zubereitung der Speisen verwendet, was auch den Ressourcenverbrauch verringert. Außerdem regen Gemeinschaftsküchen dazu an, saisonale und regionale Produkte zu bevorzugen.

Orte gelebter Solidarität

Die spanische Architektin Anna Puigjaner, die sich in ihrer Forschung unter anderem mit urbanen Gemeinschaftsküchen in Japan, Mexiko und Peru beschäftigt, schlägt in ihrem Ansatz der „küchenlosen Wohnungen" vor, private Küchen durch gemeinschaftlich genutzte Küchen zu ersetzen, um die Last des täglichen Kochens zu teilen und so Nachbarschaften aktiv zu gestalten. Dadurch werden Begegnungen möglich, die sonst in anonymen Städten oft ausbleiben.
Historisch betrachtet hatten Küchen schon immer eine politische Dimension: Bereits in den 1920er Jahren wurden im Roten Wien in manchen Häusern küchenlose Wohnungen gebaut, in deren Erdgeschoss Gemeinschaftsküchen etabliert wurden.
Auch in Lima, Peru, entstanden in den 1970er Jahren, besonders in ärmeren Stadtvierteln, sogenannte „comedores populares", in denen Frauen bis heute täglich für sich und ihre Nachbar*innen kochen. Diese Küchen bieten nicht nur Nahrung, sondern auch soziale Sicherheit. Sie stärken die Selbstermächtigung der Frauen und ermöglichen ihnen die Teilnahme am Arbeitsleben.

Vielfalt an Zutaten – Offenheit, Neugier und Kompromisse

Eine Gemeinschaftsküche steht als Symbol für Gesellschaft: Sie braucht Pflege, Mitwirkung und Vielfalt. Unterschiedliche Hintergründe, Erfahrungen, Perspektiven und Talente bereichern das große Ganze. Eine Küche, die nur Salz und Pfeffer kennt, bleibt eintönig. Eine Gesellschaft, die nur eine Sichtweise zulässt, ebenso.
In jeder Küche ist die Diversität an Zutaten die Voraussetzung für das Gelingen verschiedener Kreationen. Ebenso lebt eine offene Gesellschaft vom Zusammenspiel der Unterschiedlichkeiten und davon, dass Menschen willkommen und hungrig sind, mitzugestalten und gemeinsam an einem Tisch Platz zu nehmen.

Gemeinschaftsküchen sind ein wichtiges Beispiel dafür, wie zivilgesellschaftliches Handeln, Architektur und Stadtplanung zusammenwirken können, um lebendige, inklusive und widerstandsfähige Nachbarschaften zu schaffen.



Text von **Lisa Plattner**

Danke, Community Cooking!

Für den Mut und das Vertrauen in der Mitgestaltung von sozialer und ökologischer Nachhaltigkeit

Die Caritas Stadtteilarbeit und die Gemeinschaftsküche von Community Cooking sind im Kulturhaus Brotfabrik untergebracht. Die Kolleg*innen vor Ort haben schon vor Jahren Überzeugung und Expertisen gebündelt und aus dem Haus eine zertifizierte „Green Location“ gemacht, die das Österreichische Umweltzeichen trägt. Das entspricht den Zielen, die sich die Caritas Wien gesetzt hat: Sozial und ökologisch nachhaltiges Wirken in entsprechenden Häusern.
Es bedeutet, dass im gesamten Kulturhaus Brotfabrik und damit auch in der Gemeinschaftsküche bei Community Cooking auf den Strom- und Wasserverbrauch geachtet wird, ökologische Putzmittel und Öko-Papier ganz selbstverständlich verwendet werden und Getränke aus Mehrweggebinden oder einfach in Wasserkaraffen (und mit oft selbst gezogenen Kräutern) auf den Tisch kommen. Vegetarische und vegane Speisen mit frischen, saisonalen und vielen lokal produzierten Lebensmitteln überwiegen in der Gemeinschaftsküche, meist in Bio-Qualität und, falls nicht aus der Nähe, als Fair-Trade-Produkte.
Und das aus mehreren Gründen: In der pflanzlichen Küche finden die vielfältigen kulturellen und religiösen Hintergründe der Besucher*innen von alleine zueinander. Vegetarische und vegane Gerichte sind – mit ausgewählten Bio- und Fair-Trade-Zutaten zubereitet – gesünder für die Menschen, auch darauf wird bei Community Cooking geachtet. Und sie sind auch gesünder und fairer für unsere „Mitwelt“, wie unsere Kolleg*innen von der PfarrCaritas Umwelt und Menschen in einem Begriff zusammenfassen, - denn ja, wir gehören zusammen.

