

jc

journal **culinaire**

Kultur und Wissenschaft
des Essens

Edition Wurzer & Vilgis

Nº **32** 2021

**Vegetarisch
und vegan**

Das Journal Culinaire ist die erste deutschsprachige Zeitschrift mit dem aktuellen Stand des Wissens und Könnens über das Essen und Trinken.

Autorinnen und Autoren aus den Natur-, Geistes- und Kulturwissenschaften berichten von ihren Forschungen, Meisterinnen und Meister aus Landwirtschaft, Lebensmittelherstellung und Lebensmittelverarbeitung geben Einblick in ihre Praxis.

Das Journal Culinaire ist unabhängig und frei von Werbung, gewürzt mit ernsthaftem Engagement und gelegentlich einem Schuss Emotion. Es erscheint zweimal jährlich.

jc

journal **culinaire**

Kultur und Wissenschaft
des Essens
Edition Wurzer & Vilgis

Im Jahr 2014 hat Hanni Rützler im Food Report des Zukunftsinstituts den ursprünglich angelsächsischen Begriff »Flexitarier« in die deutschsprachige Diskussion um das »richtige« Essen eingeführt. Ihre Idee war, die Frontstellung unterschiedlicher Ernährungsstile zu befrieden, und sie erwartete, dass es zu einer offeneren und entspannteren Ernährungsdiskussion kommen würde. Ob das so eingetreten ist, dürfte durchaus umstritten sein. Sicherlich ist seither die Landkarte unterschiedlicher Ernährungspraktiken vielfältiger geworden. Und unbestreitbar ist die Selbstbezeichnung »Flexitarier« ausgezeichnet geeignet, sich von barbarischen Fleischessern abzugrenzen: Sie klingt weitaus besser als »Omnivore«, dürfte aber gern als Feigenblatt dafür genommen werden, das eigene Ernährungsverhalten zu kaschieren.

Bemerkenswert ist das differenzierte vegetarische und vor allem dynamisch wachsende vegane Angebot im Lebensmitteleinzelhandel bis hin zu den Discountern. In der Lebensmittelindustrie weckt das zunehmende Interesse von Kunden Ertragserwartungen nicht zuletzt wegen attraktiver Margen. Der hohe Anteil offensichtlicher Ersatzprodukte irritiert – von Hafermilch bis zum Burger aus Erbsenproteinen. Das erweckt den Eindruck, als läge das Interesse bei einer alternativen Ernährungsorientierung ausschließlich auf der Rohstoffebene einer gleichbleibend industriellen Lebensmittelproduktion. Überzeugender wäre es, wenn aus neuen Proteinquellen originäre Produkte entwickelt würden. Stattdessen gibt es Fleisch- und Wurstimitate zuhauf. Am Beispiel glutenfreier Brote wurde das Verfahren in jüngster Vergangenheit paradigmatisch exerziert. Aber nicht wenige mussten nach einem Einkauf irritiert feststellen, dass die besten glutenfreien Brote selbst hinter ihre industriellen Pendanten mit Gluten zurückfallen. Trotzdem gingen die Produktionszahlen durch die Decke. Scheuten die meisten Hersteller dennoch, ihre Produktionskapazitäten zu erweitern.

In dieser Gemengelage bleibt meist zu wenig Raum, klare Positionen und Informationen konstruktiv auszutauschen. Das jedoch ist Grundlage für jede aufgeklärte Meinungsbildung. Einfache Ergebnisse oder Lösungen scheinen per se ausgeschlossen, wie meist in unserer differenzierten Welt. Das darf keine Ausrede sein, um Dialoge zu verweigern. Im Gegenteil. Mit der so häufig beschworenen kulturellen Teilhabe sind mehr als nur Kino- und Theaterbesuche gemeint.

Im Journal Culinaire No. 32 »Vegetarisch und vegan« versammeln sich Beiträge, die sich aus zahlreichen und gelegentlich überraschenden Perspektiven dem Thema zuwenden. Während der Lektüre mag sich im einen Fall Zustimmung, im anderen hingegen Widerstand regen. In der Zusammenschau, so der Eindruck des Herausgebers, entspannt sich manche konventionelle Frontstellung und gibt den Blick frei für Fragestellungen, die von den üblichen Schlagworten verdeckt werden und dringend gemeinsam zu verhandeln wären. Das ist eine gute Gelegenheit, Sie zu bitten, uns an Ihren Überlegungen und Einschätzungen teilhaben zu lassen (redaktion@journal-culinaire.de)!

Was immer Sie lesen, essen oder trinken: Genießen Sie es. Es möge Ihrem Wohlbefinden dienlich sein.

Ihr MARTIN WURZER-BERGER
auch im Namen von THOMAS A. VILGIS

PS: Im vergangenen Jahr hat die »Ernährungs-Umschau« das empfehlenswerte Sonderheft 5 »Vegan« aus aktualisierten und neuen Beiträgen zusammengestellt. Ergänzend sei auf den Beitrag »Vegane Kinderernährung: Hinweise zur praktischen Umsetzung« in: Aktuelle Ernährungsmedizin 2020; 45: 93 – 103 hingewiesen.



Vegetarisch und vegan

Macht und Solidarität

An den Tischen der Gemeinschaft

12

Der Forschungsfokus von INES HEINDL liegt auf der ästhetisch-kulinarischen Bildung in Familie und Gemeinschaftspflege. Sie analysiert die Hintergründe divergierender Interessen innerhalb von Tischgemeinschaften und schärft den Blick für eine Ernährungsrealität, die nicht zuletzt von Emotionen bestimmt ist. Jenseits von Macht und Moral wirbt die Autorin für einen kommunikativen Prozess, der die Gleichzeitigkeit von Ernährungsalternativen akzeptiert.

Rapunzel heißt nicht Fasan

Vegetarische Ernährung als Zustand
der weiblichen bäuerlichen Unterschicht

18

Ausgehend von Erinnerungen ihrer Großmutter skizziert ANNA DALLER die Stellung junger Frauen in der hierarchisch geprägten Landwirtschaft des ersten Drittels des 20. Jahrhunderts. Sie äußert sich vor allem im Zugang zu Nahrungsmitteln. Es ist eine Erzählung wie aus einer anderen Welt, von der DALLER Fäden in die Vergangenheit und in die Zukunft spinnt.

Donnerstag ist Fleischtag

Fleischarme Ernährung in Kochbüchern vor 100 Jahren

25

REGINA FRISCH stellt sich bei der Lektüre historischer Kochbücher – vor allem von Arbeiter- und Kriegskochbüchern – die Frage, welche Faktoren die Ernährung maßgeblich bestimmen. Es entsteht ein bemerkenswert vielschichtiges und erhellendes Panorama.

Vegetarische Küche

Der Befund im Schweizer Kochbuchklassiker »Fülscher«

34

Einem bürgerlichen Lebensstil ist die 1923 erstmalig erschienene Rezeptsammlung von Elisabeth Fülscher verpflichtet. In den bis 1966 veröffentlichten acht Ausgaben lassen sich die Veränderungen der Schweizer Esskultur ausgezeichnet nachverfolgen. SUSANNE VÖGELI, die 2013 einen Neudruck initiiert hatte, dokumentiert anhand dreier Auflagen die Entwicklung vegetarischer Anteile.

