

Die Institution der Zukunft

2016 leudet die Neuzeit der veganen, pflanzen-basierten Ernährung ein. Die Vier Experten ihres jeweiligen Fachbereichs gründen das Plant Based Institute: Niko Rittenau (Ernährungswissenschaften), Boris Lauser (Raw Cuisine), Sebastian Copien (neue pflanzliche Küche) und Stina Spiegelberg (vegane Pâtisserie). Das Institut führt Themen der Kulinarik mit den Ernährungswissenschaften zusammen und ist damit in seiner Art weltweit einzigartig. Mit dem Ziel, die hochwertige vegane Küche in den Alltag von Gastronomie, Privathaushalten und öffentlichen Einrichtungen zu integrieren mit einem Schwerpunkt auf Gesundheit und Nachhaltigkeit.



Mit der Ausbildung zum „Plant Based Chef and Nutritionist“ stellt das Plant Based Institute die weltweit erste umfassende vegane Ausbildung vor. Mit sechs Praxiswochen in einer Studiendauer von sechs Monaten begreift sie die vier Säulen der modernen Küche: Ernährungswissenschaften, Rohkostküche, die neue pflanzliche Küche und die vegane Pâtisserie.

Im Jahr 2017 starten zwei Ausbildungsdurchgänge zum „Plant Based Chef and Nutritionist“ an den Standorten Berlin und München. Den Studenten wird ein breit gefächertes Wissen über Zutaten, Verarbeitungstechniken und die freie Rezeptentwicklung vermittelt, mit einem Schwerpunkt auf gesunder Ernährung. Damit richtet sich die Ausbildung sowohl an Köche und Ernährungsberater, die eine fundierte Ausbildung erlangen möchten, als auch Privatpersonen, die eine wissensbasierte Grundlage für ihre persönliche Ernährung aufbauen möchten.

Die Gründer



Stina Spiegelberg ist eine Koryphäe des veganen Backens. Als TV Köchin und Referentin zeigt Stina in ihren vier Back- und Kochbüchern, dass sich Kreationen der klassischen französischen Pâtisserie und internationalen Küche mit dem richtigen Know-How und Fingerspritzengefühl auch ganz einfach gesund und rein pflanzlich zubereiten lassen. Auszeichnungen von PeTA und dem Vegetarierbund Deutschland beweisen Stina's Wille zu Innovation. Denn sie verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz, der nicht bei der Auswahl rein pflanzlicher Zutaten endet. Ein gesunder, veganer Lifestyle beinhaltet für die ausgebildete Yoga-Lehrerin Bewegung, positives Denken und einen respektvollen Umgang mit seiner Umwelt.



Sebastian Copien ist einer der meistgefragten veganen Köche Deutschlands. Er zeigt in seiner Arbeit, wie viel Freude, Genuss und Vielfalt in der pflanzlichen Gemüseküche steckt. Der weltbereiste Kochlehrer, Autor, Showkoch und Gemüsegärtner vermittelt seit über 10 Jahren Jahren in seinen Kursen, Seminaren und Events bereits tausenden Menschen die Einfachheit und Freude eines bewussten Kochen. Sein Spezialgebiet, die neue pflanzliche Küche, bereicherte er mit einem Standardwerk „Die vegane Kochschule“. Nur 5 Minuten von seiner Küche entfernt, baut der gelernte Permakultur Praktiker im Herzen Münchens seine eigenen Kräuter- und Gemüsesorten an.



Boris Lauser ist Deutschlands bekanntester Raw Food Chef und in der ganzen Welt für sein einzigartiges Können heiß begehrt. Er beweist in seiner Arbeit, dass kulinarische Highlights auch ganz ohne Hitze entstehen können. Als Absolvent renommierter Institute wie der „Matthew Kenney Academy“ und „The Tree of Life“ zeigt Boris in seinen beliebten Dinnerclubs und Workshops das gesundheitliche Potenzial einer unverarbeiteten pflanzlichen Küche auf. Seine Arbeit als Consultant führt ihn dabei jährlich an exotische Plätze wie Bali und Thailand, wo er sein Know-How über rohvegane Kulinarik weitergibt. Sein Buch „Go Raw Be Alive“ gilt bereits jetzt als DAS Nachschlagewerk zu veganer Rohkost.



Niko Rittenau ist Deutschlands meistgebuchter veganer Ernährungsberater. Er überzeugt mit seinen gleichermaßen informativen wie unterhaltsamen Vorträgen auf Messen und Kongressen im deutschsprachigen Raum von einer gesunden und nachhaltigen Ernährungsweise. Niko ist studierter Ernährungsberater, gelernter Koch und Touristikkaufmann. Durch seine Zusatzqualifikationen als ärztlich geprüfter Ernährungsberater für rohvegane Ernährung, Gourmet Raw Food Chef und Yogalehrer unterrichtet Niko die Ernährungslehre als integrale ganzheitliche Gesundheitswissenschaft.

Pressematerial zu den Gründern finden Sie auf www.plant-based-institute.com

Für Interviews und Vorstellungen des Plant Based Institute stehen die Gründer zur Verfügung.