Es gibt noch viel zu tun, in Politik, Organisationen, Institutionen, der gesamten Zivilgesellschaft. Von und mit Community Cooking gibt es dabei viel zu lernen. Hoffnung macht, dass gerne gelernt wird, wie unsere Zahlen zeigen. Eine interne Statistik der Caritas Wien zeigt, dass der Fleischkonsum zwischen 2021 und 2024 um knapp sechs Kilo pro Jahr und Mitarbeiter*in gesunken ist – bei über 6.000 Mitarbeiter*innen sprechen wir also von einigen Tonnen Fleisch weniger. Da geht sicher noch mehr.
Hinzukommt, dass ein Kilo Bio-Gemüse nur wenig mehr als ein Drittel von dem kostet, was für ein Kilo Fleisch (ohne Bio) zu bezahlen wäre. Und dabei sind in diesem Preis noch nicht mal die sozialen und ökologischen Folgekosten berücksichtigt, die durch konventionelle Landwirtschaft, Lieferketten und lange Transportwege entstehen.
Daher schloss die Caritas im Juli 2024 – als erste Sozialorganisation in Österreich - mit dem BMK* einen Vertrag für eine strategische Partnerschaft im „Aktionsplan für nachhaltige öffentliche Beschaffung“ (naBE). Dieser Vertrag gilt als Vorbild für einen kreislauforientierten, verantwortungsvollen und schonenden Umgang mit Ressourcen.

Community Cooking kann dabei als gutes Beispiel gelten – nach innen und nach außen: Wenn möglich, sind Veranstaltungen als Öko-Events (Plus) gestaltet, gerettete Nahrungsmittel werden verkocht und Essensreste nach dem gemeinsamen Kochen in leeren Lebensmittelgläsern mit nach Hause genommen. Das Team achtet außerdem auf nachhaltigen und lokalen Lebensmitteleinkauf.
Nicht alle Kolleg*innen der Caritas Wien sind persönlich mit Community Cooking bei Team Cookings oder in der Offenen Kochrunde in Kontakt gewesen, aber viele haben von Klimaschutz & Nachhaltigkeit, einem der strategischen Schwerpunkte der Caritas Wien, davon erfahren. Rezepte wurden geteilt, Online-Schulungen zum klimagerechten Einkauf abgehalten und mit dem Umweltbundesamt über Hülsenfrüchte als Proteinquellen diskutiert. Auch Feierlichkeiten werden so gestaltet, dass sie als Best Practice gelten können. 2024 erhielt Community Cooking vom Bundesministerium für Klimaschutz in der Kategorie „Feste“ übrigens auch die Urkunde „nachhaltig gewinnen“ für eines ihrer Feste. Wir gratulieren. Auch zum Mut und Vertrauen, dass soziale und ökologische Nachhaltigkeit mitgestaltet, werden können. Ja, wir können. Danke, Community Cooking.