Eine biblische Utopie

Vegane Ernährung weltweit

44

Das Judentum ist bekannt für seine strengen Speisevorschriften. Zwar ist der Verzehr von Schweinefleisch untersagt, doch als Vorkämpfer oder gar Speerspitze einer veganen Zukunft sind die Heilige Schrift und die Halacha bislang nicht verstanden worden. Das ändert Rabbi ASA KEISAR. Er argumentiert mit der Schrift gegen den Fleischverzehr und ruft ein veganes Kosher-Zertifikat ins Leben.

Darf man Tiere essen?

Eine Stimme aus der griechischen Antike

50

JOHANN S. ACH leitet das Centrum für Tierethik am philosophischen Seminar der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster. Er wirft einen anschaulichen Blick in die Philosophiegeschichte und entwickelt seine Argumentation entlang der Gedankengänge des griechischen Philosophen Plutarch. Der machte sich an der Zeitenwende dafür stark, darauf zu verzichten, Tiere zu töten, um sie zu verspeisen.

Ethik des Tötens

Das Menschenrecht, Tiere zu nutzen

56

Stehen die Interessen von Menschen und Tieren auf einer Stufe? LUDGER FISCHER sieht die Gefahr, dass ethische Überlegungen zum Fleischverzehr in die Irre führen. Er argumentiert mit Verve und entlarvt Denkfehler in der Diskussion um die Frage nach dem Recht des Menschen, Tiere zu töten.

Ernährung mit Tieren

Nicht die Tierhaltung, die Massentierhaltung ist abzuschaffen

59

Der vollständige Verzicht auf Fleisch ist eine geradezu reflexartige Antwort auf die unerträgliche Massentierhaltung. Die Landwirtin ANET SPENGLER NEFF ist davon keinesfalls überzeugt. Sie analysiert die landwirtschaftlich nutzbaren Flächen der Welt und entwirft ein differenziertes Szenario, in dem Wiederkäuern eine unverzichtbare Rolle in der menschlichen Ernährung zugewiesen wird.

Omnivor, vegetarisch und vegan

Gemeinsame (!) Anstrengungen für ein nachhaltiges Agrar- und Ernährungssystem

67

Auch ANITA IDEL ist mehr als skeptisch, dass sich allein mit dem Verzicht auf Fleisch die gegenwärtigen landwirtschaftlichen Probleme lösen lassen. Sie erläutert vor allem den Wert der Boden-Bildung und -Entstehung für eine nachhaltige Ernährung, bei der die unterschiedlichen Ernährungskonzepte gemeinsam agieren müssen.

Radikalisierung der Ernährung

Ist Essen die neue Religion?

76

HERBERT J. BUCKENHÜSKES hat in früheren Ausgaben des Journal Culinaire die Ernährungsgebote und -gesetze in den Weltreligionen dargestellt. Nun nimmt er die wichtigsten alternativen Ernährungsformen in den Blick und erkennt in den nicht selten konfrontativ geführten Kämpfen um die »richtige Ernährung« quasireligiöse Züge.

Vom Gemüse zur vegetarischen Küche

Warum Gemüse?

89

Vor mehr als einem Jahrzehnt setzte NILS HENKEL im Schloss Lerbach das erste Gemüsemenü auf die Karte. Es war das Interesse am Gemüse, das ihn dazu bewog. Das Menü war zunächst keineswegs vegetarisch. Das wurde es erst im Laufe der Zeit, und heute sind bei ihm auch vegane Gerichte selbstverständlich. Henkel zeichnet seinen Weg nach, diskutiert Einzelaspekte und fügt neben Fondrezepten die Rezepte für zwei Gerichte an.

Desserts

Vegan und vegetarisch

101

Vegetarisch arbeiten – das sollte für einen Patissier kein Problem sein. Doch so einfach ist die Sache nicht. Schon auf Gelatine zu verzichten, ist nicht trivial. Und um ein komplettes Dessert-Menü zu kreieren, kann auf die fünfte Geschmacks-wahrnehmung umami kaum verzichtet werden. RENÉ FRANK stellt seine Gedankengänge vor und macht klar, dass nicht eine Ernährungsprogrammatur, sondern das Wohlbefinden seiner Gäste im Vordergrund seiner Überlegungen steht.

Wurst und ihre fleischlosen Surrogate

Ein systematischer Vergleich

107

Allenthalben wird suggeriert, dass vegetarische und vegane Ersatzprodukte ihren Originalen in nichts nachstehen. THOMAS VILGIS hat entsprechende Muster mit MARTA GHEBREMEDHIN und MATHIAS SCHMITT aus seiner experimentellen Gruppe »Weiche Materie Lebensmittelwissenschaft« am Max-Planck-Institut für Polymerforschung in Mainz untersucht und zum besseren Verständnis Modelle auf molekularer Ebene entwickelt.

Forum

Chinesische Keule (Spargelsalat)

Gemüseporträt 1

129

Eigentlich müsste der Beitrag von MICHAEL HOFFMANN auch im vegetarisch-veganen Schwerpunkt dieser Ausgabe seinen Platz haben. Zu unserer großen Freude bereichert er das Journal Culinaire künftig regelmäßig mit einem Gemüse-Beitrag, vielen Dank dafür! Er beginnt mit dem recht seltenen Pflücksalat »Chinesische Keule«, in dessen Genuss allerdings nur derjenige kommt, der ihn selbst anbaut.

Mikroorganismen und Terroirprägung

Der Einfluss regionaler Mikrobiome auf die Weinsensorik

133

Stammt die zur Weinherstellung notwendige Mikrobiologie aus dem Weinberg oder ist sie im Weinkeller beheimatet? Dieser umstrittenen, gelegentlich geradezu umkämpften Frage ist ULRICH FISCHER am Weincampus Neustadt in wissenschaftlichen Versuchen auf den Grund gegangen – mit bemerkenswerten Ergebnissen.

Brust vom Huhn

Mundstück Nr. 38

141

Gelegentlich scheint es, als sei eine Hühnerbrust das einzige noch zumutbare Fleisch zu sein. Unblutig, berührungs- und bearbeitungsarm wandern die portionsgroßen Hälften ins Kochgeschirr. SAMUEL HERZOG entblättert das Phänomen »Pouletbrüschtl«, bei dem sich ihre Zugehörigkeit zur Sphäre des Tierischen zu verflüchtigen scheint.

Rezensionen

Unser tägliches Brot gib uns heute

145

CHRISTIAN VON WALLBRUNN ZU:

Unser tägliches Brot gib uns heute.

Was der Mensch alles erfinden musste, um satt zu werden

von Jochen Hamatschek

Lebendige Produkte

148

LUDGER FISCHER ZU:

Lebendige Produkte.

Obst und Gemüse als gestaltete Dinge

von Johanna Kleinert

151 Autoren

Vegetarisch und vegan

Tischgemeinschaften der unterschiedlichen Esskulturen bringen Menschen zusammen. Als »soziales Totalphänomen« verbindet das Essen Menschen, Völker und Nationen und prägt ihre Kommunikation. Zentral ist das jeweilige Gastlichkeits-Konzept einer Mahlzeit, das wie ein Beziehungs- und Schutzkonzept in der Gemeinschaft ausgehandelt wird. Über Aspekte der reinen Nahrungsaufnahme und des Genusses hinaus nehmen heute Diskurse von Bedürfnissen und Wertvorstellungen einer Identitätssuche zwischen Macht und Solidarität einen immer größeren Raum ein.

