

08.08.2013 - 09:56 Uhr

Holger Stromberg: "Mein größter Kritiker ist Thomas Müller"

Berlin (ots) -

Im aktuellen Fitness- und Lifestylmagazin LOOX (EVT 13.08.2013, www.LOOX.com) spricht Holger Stromberg, ausgezeichnete Sternekoch und Koch der Deutschen Fußball-Nationalmannschaft, über individuelle Spielergeschmäcker und seinen ersten Personal Trainer.

"Frisch, bunt und mit Pfiff" ist das Motto von Holger Stromberg, wenn es um das kulinarische Wohl der Deutschen Fußball-Nationalmannschaft geht. Im Interview mit LOOX verrät er die Lieblingsgerichte der Nationalelf: "Milchreis und Tomatensuppe sind sehr beliebt. Wenn es nach den Spielern ginge, könnte ich diese Gerichte jeden Tag kochen."

Doch nicht nur über ihre Leibspeisen kommt Stromberg mit den Spielern ins Gespräch, sondern auch über Kritik: "Von den 23 Spielern, die nach dem Essen an mir vorbeigehen, sagen fünf: 'Das war Weltklasse.' Drei finden: 'Das war aber heute nichts.'" Und er ergänzt: "Mein größter Kritiker ist übrigens Thomas Müller. Der hat einen sehr feinen Gaumen entwickelt. Und Lukas Podolski hat auch schon Gerichte fürs Spielerbüfett kreiert."

Bei 23 Spielern neigt der eine zum Zunehmen, der andere will Muskeln aufbauen. Gegenüber LOOX macht Stromberg klar: "Das Büfett berücksichtigt die unterschiedlichen ernährungsphysiologischen Erfordernisse. Ein Torwart ist anders gefordert als die Sturmspitze und wird seinen Schwerpunkt eher auf eiweißreiche Kost legen. Feldspieler wiederum, die viel laufen müssen, brauchen mehr Kohlenhydrate für die Ausdauer. Insofern geht es bei der Ernährung der Spieler nicht primär um Kalorien. Das betrifft eher die Fußballer, die auf der Bank sitzen. Da werfe ich dann durchaus ein gesondertes Auge darauf."

Strombergs Spielplatz war schon zu Kindestagen die Küche. Wie er LOOX wissen lässt, machte sich das leider auch auf der Waage bemerkbar: "Mit 16 wog ich 115 Kilo. Bei einer Größe von 1,70 Meter." Wie er die unbeliebten Pfunde wieder loswurde, erklärt er so: "Vorrangig durch meine Ausbildung zum Koch. Da wurde ich ordentlich gescheucht. In der ersten Woche hat mein Chef mich auf die Waage gestellt und mir klipp und klar gesagt, dass er bis Weihnachten nur noch 85 Kilo lesen will. So kam es dann auch. Mein erster Chef war mein Personal Trainer. Das war wie im Bootcamp, und das war gut so."

Das komplette Interview kann im LOOX Magazin 09/2013 nachgelesen werden. Das Heft ist ab dem 13. August für zwei Euro im Zeitschriftenhandel und im Abonnement unter www.LOOXAbo.com erhältlich.

Über LOOX

LOOX ist eine medienübergreifende Marke für Training und Ernährung und umfasst ein Online-Portal und ein monatlich, bundesweit erscheinendes Magazin. LOOX wendet sich an fitnessinteressierte Männer und Frauen zwischen 19 und 49 Jahren, die bewährte Trainings- und Ernährungspläne von Experten suchen. Mit einer Vielzahl an Methoden, fachlichen Tipps und interessanten Reportagen ist LOOX der Impulsgeber für Fitness, Gesundheit und Lifestyle. LOOX ist ein Produkt der LOOX Sports GmbH in Berlin und wurde im Jahr 2011 von Rainer Schaller, Geschäftsführer der Fitnessstudiokette McFIT, gegründet. Mehr Informationen unter: www.LOOX.com

Kontakt:

Franka Schulz, Senior Manager Communications
Fon: +49 (0)30 2100 35 191
Fax: +49 (0)30 2100 35 215
Mail: presse@loox.com