Text von **Tamara Schwarzmayr**

Pão de Queijo

Brasilianische Käsebällchen | Beatriz Harder de Oliveira

70 Minuten

Dieses typische Gericht der brasilianischen Küche stammt von Beatriz Harder de Oliveira. Sie kommt ursprünglich aus São Paulo in Brasilien und ist seit 2025 als Freiwillige bei Caritas Community Cooking tätig. Pão de Queijo ist ein traditionelles brasilianisches Gebäck, besonders beliebt ist es in der Region Minas Gerais. Die kleinen Käsebällchen gehören in Brasilien fest zum Alltag und werden oft zum Frühstück oder Nachmittagskaffee serviert – in Bäckereien, Cafés oder auf Märkten.





Zutaten

Für 40-50 Stück jeweils 20 g:

400 g Tapiokastärke
1 TL Salz
2 Eier (M)
150 ml Vollmilch
150 ml Wasser
100 ml Öl
250 g geriebener Mozzarella (mild)
100 g geriebener Grana Padano

Zubereitung

1. Die Tapiokastärke in eine große Schüssel geben.
2. Milch, Wasser und Öl in einem Topf aufkochen. Sobald die Mischung kocht, über die Tapiokastärke gießen, leicht umrühren und etwas abkühlen lassen.
3. Wenn die Mischung lauwarm ist, die Eier nach und nach unterkneten (jeweils eins vollständig einarbeiten).
4. Den Käse hinzufügen, gut vermischen und den Salzgehalt anpassen.
5. Den Teig ruhen lassen und mit Frischhaltefolie direkt abdecken, damit er nicht austrocknet. Anschließend kleine Kugeln in gewünschter Größe formen.
6. Im vorgeheizten Backofen bei 180° C etwa 40 Minuten backen, bis die Pães de Queijo goldbraun sind.

Tipp

Je nach Geschmack können auch andere Käsesorten verwendet werden – am besten gereifte und aromatische (Salzgehalt beachten).

Faschingskrapfen

Eine süße Feiertagstradition | Stefan Unger

90 Minuten

Dieses Rezept stammt von Stefan Unger, der seit vielen Jahren als freiwilliger Mitarbeiter bei Community Cooking aktiv ist. Seit Beginn bringt Stefan eine Vielzahl klassischer österreichischer Rezepte in die Küche ein – vor allem Süßspeisen wie Palatschinken, Kaiserschmarrn und natürlich Faschingskrapfen. Letztere dürfen bei der jährlichen Faschingsfeier von Community Cooking am Faschingsdienstag auf keinen Fall fehlen.





Zutaten

Für 20 Stück:

600 g Mehl
40 g Hefe
270 ml Milch
4 Eidotter
3 EL Zitronensaft
80 ml Öl
60 g Staubzucker
2 TL Salz
20 ml Rum

Außerdem:
Öl zum Frittieren, Marmelade, Puderzucker zum Bestreuen

Zubereitung

1. 1/3 der Milch mit der Hefe und ein wenig Mehl vermengen, damit ein dickerer Teig entsteht
2. Den Teig ca. 20 Minuten ruhen lassen, bis sich die Menge verdoppelt hat.
3. Alle Zutaten vermengen (außer dem Öl). Sobald der Teig fester wird, das Öl zügig untermengen. Teig kneten, bis er leicht glänzend wird.
4. Den Teig in etwa 40g schwere Stücke teilen und zu kleinen Kugeln formen. Auf ein mit Mehl bestäubtes Tuch legen, leicht flach drücken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten ruhen lassen.
5. Das Öl zum Frittieren in einem großen Topf mit Deckel (Fassungsvermögen ca. 2-3l Öl) auf ca. 170° C erhitzen.
6. Zügig die Krapfen ins Öl gleiten lassen und ca. 2 Minuten lang bei geschlossenem Deckel auf beiden Seiten frittieren.
7. Die Krapfen mit einer Gabel aus dem Fett heben, auf einem Teller mit Küchenpapier abtropfen lassen und noch warm mit Marmelade füllen.