Macht und Solidarität

An den Tischen der Gemeinschaft

Szenario 1: Tischgemeinschaft der Gastlichkeit

11. November 1982. Familie Liebermann hat zur Martinsgans eingeladen. Vorspeise und Nachspeise sowie die Getränke sind auf das Hauptgericht abgestimmt. Die Gäste zeigen schon bei der Bestätigung der Einladung, dass sie sich auf den Abend freuen. Wenn überhaupt nach der Menüfolge gefragt wird, dann aus purer Neugier, um die Vorfreude zu steigern. Entsprechend verläuft der gesamte Abend: Genuss und fröhliche Gespräche bleiben in der Erinnerung der Gastgeber.

Szenario 2: Begegnung am Tisch im Multiple Choice

11. November 2017. Ein junges Paar hat von der »Gänse-Legende« zum Martinstag gehört und lädt Freund:innen spontan ein, den Gänsebraten mit ihnen zu teilen. In der WhatsApp-Gruppe passiert nun Folgendes:

»Gibt's statt Gans auch Fisch? Ich esse kein Fleisch!« – »Freu mich auf den Abend, aber ohne Milchprodukte, bitte! Hab 'ne Laktoseintoleranz.« – »Gibt's genug Gemüse? Lebe vegan.«

Nachdem jeder Gast auch am Tisch seinen Ernährungsstil erläutert hat, verläuft auch dieser Abend fröhlich.

Hintergründe erzählter Realität zwischen Genuss und Ideologie

An beiden Tischen ist die Kommunikation bedeutsam. Szenario 1 sucht im Essen und Reden das Verbindende und handelt die Gastlichkeit im Genuss aus. Dem Gast ist wohl bewusst, dass er in wertschätzenden Kommentaren zur Qualität der Speisen- und Getränkefolge des Menüs seinen Anteil an der Gastlichkeit einbringt. Szenario 2 sucht das Trennende: Wir kommen hier zusammen zum Gänsebratenessen. Jedoch bietet dieser gemeinsame Anlass in der allgemeinen Ernährungslandschaft wenig Möglichkeit zur Selbstdarstellung durch Distinktion. Also werden verschiedene Ess- und Lebensstile eingebracht und die jeweiligen Grenzen verschiedener Identitäten ausgehandelt. Dabei geht es nicht nur um das Bedürfnis, sich zu unterscheiden. Es wird gleichzeitig Ausschau gehalten nach den Gruppen der Zugehörigkeit. Essen als Lebensstil eignet sich dabei seit der Generation Millennials in besonderem Maße dazu, das Trennende und/oder Gemeinschaftsbildende zum Ausdruck zu bringen. Selbstdarstellung und Identitätssuche zeigen sich im Essen und Reden und werden zu einer Art confessio: »Ich bin nicht authentisch, wenn ich euch noch nicht von meinen neuen Entdeckungen im Essen erzählt habe!« Die heutigen Möglichkeiten, sich je nach gesellschaftlicher Zugehörigkeit zu unterscheiden, sind in ihren Grenzen verwischt: Standesunterschiede durch Geburt und Besitz haben ihren Distinktionswert verloren. Also braucht das soziale Wesen Mensch neue Zugänge: Geld, Qualifikation, Lebensstil und ideologisierte Themen von Konsum, Klima und Weltverbesserung eignen sich in besonderem Maße. Entsprechend haben die Themen von Essen und Selbstdarstellung die Tische der Gemeinschaft verändert.

»Veggie days« und ihre alternative Einordnung

»Einst war fleischloses Essen gekochte Weltverbesserung, heute essen wir Gemüse, weil es schmeckt. Erst ohne Ideologisierung wurde vegetarisches Essen populär – also hört auf mit dem Moralisieren!« Der Veggie day der Grünen ist eine dumme Idee.

Welt am Sonntag, 5. März 2013

Zeitgenössische Entwicklungen zum Vegetarismus¹ bzw. Veganismus² haben ihre Vorläufer im 19. Jahrhundert, als »local vegetarian societies« in Schottland und England gegründet wurden. Im frühen 20. Jh. waren vegetarische Botschaften der Nahrung von moralischer Verurteilung begleitet: »Tötung von Tieren und vor allem ›vierfüßiges‹ Fleisch sind verboten.« »Milch ist eine gefährliche Flüssigkeit.« Der Vegetarismus im deutschsprachigen Raum hat seine Wurzeln in den Lebensreformbewegungen des 19. Jahrhunderts, die durch den Ernährungsreformer Werner Kollath (1942) Eingang in das wissenschaftlich fundierte Konzept der Vollwert-Ernährung der 1980er Jahre fanden (Claus Leitzmann, Universität Gießen). Außerdem sind Reformhäuser bis heute sichtbare Auswirkungen dieser Bewegungen. In der jüngeren Zeit bemüht sich auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) um Einordnung einer

pflanzenbetonten Nahrung und konzentriert sich dabei vor allem auf die Nährstoffversorgung vegan lebender Frauen (in Schwangerschaft/Stillzeit) und Kinder.

Der sozio-kulturelle Blick auf heutige Lebensstile des Veganismus bzw. Vegetarismus verdeutlicht, dass die wenigen interdisziplinären Analysen von Wissenschaft und Praxis zwischen Ernährung und Gesundheit, Philosophie und Ideologie eine *hochemotionalisierte* Ernährungslandschaft freilegen. Das Essverhalten an den Tischen der Gemeinschaft eignet sich hervorragend, Essideologien als strategische Kommunikation zu nutzen: Der essende Mensch schafft sich ein sinn- und identitätsstiftendes Ordnungssystem.

Diskurse von Macht und Solidarität – Paradolisierung

Kriegs- und Hungererfahrungen der Menschen führten im Europa Anfang des 20. Jahrhunderts zur Sehnsucht nach dem echten Geschmack der Lebens- und Genussmittel besserer Jahre: Fleisch, Fisch, Eier, Butter, Wurst, Käse, Brot, Honig, Kaffee, Kakao. Schon bald sprach das Wirtschaftswunder-Deutschland von einem Wohlstand, der die Körperbilder der Männer und Frauen verändern sollte (Abb. 1).

1 Familien-Weihnacht (Harald Duwe, WV 529, Museumsberg Flensburg; aus: Heindl, 2016)





2 Drei junge Männer treffen sich zur Mittagspause.



3 Vier Frauen wählen aus Speisekarten.

Kräftig und beleibt war der männliche Wohlstandsbauch nicht verpönt, sondern ein Zeichen von *Macht*: »Wir haben es geschafft, schaut her, es geht uns wieder gut!«

Was die Ernährungsmedizin heute im tödlichen Quartett des metabolischen Syndroms zusammenführt (Übergewicht bauchbetont, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörung, Insulinresistenz), war für die Deutschen der Nachkriegszeit ein Überlebensdiskurs der Tüchtigkeit. Vier Jahrzehnte später hatte sich die globale Ernährungslandschaft komplett verändert. Die DGE formuliert auf ihrer Homepage als wichtigstes Ziel: »Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Bevölkerung durch Anleitung zu richtiger und vollwertiger Ernährung zu erhalten und zu steigern.« 2020 nun legt ein Gutachten des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) die Strategie einer Politik der Nachhaltigkeit für faire Ernährungsumgebungen vor. Dem wissenschaftlichen Beirat geht es dabei zentral um die Gemeinschaftsverpflegung, also die Esstische der Gemeinschaft.