Mahshi Basal

Gefüllte Zwiebeln mit Reis und Granatapfelsirup | Kamela Istafio

50 Minuten

Dieses Rezept stammt von Kamela Istafio aus dem Irak. Sie ist seit vielen Jahren freiwillig bei Community Cooking aktiv. Gefüllte Zwiebeln sind ein traditionelles Festgericht in der irakischen Küche. Kamilia hat sie bereits für zahlreiche Feierlichkeiten und Veranstaltungen von Community Cooking zubereitet.





Zutaten

Für 4 Portionen:

600 g Reis
1 Bund Petersilie
5 Tomaten
2 kg Zwiebeln
5 EL Tomatenmark
2 EL Granatapfelsirup
10 Knoblauchzehen, gepresst
6 EL Öl
1 EL Zitronensäure
1 EL getrocknete Minze
1 EL Paprika, edelsüß
1 EL schwarze Pfeffer-körner

Zubereitung

1. Tomaten und Petersilie fein schneiden.
2. Reis waschen und abseihen. Die Petersilie, die Tomaten, die gepressten Knoblauchzehen, den Granatapfelsirup und alle Gewürze miteinander vermengen.
3. Die Zwiebeln einschneiden und 10 Minuten ins kochende Wasser geben, dann abseihen.
4. Vorsichtig die Zwiebelschichten voneinander trennen und beiseite legen.
5. Jede getrennte Schicht mit Reismasse füllen und aufrollen. Dann in einen Topf reinlegen.
6. Alle gefüllten Zwiebelschichten in den Topf legen, mit gesalzenem Wasser übergießen und für 30 Minuten kochen lassen.

Gözleme

Traditionelles türkisches Fladenbrot | Fadime Burga

40 Minuten

Dieses Rezept verdanken wir Fadime Burga, einer ehemaligen Koordinatorin von Community Cooking, die ursprünglich aus der Türkei kommt. Gözleme ist ein traditionelles türkisches Fladen-brot, das dünn ausgerollt, mit verschiedenen Füllungen – etwa Spinat, Käse oder Kartoffeln – belegt und anschließend in der Pfanne gebacken wird.





Zutaten

Für 4 Portionen:

500 g fertiger Yufkateig
Öl zum Anbraten

Füllung:
500 g Kartoffeln
250 g Zwiebeln
2-3 grüne Spitzpaprika
1/2 Bund frische Petersilie
1 TL trockene Minze
Chili (nach Geschmack)

Serviervorschlag:
Joghurt, Zitronenspalten

Zubereitung

1. Für die Füllung die Zwiebel und Paprika fein hacken und die Kartoffeln reiben. Alles zusammen in einer Pfanne 5 Minuten anbraten. Anschließend mit den Gewürzen in einer Schüssel vermischen und abkühlen lassen.
2. Ein Blatt des fertigen Yufkateigs auf eine saubere Arbeitsfläche legen.
3. Die vorbereitete Füllung gleichmäßig auf einer Hälfte des Teigblatts verteilen, wobei ein Rand von etwa 2 cm verbleibt. Die andere Hälfte des Teigs über die Füllung klappen, um eine Halbmondform zu erhalten.
4. Die Ränder des Teigs mit den Fingern fest zusammendrücken, um die Füllung einzuschließen.
5. Eine Pfanne auf mittlere Hitze erhitzen und mit etwas Öl bestreichen. Das gefüllte Teigblatt in die Pfanne legen und auf beiden Seiten braten, bis es goldbraun und knusprig ist (normalerweise dauert es etwa 2-3 Minuten pro Seite).
6. Den Vorgang mit den restlichen Teigblättern und der Füllung wiederholen.
7. Die Gözleme warm mit etwas Joghurt und Zitronen-spalten servieren.