Drei Männer sitzen an einem Tisch und essen (Abb. 2). Das Foto vermittelt: Sie reden nicht, verbringen jedoch Zeit miteinander. Anlass und Nahrung werden zu einem Akt der Kommunikation, hier als Ausdruck der *Solidarität*. Erst auf den zweiten Blick entdeckt der Betrachter, dass es sich um Produkte einer Biomarktkette handelt, die die Essenden verbindet.

Vier Frauen reden und tauschen sich aus, bevor Entscheidungen fallen (Abb. 3). Wir dürfen vermuten, dass sich in diesen Vorgesprächen *Solidarität* zeigt: Sie haben sich an einem Tisch getroffen, um beim Essen und Reden eine gemeinsame Ernährungsumgebung zu teilen. Was wir nicht wissen, ist, ob nun trennende Diskurse beginnen über Lebens- und Gesundheitsstile bzw. Zutaten und Bekömmlichkeiten der Speisen, ähnlich dem Szenario 2.

Die drei Bilder offenbaren Diskurse von Essen, Ernährung und Kommunikation: Körperbilder, Männer, Frauen, ein Kind, Tisch- und Esssituationen, Speisen und Getränke vermitteln Einblick und Haltungen der Personen. Was

erkennt, be- und verurteilt der Betrachter? Auf welche Weise entwickeln sich nun Deutungen bis hin zu Anmaßungen der Deutungshoheit? Eine Gesundheits- und Diätmoral sucht an den Tischen der Gemeinschaft weniger in den Essensbotschaften der Menschen nach Zusammenhängen der Esskultur, sondern blickt auf die Teller und analysiert Nähr- und Wirkstoffe.

An dieser Stelle wird das Phänomen der Paradoxie bedeutsam. Wozu ich anregen möchte, ist der Prozess der *Paradolisierung*. Damit meine ich die Fähigkeit, Alternativen gleichzeitig zu sehen. Menschen, die das Wort »alternativlos« in ihrem Vokabular verwenden, reden nicht von den Dingen, sondern von ihrem Unvermögen oder ihrer Unwilligkeit, Alternativen im Denken, Sehen und Deuten zuzulassen. (Hartwig Eckert 2021)³

Veränderungsprozesse von Ernährungsstilen und Essgewohnheiten werden angesichts einer globalen Nahrungs- und Ernährungsflut monosystemisch eingeordnet, die komplex-dynamischen Bedingungsfaktoren von Macht und Solidarität an den Märkten sind nicht durchschaubar. Die Ernährungssysteme der westlichen Welt, angetrieben durch eine Wachstumshegemonie, beharren auf Botschaften von mehr Überfluss und Preis-Leistung. Vor allem *Macht* und Effizienz der Gate Keeper, vertreten durch Supermärkte, verhindern kommunikative Strategien der Suffizienz: »Wann wird weniger genug?«

Der Dominanz der Machtstrukturen an den Weltmärkten stehen in den Denkmodellen einer nachhaltigen Ernährung Prinzipien der *Solidarität* entgegen. Solidarische Landwirtschaft und Gemeinwohltifizierung sind sichtbare Erfolge. Zurück zu den Esstischen der Gemeinschaft im Privaten und in der Öffentlichkeit. Essen und Reden in geteilten Ernährungsumgebungen eröffnen den sozialen Raum für gemeinsame Ess- und Lebenswelten:

- Kinder werden in eine Familie geboren, in der das Essenlernen beginnt. Kindern kluge Angebote machen und sie wählen lassen sind entscheidende Voraussetzungen einer entspannten Atmosphäre bei Tisch.
- Kindertagesstätten werden für Kinder, Erzieher, Erzieherinnen und Eltern zu Orten solidarischer Essensgemeinschaften.
- Verpflegungskonzepte der Schulen bieten Schülerinnen und Schülern sowie Lehrkräften gemeinsame Erlebnisse im schulischen Alltag, die in maximal 12 bis 13 Jahren Voraussetzungen für eine formale Ernährungsbildung durch kommunikative Strategien einer gelungenen Essatmosphäre schaffen.
- Gemeinschaftsverpflegung in Betrieben führt diese fairen Bedingungen einer gesellschaftlichen Verantwortung fort. Unternehmen berichten, dass Ernährungs- und Bewegungsangebote eines erfolgreichen BGM (Betriebliches Gesundheitsmanagement) zum Marketingkonzept beim Anwerben qualifizierter Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen wurde.

DGE-Qualitätsstandards der Gemeinschaftsverpflegung unterstützen Träger von der Kita bis zu Betrieben und Unternehmen bei der Ausgestaltung der Angebote. Inzwischen haben dort Ernährungsformen einer pflanzenbetonten Nahrung Eingang gefunden.

Fazit

Wenn dann vor allem der soziale Raum in Familie, Kita und Schule zum geschützten Raum einer nachhaltigen Ernährung wird, so erkennen Politik und Gesellschaft gleichzeitig unterschiedliche Ansätze des Prinzips Solidarität für eine global verantwortbare Ernährung an. Über den Lebenslauf der Menschen entwickelt sich an diesen Esstischen langsam, aber stetig eine kulinarische Bildung (*culina* = Küche), die individuelle Bedürfnisse berücksichtigt bei einer gleichzeitigen Gemeinwohlorientierung. Die Projektionsfläche einer solchen Esskultur kann auf kommunikative Strategien von Macht und Moral verzichten.

Literatur

- Eckert, Hartwig (2021): ZEIT-Häuser – das Unsichtbare sichtbar machen. Wachholtz Verlag (im Druck)
- Heindl, Ines (2016): Essen ist Kommunikation – Esskultur und Ernährung für eine Welt mit Zukunft. Umschau Zeitschriften Verlag
- Douglas, Mary (1997): Deciphering a meal. In: C. Counihan and P. van Estrik (ed.): Food and Culture – A Reader. Routledge, New York
- von Koerber, Karl, Thomas Männle und Claus Leitzmann (2012): Vollwert-Ernährung – Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung. Haug Verlag
- Rademacher, Christel und Ines Heindl (2019): Ernährungsbildung der Zukunft – Maßnahmen und Wirksamkeit der Professionalisierung. Umschau Zeitschriften Verlag
- Schreckhaas, Markus (2018): Essen als Ideologie – Aspekte einer kulturgeschichtlichen Projektionsfläche. Ernährungsumschau (6) M330-M337

Anmerkungen

- 1 Angesichts der vielfältigen Definitionen konzentriere ich mich auf Folgendes: Vegetarier:innen essen nichts vom getöteten Tier, d.h. Milch- und Milchprodukte (Laktovegetarier) bzw. Eier (Ovo-Laktovegetarier) sind erlaubt.
- 2 Veganer verzichten auf Nahrungsmittel tierischen Ursprungs, einige meiden darüber hinaus auch andere Tierprodukte, die z.B. für Kleidung (Leder) oder andere Zwecke verwendet werden.
- 3 Paradolisierung ist die Fähigkeit, in einem Gegenstand bzw. einem Prozess zwei Dinge gleichzeitig zu sehen.

© Abb.: Alle Fotografien, auch des Gemäldes von H. Duwe, stammen von Stephan Rehberg, Flensburg.

Die Chinesische Keule bereichert jeden Garten. Sie bietet kulinarische Freuden über einen langen Zeitraum, ist vielfältig in der Zubereitung und kann das ganze Jahr kulinarisch begleiten – ein köstlicher Genuss.

Chinesische Keule (Spargelsalat)

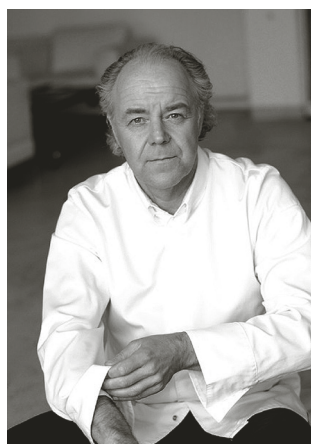
Gemüseporträt 1

Die Chinesische Keule, die auch Spargelsalat genannt wird, ist zuerst ein Pflücksalat, der über längere Zeit genutzt werden kann. Ihre Setzlinge werden April bis Mai gepflanzt. Die Blätter können ab Ende Juni und dann regelmäßig und fortlaufend gepflückt werden. Die Pflanze wird bis zu einem Meter groß, der Strunk kann einen Durchmesser von bis zu acht Zentimetern bekommen. Erntereif ist die Pflanze in der Regel nach etwa drei Monaten.

Die kleinen, jungen Blätter sind eine Bereicherung in jedem Salat; ihre Struktur erinnert an einen Römersalat. Die eher feste, knackige Struktur lässt viele Zubereitungsmöglichkeiten zu. Kleinere Blätter werden als Blattgemüse gedünstet, die größeren können gefüllt, getrocknet, fermentiert und eingelegt werden – wie Weinblätter.

Der eigentliche Mehrwert der Pflanze ist der Strunk. Auf dem Feld stehend erinnert die Pflanze an Bambus. Je dicker der Strunk wird, desto holziger wird sein Inneres. Es ist empfehlenswert, die Chinesische Keule zu ernten, wenn sie einen Durchmesser von etwa fünf Zentimetern erreicht hat.

Sobald die Pflanze in die Blüte geht, entfaltet sie eine besondere, exotische Schönheit und ist ein attraktiver Blumenschmuck.



PD DR. JOHANN S. ACH Jahrgang 1961, hat Philosophie, Katholische Theologie, Soziologie und Erwachsenenbildung in Augsburg, Münster und Kaiserslautern studiert. Er ist Privatdozent am Philosophischen Seminar der Universität Münster und dort Geschäftsführer und Wissenschaftlicher Leiter des Centrums für Bioethik. Zu seinen Arbeitsgebieten gehören insbesondere Theorie- und Begründungsfragen in der Ethik und der Angewandten Ethik, ethische Probleme der modernen Medizin und die Tierethik. Bereits seine Dissertation *Warum man Lassie nicht quälen darf. Tierversuche und moralischer Individualismus* (Erlangen 1999) war tierethischen Fragen gewidmet. Gemeinsam mit Dagmar Borchers ist er Herausgeber des Handbuchs *Tierethik. Grundlagen – Kontexte – Perspektiven* (Stuttgart 2018).

PROF. DR. HERBERT J. BUCKENHÜSKES Jahrgang 1954, studierte Lebensmitteltechnologie an der Universität Hohenheim, promovierte und habilitierte ebendort. Nach vierzehn Jahren in der Lebensmittelindustrie machte er sich 2004 als lebensmittelwissenschaftlicher Berater selbstständig, parallel war er zehn Jahre lang Fachgebietsleiter Lebensmitteltechnologie bei der DLG e.V. in Frankfurt. Er leitet die Geschäfte der Gesellschaft Deutscher Lebensmitteltechnologien (GDL e.V.). Mitarbeit in verschiedenen Redaktionen, wissenschaftlichen Ausschüssen und Gutachterausschüssen. Seit geraumer Zeit beschäftigt er sich intensiv mit kulturhistorischen und ethischen Aspekten im Umfeld der Lebensmitteltechnologie, so u. a. auch mit den Speisegesetzen in verschiedenen Religionen. Neben diesen Aktivitäten ist er als freischaffender Künstler tätig.

ANNA DALLER geboren 1976, Historikerin in Progress, Mediävistin und Bühnenarbeiterin. Sie studiert an der Universität Wien und untersucht Ernährung im Kontext der Kultur- und Frauengeschichte des Späten Mittelalters und der Frühen Neuzeit. Seit etwa zwanzig Jahren beschäftigt sie sich als Wissenschaftlerin, Köchin, Künstlerin, Bühnenarbeiterin und Esserin mit historischen, kulturellen, literarischen und künstlerischen Aspekten der menschlichen Ernährung, der Zubereitung von Gerichten und dem Verzehr von Speisen.

DR. LUDGER FISCHER geboren 1957 in Essen, Politikwissenschaftler, Kunsthistoriker und Philosoph, ist Politikberater. Er war über zehn Jahre Mitglied der »Beratenden Gruppe für die Lebensmittelkette« der Europäischen Kommission in Brüssel, des Beratungsgremiums der Interessenvertreter bei der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit EFSA in Parma und Beiratsmitglied zahlreicher EU-Projekte zur Lebensmittelenwicklung. In zwei Bänden deckte er traditionelle Küchenirrtümer auf, zusammengefasst und aktualisiert unter dem Titel »Küchenirrtümer« (Osburg 2020). »Mann kocht!« (Eichborn 2012) behandelt die Rollenklischees bei der Essenzubereitung. 2014 erschien im Verlag Thomas Plöger »Göttliche Diät. Theologisches aus der Speisekammer«. Über die seltsamen Gepflogenheiten der Briten mokiert er sich in »We are anders. Endlich Ordnung im Brexit-Chaos« (Osburg 2019). Für das Deutsche Institut für Lebensmitteltechnik verfasste er eine »Ethik der Verarbeitung von Lebensmitteln«. Im Herbst 2021 erscheint bei Osburg »Der Kommissionsbeamte, der lieber Pornodarsteller wäre«. Darin plaudert er die Geheimnisse seiner Lobbyarbeit aus, bei der es vorwiegend um Lebensmittelpolitik geht. Fischer lebt in Brüssel.

PROF. DR. ULRICH FISCHER Jahrgang 1963, studierte nach einer Winzerlehre an der Mosel und in der Pfalz Weinbau und Önologie in Geisenheim und Food Science mit Schwerpunkt Önologie an der University of California in Davis. Nach der Promotion der Universität Hannover zur Entalkoholisierung von Wein ging er 1995 zur Staatlichen Lehr- und Forschungsanstalt in Neustadt; 1997 Fachbereichsleiter Kellerwirtschaft; 2003 Leiter des Instituts für Weinbau und Önologie am DLR-Rheinpfalz. 2003 Honorarprofessor TU Kaiserslautern; dort lehrt er seit 1997 im Studiengang Lebensmittelchemie; seit 2008 an der Universität für gastronomische Wissenschaften in Pollenzo, Italien. Maßgeblicher Mitgründer des Kompetenzzentrums Weinforschung im DLR-Rheinpfalz und des dualen Studiengangs Weinbau und Önologie am Weincampus Neustadt. Fischer leitet den AK Önologie Rheinland-Pfalz; Mitglied im wissenschaftlichen Beirat des Forschungskreises Ernährungsindustrie; Experte in der Sachverständigengruppe Technologie der Internationalen Organisation für Rebe und Wein (OIV). 2014 »Visiting Professor« am Australian Wine and Research Institute in Adelaide, Australien. Auszeichnung mit drei Co-Autoren »Best Önologie Paper 2020« im American Journal for Önologie and Viticulture.