Halawet El Jibn

Syrische Süßspeise | Mahdi Raschwani

45 Minuten

Dieses Rezept stammt von Mahdi Raschwani aus Syrien, einem ehemaligen Mitarbeiter von Community Cooking. Halawet El Jibn ist ein zartes Käsegebäck mit süßer Cremefüllung und gehackten Pistazien – eine beliebte syrische Spezialität, die an festlichen Tagen serviert wird.





Zutaten

Für 4 Portionen:

Für den Teig:
75 ml Wasser
50 g Zucker
75 g Weizengrieß
125 g Mozzarella
5 g Butter

Für die Füllung:
100 g Mascarpone
100 g Topfen
gehackte Pistazien

Zubereitung

1. Wasser, Zucker, Butter und den klein geschnittenen Mozzarella in einem Topf bei mittlerer Hitze erwärmen und unter ständigem Rühren langsam aufkochen. Den Grieß nach und nach hinzufügen und kräftig weiterrühren, bis eine homogene Teigkonsistenz entsteht. Kurz erneut aufkochen lassen.
2. Den Mozzarella unter den Teig mischen und bei niedriger Hitze weiterrühren, bis eine glatte, gleichmäßige Masse entstanden ist. Ständig rühren, damit nichts anbrennt.
3. Die Teigmasse gleichmäßig auf einer mit Frischhaltefolie ausgelegten Arbeitsfläche ausbreiten.
4. Mascarpone und Topfen miteinander vermengen. Die Mischung in einem Streifen am unteren Rand des Teiges verteilen und den Teig anschließend von dieser Seite her aufrollen.
5. Die Rolle in ca. 5 cm breite Stücke schneiden, aufrecht stellen und die Oberseite mit gehackten Pistazien bestreuen.

Grüner Borschtsch

Ein ukrainisches Frühlingsgericht | Nadia Filipova

50 Minuten

Nadia Filipova ist als Freiwillige bei Community Cooking tätig und hat den grünen Borschtsch in einer Offenen Kochrunde gemeinsam mit den Besucher*innen gekocht. Grüner Borschtsch ist ein traditionelles ukrainisches Frühlingsgericht. Die Suppe wird mit den ersten frischen Kräutern des Frühlings zubereitet, wie zum Beispiel Sauerampfer, Bärlauch und jungen Brennnesseln. Sie steht für den Neubeginn der Natur und den Geschmack des Frühlings.





Zutaten

Für 4 Portionen:

2 L Wasser
2 TL Gemüsebrühe
300 g Kartoffeln
2 Karotten
2 Zwiebeln
50 g Sellerie
2 Knoblauchzehen
300 g Kräuter und Wildkräuter (z.B. Junge Brennnessel, Sauerampfer, Portulak, Dill, Petersilie), fein gehackt
Zitronensaft (nach Geschmack)
Öl zum Anbraten
Salz und Pfeffer

Für die Eier-Sahne-Soße:
2 Eier, **100 g** Sahne

Zubereitung

1. In einem großen Topf etwas Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten.
2. Kartoffeln, Karotten und Sellerie schälen, klein würfeln und zusammen mit den Zwiebeln und Knoblauch kurz mitbraten. Mit Wasser aufgießen und das Gemüse gar kochen. Danach Gemüsebrühe hinzufügen.
3. Die fein gehackten Kräuter und Wildkräuter (z.B. Brennnessel, Sauerampfer, Portulak, Dill, Petersilie) dazugeben.
4. Die Eier mit der Sahne in einer separaten Schüssel gut verquirlen.
5. Wenn der Borschtsch aufkocht, die Eier-Sahne-Mischung langsam in kleinen Portionen unter ständigem Rühren einfließen lassen, damit keine Klümpchen entstehen.
6. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und heiß servieren.