RENÉ FRANK geboren 1984 im Allgäu. Nach der Mittleren Reife Ausbildung zum Koch. Begabtenförderung durch die IHK Erfurt. Goldmedaille und Titel »Jugend-Berufsweltmeister der Köche« für Deutschland in Helsinki 2005. Stationen in Oexle's Speisemeisterei** und Zirbelstube* in Stuttgart. Weiterbildungen in der Patisserie-Schule Sweet Art von Robert Oppenender in Zuckerartistik, Pralinen und Schokolade. Aufenthalte am Culinary Institute of America in New York und Nappa Valley sowie am Centre de Formation Alain Ducasse in Paris. Stipendiat des spanischen Außenhandelsinstituts für. Stationen in der Chocolaterie-Patisserie »Oriol Balaguer« in Barcelona, im Restaurant Akkelare*** in San Sebastian, im Restaurant Georges Blanc*** im französischen Vonnas sowie im schweizerischen Restaurant Lampart's**. 2010 Japan-Stipendium der Landesstiftung Baden-Württemberg: RyuGin*** in Tokio und Honten Kikunoi*** in Kyoto. Im selben Jahr wurde Frank Chef-Pâtissier im Osnabrücker Restaurant La Vie, das seit 2011 drei Michelin-Sterne führt. René Frank wurde mehrfach als Pâtissier des Jahres ausgezeichnet: u. a. 2013 vom Gault & Millau, 2016 vom Aral Schlemmer Atlas, 2019 von Der Feinschmecker sowie 2020 vom Rolling Pin. Seit 2016 ist Frank Chef und Miteigentümer des CODA Dessert Dining in Berlin und wurde 2019 mit dem ersten und 2020 mit dem zweiten Michelin-Stern ausgezeichnet.

DR. REGINA FRISCH Jahrgang 1961, studierte Germanistik und Philosophie. Promotion in Deutscher Sprachwissenschaft. Forschung und Lehre an den Universitäten Würzburg und Jyväskylä / Finnland. Arbeitet als Referentin und Autorin. Sie wertet Kochbücher als zeitgeschichtliche Quellen aus: Kochbücher erzählen Geschichte(n). Bisher erschienen »100 Jahre Kochbuchgeschichte. Miesbach – die Wiege des Bayerischen Kochbuchs« (Ausstellungskatalog, 2015), »Biografie eines Kochbuchs. Das Bayerische Kochbuch erzählt Kulturgeschichte« (2016), »Kochen im Ersten Weltkrieg. Drei Kriegskochbücher aus Bayern« (2018). www.ResteFerwertung.de

MARTA GHEBREMEDHIN studierte biomedizinische Chemie an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz. Bereits während ihres Studiums arbeitete sie als Studentische Hilfskraft in der Arbeitsgruppe soft matter food science am Max-Planck-Institut für Polymerforschung von Prof. Thomas Vilgis. In ihrer Diplomarbeit beschäftigte sie sich mit dem temperaturinduzierten synergistischen Gelierungsmechanismus zwischen verschiedenen nicht-gelierenden Verdickungsmitteln. Im August 2018 begann sie ihre Promotion zum Thema »Rheologie, Tribologie und thermische Eigenschaften von

Hydrokolloid-Systemen«. Ihre Forschungsschwerpunkte umfassen die Texturmodifikation von Hydrogelen, insbesondere von fluiden Gelen, deren physikalisch-chemische Eigenschaften und den Gelierungsmechanismus durch Manipulation der Prozessbedingungen. Ihre Forschungsinteressen richten sich auf die Anpassung der Textur in Lebensmitteln und das strukturbasierte Design von gesunden Lebensmitteln für Dysphagie-Patienten sowie auf die Entwicklung eines grundlegenden Verständnisses der zugrundeliegenden Mechanismen.

PROF. DR. INES HEINDL EM. Jahrgang 1950, Professur am Fachbereich Gesundheits-, Ernährungs- und Sportwissenschaften der Europa-Universität Flensburg. Studium der Öcotrophologie, Promotion in Biochemie. Seit 1990 war sie am Aufbau von Studiengängen zur Ernährungs-, Gesundheits- und Verbraucherbildung in Flensburg beteiligt. Forschungsschwerpunkt heute: Esskultur, Ernährung und Kommunikation.

NILS HENKEL Jahrgang 1969. Ab 1986 Ausbildung als Koch im Romantikhôtel Voss-Haus in Eutin. Stationen im Hamburger Restaurant Le Jardin im Raphael Hotel, im Landhaus Scherrer bei Heinz Wehmann sowie im »Il Ristorante«. Sous-Chef im Valkenhof (Coesfeld) bei Pascal Levallois und in »Averbeck's Giebelhof« (Senden). Ab 1997 Sous-Chef im Restaurant »Dieter Müller« (Schlosshotel Lerbach), ab 2004 Küchenchef und Stellvertreter von Dieter Müller, ab 2008 alleiniger Küchenchef. 2010 Umbenennung des Restaurants in »Gourmetrestaurant Lerbach«, ausgezeichnet mit drei Michelin-Sternen. Anfang 2014 wurde das Schlosshotel Lerbach geschlossen. Es folgen Kochseminare, Rezept- und Produkteentwicklungen, Beratung von Gastronomiebetrieben und Unternehmen. Teilnahme an Gourmetfestivals im In- und Ausland. Ab 2017 Küchenchef im Restaurant »Schwarzenstein« im »Relais & Châteaux Hotel Burg Schwarzenstein« (Geisenheim-Johannisberg). Seit Sommer 2020 kulinarische Verantwortung im »Papa Rhein Hotel« mit dem »Bootshaus Restaurant« in Bingen. Im Sommer 2021 erscheint das neue Buch »Flora mit Henkels vegetarischer Küche«.

SAMUEL HERZOG Jahrgang 1966, bewegt sich im Grenzbereich von Kunst, Literatur und Journalismus (www.samuelherzog.net). Er schreibt über seine Reisen, auch wenn sie ihn manchmal nur auf das Dach seines Wohnhauses führen (www.episoda.ch), beschäftigt sich mit kulinarischen Themen und widmet sich literarisch-künstlerischen Projekten wie der fiktiven Insel Lemusa, deren facettenreiche Kultur er seit 2001 in Museen, Publikationen und im Internet vorstellt (www.lemusa.net). Seit 2013 arbeitet er an einer Reihe von kurzen Texten zu einzelnen Nahrungsmitteln. 33 dieser Mundstücke sind als Buch erschienen (Mundstücke. Zürich: Rotpunkt Verlag, 2017). Zuletzt publizierte er eine Sammlung von Feuilletons aus allen Regionen Indiens (Indien im Augenblick. Zürich: Rotpunktverlag, 2019), zu der als PDF auch eine Sammlung von Texten über die indische Küche und Rezepten gehört.