Tabouleh

Petersilien-Bulgur-Salat | Nadia Abdelkhalek

30 Minuten

Nadia Abdelkhalek aus Syrien, die sich seit vielen Jahren freiwillig bei Community Cooking engagiert, hat dieses Rezept für Tabouleh mit uns geteilt. Tabouleh ist ein traditioneller Petersilien-Bulgur-Salat, der besonders typisch für die syrische Küche ist. Petersilie wird in vielen Küchen der Welt als aromatisches Kraut geschätzt. Im Tabouleh ist sie nicht nur Würze, sondern die Hauptzutat, die dem Salat seine frische grüne Note verleiht.





Zutaten

Für 4 Portionen:

50 g Bulgur (fein)
1 ½ Bund Petersilie
4 Tomaten
1 Zwiebel
5 EL Zitronensaft
4 EL Olivenöl
Salz

Zubereitung

1. Bulgur 1 Stunde in kaltem Wasser quellen lassen.
2. Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Gemüse klein schneiden. Die Blätter der Petersilie abzupfen und sehr fein hacken. Nun alle Zutaten gemeinsam mit dem Bulgur in einer Schüssel vermischen.
3. Kurz vor dem Servieren das Öl hinzufügen, mit Salz abschmecken.

Tipp

Dunkler Bulgur (mit Schale) schmeckt besser und ist besonders geeignet für diesen Salat.

Yams mit Spinatsauce

Ein nigerianisches Gericht | Oluchi Okorafor

50 Minuten

Oluchi Okorafor leitete im Rahmen des EU-Projekts SOUL Food eine Kochrunde und bereitete dieses traditionelle Gericht mit den Besucher*innen zu. In Nigeria ist Yam ein wichtiges Grundnahrungsmittel. Yams mit Spinatsauce ist ein typisches nigerianisches Gericht – häufig wird dafür Ugu (Kürbisblatt) verwendet, alternativ eignet sich aber auch frischer Spinat.





Zutaten

Für 4 Portionen:

1 kg Yamswurzeln
300-400 g frischer Spinat (oder Ugu, wenn verfügbar)
3-4 frische Tomaten
2 EL Tomatenmark
3 EL Öl (traditionell Palmöl, alternativ Pflanzen- oder Olivenöl)
½ TL Thymian
½ TL Currypulver
1 kleine rote Chilischote (optional, fein gehackt)
1-2 rote Zwiebeln, gehackt
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
1 TL Gemüsebrühe
½ TL Salz (nach Geschmack)

Zubereitung

1. Die Yamswurzeln schälen und in Stücke schneiden. In einen Topf mit Wasser geben, zum Kochen bringen und etwa 15-20 Minuten kochen lassen, bis sie weich sind. Abgießen und beiseite stellen.
2. Während die Yamswurzeln kochen, das Olivenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Die gehackten Zwiebeln hinzufügen und 3-5 Minuten kochen, bis sie weich und durchsichtig sind. Den zerdrückten Knoblauch in die Pfanne geben und weitere 1-2 Minuten kochen lassen, bis er duftet. Den Spinat in die Pfanne geben und umrühren. 3-5 Minuten kochen, bis der Spinat zusammengefallen ist.
3. Mit gemahlenem Kreuzkümmel, Paprika, Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Wunsch etwas Gemüse- oder Hühnerbrühe hinzufügen, um mehr Flüssigkeit und Geschmack zu erhalten. Gut umrühren und bei niedriger Hitze etwa 5 Minuten weiterköcheln lassen, damit sich die Aromen optimal verbinden.
4. Wenn die Yamswurzeln gekocht und abgetropft sind, in die Pfanne zur Spinatsauce geben. Vorsichtig mit dem Spinat vermengen, dabei einige Yamsstücke leicht zerdrücken, um eine cremige Textur zu erhalten. Wer möchte, kann auch einige Stücke ganz lassen, um mehr Biss zu behalten.
5. Die Würzung nach Bedarf anpassen und zum Schluss mit einem Spritzer frischem Zitronensaft abschmecken, wenn gewünscht.