MICHAEL HOFFMANN geboren 1967, ging im Alter von 15 Jahren in die Kochlehre. In nicht weniger als 17 verschiedenen Küchen in der Schweiz und in Deutschland sammelte er Erfahrungen; zu den wichtigsten Stationen zählten Lothar Eiermann und Eckart Witzigmann. Er war vier Jahre Küchenchef im Hotel Vier Jahreszeiten in Hamburg, bevor er im Frühjahr 2000 Küchenchef im Restaurant Margaux in Berlin wurde, das er 2003 übernahm. Es ist seit Februar 2014 geschlossen. Koch des Jahres 2010 im Feinschmecker, 2011 »Liebling des Jahres« in der F&S. Hoffmann betrieb von 2009 bis 2015 in Potsdam-Mittelmark einen eigenen Garten, in dem er auf 2000 Quadratmetern 160 zum Teil vergessene Gemüsesorten anbaute. 2012 bis 2014 lief eine zehnteilige Doku auf ARTE: »Hoffmanns fabelhafte Welt der Gemüse«. 2013 bis 2019 In-

haber der handwerklichen Bäckerei SoLuna Brot & Öl. 2014 erhielt er von EAT BERLIN die Auszeichnung »Pionier der Gemüseküche«. Seit 2015 ist er als Corporate Executive Chef für Hapag-Lloyd Cruises tätig. Zu seinem Verantwortungsbereich zählen alle fünf Schiffe der Flotte, er entwickelt alle Speisekarten und Restaurantkonzepte in seinem Berliner Büro und auf den Weltmeeren.

DR. ANITA IDEL Jahrgang 1955, Tierärztin und Mediatorin. Von 2005 bis 2008 Lead-Autorin im IAASTD (UN-Weltagrarbericht). Arbeitet als Projektmanagerin und Beraterin in den Bereichen Ökologisierung der Landwirtschaft, Agrobiodiversität und Tiergesundheit. Mediatorin in den Spannungsfeldern Ökonomie und Tierschutz sowie Landwirtschaft und Naturschutz. 1986 bis 2015 Lehrbeauftragte an der Universität Kassel »Tiergesundheitliche, ökologische und sozioökonomische Folgen der Agrotechnik«, 2011 bis 2016 an der Universität Lüneburg »Nachhaltige Ressourcennutzung – zur (auch historischen) Rolle nachhaltiger Beweidung für Bodenfruchtbarkeit und biologische Vielfalt« und seit 2012 in Münster »Tierhaltung, biologische Vielfalt und Bodenfruchtbarkeit – im Kontext Welternährung, Klimaschutz und Ressourcennutzung«. Mitbegründerin der Arbeitsgemeinschaft Kritische Tiermedizin (1982), des Gen-ethischen Netzwerks (1986), der Gesellschaft für Ökologische Tierhaltung GÖT (1991) und des Conseil Mondial des Eleveurs (1997) sowie des Tierärztlichen Forums für verantwortbare Landwirtschaft (2012). Mitglied der Liga für Hirtenvölker und nachhaltige Viehwirtschaft, des Forschungsinstituts für ökologische Tierzucht und Landnutzung, des Bunds für Umwelt und Naturschutz Deutschland, des Naturschutzbundes, der Vereinigung Deutscher Wissenschaftler, von ProVieh, im Deutschen Tierschutzbund und von Slow Food Deutschland. Hauptpreisträgerin Schweisfurth-Forschungspreis 1993 für das Buch »Gentechnik, Biotechnik und Tierschutz«. Salus-Medienpreis 2013 für das Buch »Die Kuh ist kein Klima-Killer! Wie die Agrarindustrie die Erde verwüstet und was wir dagegen tun können«. Nachhaltigkeitspreis Neumarkter Lammsbräu 2019. Ihr Interesse gilt der Kultur und Geschichte des Mensch-Tier-Verhältnisses und der nachhaltigen Nutzung von Tieren unter der Devise »Denken und Handeln in fruchtbaren Landschaften«. www.anita-idel.de

ASA KEISAR Jahrgang 1973, ist ein israelischer jüdischer Theologe und Rabbiner. Er studierte an einer streng orthodoxen Hochschule (Haredi Jeschiwa) in Israel. Bei den Israelischen Verteidigungstreitkräften war er als Kashrut-Supervisor für die koschere Beurteilung der Lebensmittel zuständig. Das Ausmaß und die Selbstverständlichkeit von Tiermisbrauch, der heute Teil der modernen industriellen Landwirtschaft ist, brachte ihn zu einer rein veganen Ernährung. Seine Studie *Velifnei Iver HaShalem* (In Front of the Blind) über die traditionellen religiösen Texte belegt das Gebot einer veganen Lebensweise. Er hält Vorträge über religiösen Veganismus an Grundschulen, Gymnasien und Universitäten in Israel. Asa Keisar ist Initiator und Gründer der Vegan Kosher Certification. <https://asakeisar.com/en/get-vegan-kosher/>

MATHIAS SCHMITT Jahrgang 1988, studierte Chemie an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz; Abschlussarbeit im Bereich der Nanotechnologie. Ein Themenwechsel führte den Hobbykoch an das Max-Planck-Institut für Polymerforschung in Mainz, an dem er seit 2018 in der Arbeitsgruppe soft matter food science von Prof. Dr. Thomas Vilgis an halbfesten Protein-Fett-Emulsionen forscht und promoviert.

DR. ANET SPENGLER NEFF geboren 1963 in Basel, lernte nach ihrer Schulzeit auf landwirtschaftlichen Betrieben die praktische Nutztierhaltung. Sie hat Landwirtschaft an der ETH Zürich in der Fachrichtung Nutztierwissenschaften studiert und längere

Praktika auf einem biologisch-dynamischen Betrieb und auf Alpen verbracht. Während acht Alpsommern in der Bödmeren (Muotathal, SZ) hat sie Kühe, Rinder und Ziegen gehütet. Seit 30 Jahren arbeitet sie in der biologisch-dynamischen Ausbildung der Schweiz im Bereich Tierhaltung mit, seit 20 Jahren arbeitet sie am Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL) in Frick im Departement für Nutztierwissenschaften, wo sie Forschungsprojekte zur Rinderhaltung und -züchtung leitet und Lehraufträge an Landwirtschaftsschulen, Fachhochschulen und Hochschulen wahrnimmt. Zuhause hält sie eine kleine Herde Engadinerschafe mit zwölf Muttertieren.

PROF. DR. THOMAS VILGIS Jahrgang 1955, ist Physiker und leitet die Arbeitsgruppe soft matter food science am Max-Planck-Institut für Polymerforschung in Mainz (<https://sites.mpip-mainz.mpg.de/vilgis>). Er ist Autor von mehr als 300 Fachpublikationen sowie zahlreichen populärwissenschaftlichen Werken, darunter auch wissenschaftliche Kochbücher mit verschiedenen Koautoren. Vilgis lehrt an der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz und seit 2018 regelmäßig an der Justus-Liebig-Universität Gießen (Lehrauftrag). Sein kürzlich erschienenes Buch »Biophysik der Ernährung« (Springer Nature) befasst sich mit den physikalischen Grundlagen der Ernährung. »Einfach essen – Gegen den Ernährungswahn in unseren Köpfen«, erschienen im Hirzel Verlag ist ein Plädoyer für einen ideologiefreien Genuss auf Grundlagen von Kultur- und Naturwissenschaft.