Ein Augenschmaus

Ein Best-Of aus 10 Jahren Community Cooking






























COOKING FOOD
GROWING FOOD
FOOD ROUTINES/
ERNÄHRUNGSROUTINEN
EATING AT HOME
BUYING GROCERIES









Stimmen aus der Community

Wir haben uns umgehört.

Community Cooking ist das Heimatland, das du gewählt hast.
Es ist ein Fenster zur ganzen Welt. Egal, ob du froh oder traurig bist – dort findest du immer jemanden, mit dem du deine Gefühle durch das Essen teilen kannst. Hier ist Kochen eine Kunsttherapie.

– Abeer Mohamed

Community Cooking steht für kulinarisches Miteinander: Freundschaft, gemeinsames Kochen und die Freude an Vielfalt – Woche für Woche.

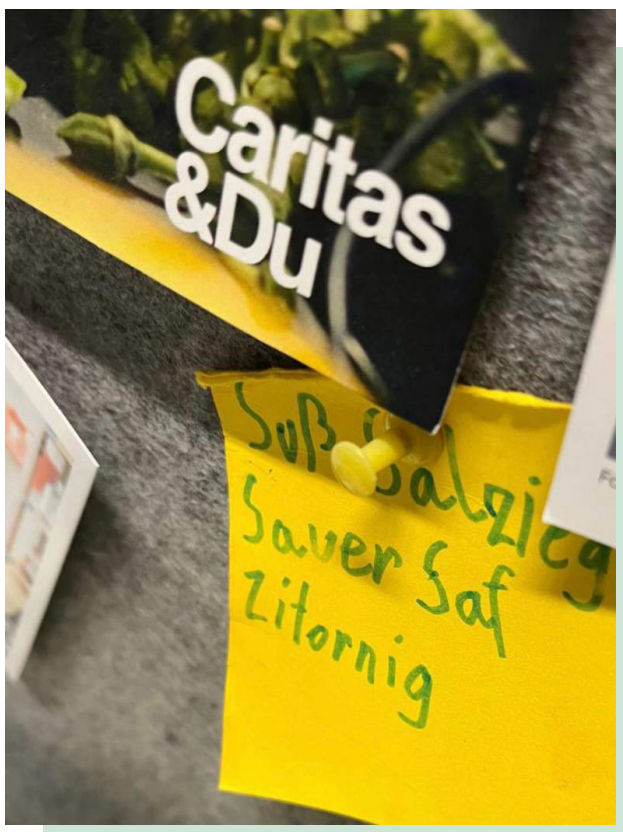
– Stefan Unger

Als ich 2015 nach Österreich kam, kannte ich niemanden und fühlte mich ziemlich allein. Community Cooking war damals wie ein Zuhause für mich – ein Ort, an dem Menschen aus verschiedenen Ländern zusammenkommen, kochen, reden und einfach miteinander Mensch sind. Durch dieses Projekt habe ich nicht nur mein Deutsch verbessert, sondern auch viele wunderbare Menschen kennengelernt und echte Freundschaften geschlossen. Community Cooking hat mir geholfen, mich hier zu integrieren und mich nicht mehr fremd zu fühlen. Ich bin sehr dankbar, ein Teil dieser Gemeinschaft zu sein. Herzlichen Glückwunsch zum 10-jährigen Jubiläum – auf viele weitere Jahre voller Begegnung, Wärme und Zusammenhalt!

– Parisima Yazdanpanah

Community Cooking ist eines der Projekte, die mein Leben auf vielfältige Weise bereichert haben. Neben dem Erlernen neuer Kochfähigkeiten habe ich dort wunderbare Freundschaften geschlossen und meine kulturelle Vielfalt weiterentwickelt.
Dieser Ort bringt Menschen aus unterschiedlichen Gemeinschaften und mit verschiedenen Sprachen zusammen – unabhängig von Identität, Hautfarbe oder Herkunft. Es ist ein Zentrum der Begegnung, des Austauschs und der Offenheit.
Ein wirklich großartiges Projekt, das zeigt, wie Menschen durch gemeinsames Kochen und Miteinander Brücken bauen können.