SUSANNE VÖGELI Jahrgang 1952, lebt und arbeitet in Aarau. 1994 bis 2017 leitete sie ihre Kochschule »Cookuk« in Aarau. Darauf folgend initiierte sie ebendort den »Raum-Acht« ein Labor für Kochen und Forschen, in dem recherchiert, analysiert, erprobt, diskutiert und nicht zuletzt gekocht und gespiesen wird. Die Lebensmittelvielfalt wird erkundet, um die komplexen Küchentechniken der Verarbeitung zu verstehen. Vögeli verfolgt die Wirkung von Lebensumständen auf die Ernährung und die Folgen für die Esskultur. Ihre Überlegungen finden Gestalt z. B. im Museum für Esskultur im Mühlerama Zürich (Ausstellung »Das Brot aus dem See«), im Museum Anna Göldi, Glarus (Ausstellung »Zucker, die Währung der Liebe«) und im Kunstraum »ECK« in Aarau. Ihr Interesse für die Geschichte des Kochens führte zu der Neuauflage des Kochbuches von Elisabeth Fülscher im Jahr 2013. Die Rezeptsammlung für den Privathaushalt inspirierte sie, die Tradition weiterzutragen und Veränderungen zu dokumentieren. Der große Fleischkonsum etwa, einst Distinktionsmerkmal derjenigen, die es sich leisten konnten, wurde zum Merkmal ungesunder Ernährung. Gerichte mit viel Fett und Rahm weichen einer leichteren Küche, Arme-Leute-Essen wie Linsen oder Eintopfgerichte tauchen, lange Zeit verschmäht, wieder auf. In einem Kochblog pflegt sie das Rezeptgut von Elisabeth Fülscher und entwickelt es in deren Sinne weiter. Dort sind neu rezeptierte, vegetarische Rezepte sind verfügbar: Kartoffelgnocchi, Rosenkohl und Kastanien, Buchweizenküchlein, Kartoffelpuffer, Caramelisierter Brüsseler, Brot-Gemüseauflauf usw. Blog: www.elisabeth.fuelscher.ch

DR. CHRISTIAN VON WALLBRUNN Jahrgang 1967, Studium der Biologie und Promotion in der Mikrobiologie an der Westfälischen Wilhelmsuniversität Münster. Nach einem Exkurs in die medizinische Forschung kam er zur Weinmikrobiologie und Getränketechnologie an die Hochschule Geisenheim University. Dort ist er bis heute in der Mikrobiologie von Wein und Getränken auf dem Gebiet der Lebensmittelsicherheit aktiv. Seine große Leidenschaft sind die vielfältigen Fermentationen zur Herstellung und Konservierung von Lebensmitteln. Zum Thema Kakaofermentation war er in Mittel- und Südamerika unterwegs. Im Privaten begeistert er sich für die Jagd und Jagdhunde und liebt es, mit hochwertigen Zutaten zu kochen.

Vegetarisch und vegan

journal **culinaire**

Kultur und Wissenschaft des Essens

Edition Wurzer & Vilgis

© 2021

Herausgeber	Martin Wurzer-Berger	Prof. Dr. Thomas A. Vilgis
Redaktion	Martin Wurzer-Berger	wurzerberger@journal-culinaire.de
Gestaltung	Elmar Lixenfeld, www.duodez.de	
Druck	NINO Druck GmbH, Neustadt/Weinstraße	
Schrift	Elzette und Utensil von Elmar Lixenfeld	

Die Abbildungen wurden, wenn nicht anders vermerkt,
freundlicherweise von den Autoren zur Verfügung gestellt.

ISBN 978-3941121-32-4 Alle Rechte vorbehalten
ISSN 1866-6493 Gerichtsstand Münster

Erscheinen	zweimal im Jahr	Mai, November
------------	-----------------	---------------

Einzelheft	Das Einzelheft kostet 14,90 Euro (No. 1–21), 15,90 Euro (No. 22–29), ab der No. 30 17,40 Euro, inklusive Ust., jeweils zuzüglich Porto \ Schweiz 24 sFr inklusive Porto	
PDF	Das Einzelheft kostet 14,90 Euro (No. 1–21), 15,90 Euro (No. 22–29), ab der No. 30 und Nachdrucke 17,40 Euro, inklusive Ust. \ 24 sFr. (Schweiz)	
Abonnements	Jahresabonnement: zwei Ausgaben zum Preis von 29 Euro, inklusive USt., zuzüglich Porto \ Schweiz 44 sFr inklusive Porto	

Studierende und Personen in der Berufsausbildung (mit Nachweis)
23,40 Euro zuzüglich Porto \ Schweiz 36 sFr inklusive Porto

Für Abonnenten ist zusätzlich zum gedruckten Heft die digitale Version
als PDF zum Preis von 3,90 Euro \ 5 sFr pro Ausgabe erhältlich

Bestellung	Abonnements, Einzelhefte, PDF aller Ausgaben, auch der vergriffenen	Edition Wurzer & Vilgis Martin Wurzer-Berger Ottmarsbocholder Straße 117 48163 Münster Telefon 02501-950772 Fax 02501-950773 verlag@journal-culinaire.de
------------	--	---

www.journal-culinaire.de

Vegetarisch und Vegan №32 2021
Sauerteige №31 2020
Bier trinken №30 2020
Bier brauen №29 2019
Eier, nicht nur von Fischen №28 2019
Reifung als Kulturleistung №27 2018
Hühner und ihre Eier №26 2018
Obst und Gemüse haltbar machen №25 2017
Noch einmal Schokolade №24 2017
Kakao, Schokolade, Kuvertüre №23 2016
Wurst vom Metzger №22 2016
Bienen und Honig №21 2015
Käse №20 2015
Weinberg und Keller №19 2014
Frische Milch №18 2014
Fermentation №17 2013
Bitte zu Tisch №16 2013
Brot backen №15 2012
Öl, Butter und Schmalz №14 2012
Räuchern №13 2011
Kräuter №12 2011
Fisch №11 2010
Getreide №10 2010
Fleisch №9 2009
Wein-Kultur №8 2009
Schmecken №7 2008
Kochperspektiven №6 2008
Geschmacksbildung №5 2007
Nahrungsmittelallergien №4 2007
Globalisierung des Essens №3 2006
Essen in der Kunst №2 2006
Tischsitten №1 2005

Vegetarisch und vegan

INES HEINDL

Macht und Solidarität

ANNA DALLER

Rapunzel heißt nicht Fasan

REGINA FRISCH

Donnerstag ist Fleischttag

SUSANNE VÖGELI

Vegetarische Küche

ASA KEISAR

Eine biblische Utopie

JOHANN S. ACH

Darf man Tiere essen?

LUDGER FISCHER

Ethik des Tötens

ANET SPENGLER NEFF

Ernährung mit Tieren

ANITA IDEL

**Omnivor, vegetarisch und
vegan**

HERBERT J. BUCKENHÜSKES

**Radikalisierung der
Ernährung**

NILS HENKEL

**Vom Gemüse zur
vegetarischen Küche**

RENÉ FRANK

Desserts

THOMAS VILGIS

MARTA GHEBREMEDHIN

MATHIAS SCHMITT

**Wurst und ihre
fleischlosen Surrogate**

Forum

MICHAEL HOFFMANN

Chinesische Keule (Spargelsalat)

ULRICH FISCHER

**Mikroorganismen und
Terroirprägung**

SAMUEL HERZOG

Brust vom Huhn

Rezensionen

CHRISTIAN VON WALLBRUNN

**zu: Unser tägliches Brot
gib uns heute.
Was der Mensch alles
erfinden musste,
um satt zu werden**
von Jochen Hamatschek

LUDGER FISCHER

**zu: Lebendige Produkte.
Obst und Gemüse
als gestaltete Dinge**
von Johanna Kleinert

978-3941121-32-4



ISBN 978-3941121-32-4

ISSN 1866-6493

www.journal-culinaire.de