– Ibrahim Aljanabi



Oft ist die Kochrunde ein erster Schritt, um aus sich herauszukommen.

– Joseph Manuel

كَبِّر عائِلَتَك!

Raus aus der Komfortzone!

Ostrvo prijateljstva

Solidarität

Zu Hause.

خونه دوّم

learning how to cook

Gelebte Gemeinschaft


MeinBezirk Nachrichten Leben Fotos & Videos Veranstaltungen Jobs Marktplatz Community

Wöchentliches "Community Cooking" in der Wiener Brotfabrik

23. April 2025, 13:07 Uhr

Redaktion
Michael Marbacher
zu Favoriten

0

14 Bilder

Einmal in der Woche trifft sich die Nachbarschaft der Brotfabrik und kocht, plaudert und isst gemeinsam. Willkommen sind alle mit Lust auf Gemeinschaft. Foto: Mariana Kosovan hochgeladen von Michael Marbacher

Wöchentlich wird seit 2015 in der Brotfabrik gemeinsam ein Festmahl gezaubert. Mitkochen und Plaudern sind erwünscht.

Quelle: meinbezirk.at / Essen & Plaudern

Distracție, prietenie și conexiune cu comunități noi

Parvekirin + Civîn

New recipes!!

Dünyanın dört bir yanından farklı tatları ve yemekleri deneyelim!!

Rencontrer des gens sympas!

Багато друзів, рецептів, смаків! CoCo-це дуже смачно!

WIR SAGEN DANKE!

Community Cooking wäre nicht möglich ohne die vielen Menschen, die diesen Ort mit Leben füllen.

Wir sagen von Herzen Danke:

… an alle aktuellen und ehemaligen **Teammitglieder** sowie **Mitarbeiter*innen der Caritas**, die Community Cooking mit ihrem Engagement, ihrer Kreativität und viel Herz geprägt haben.

… an alle aktuellen und ehemaligen **freiwilligen Mitarbeiter*innen**, die Community Cooking Woche für Woche mit Leidenschaft, Geduld und Freude unterstützen.

… an alle **Besucher*innen der Offenen Kochrunde** und die vielen **Teams**, die die Gemeinschaftsküche zu einem lebendigen Ort der Begegnung machen.

… an alle **Rezeptgeber*innen**, die ihre kulinarischen Geschichten und Lieblingsgerichte mit uns teilen.

… an unsere **Kooperationspartner*innen**, **Fördergeber*innen** und **Lieferant*innen**, die uns mit Vertrauen, Unterstützung und guten Lebensmitteln begleiten.

… und an alle, die im Laufe der Jahre auf die eine oder andere Weise zu diesem besonderen Ort beigetragen haben – durch **Taten**, **Worte**, **Ideen** oder einfach durch ihre **Anwesenheit**.



NEUGIERIG?
Komm doch einfach mal vorbei!

Unsere Angebote

Community Cooking im Kulturhaus Brotfabrik
Wir organisieren regelmäßig Offene Kochrunden für alle Interessierten und verschiedene Kochformate für Vereine, Firmen und Teams.

Offene Kochrunde
Jeden Dienstag ab 17 Uhr – ohne Anmeldung

Team Cooking
Gemeinsames Kochen für Vereine, Firmen & Teams.
Anfragen und Anmeldung unter
communitycooking@caritas-wien.at

Social Team Day
Kocht als Team Mahlzeiten für obdachlose oder armutsbetroffene Menschen. Anfragen und Anmeldung unter
teamday@caritas-wien.at

Caritas &Du

Caritas Stadtteilarbeit
www.caritas-stadtteilarbeit.at
communitycooking@caritas-wien.at
Community Cooking

Weitere Informationen finden sich hier: