

## Essen: eine Lebensnotwendigkeit

Was wir essen, wo und wie wir essen, sagt viel über unseren Geschmack, unsere Art zu leben, unsere Kultur aus. Das gilt heute wie auch für frühere Zeiten. Der Weg, den die Menschheit von der rohen Mammutkeule bis zum heutigen Fast Food zurücklegte, ist lang und verlief nicht immer in geraden Bahnen. Aber immer hat Essen und Trinken einen starken Bezug zum menschlichen Miteinander.

Essen und Nahrung ist etwas, mit dem sich alle tagtäglich auf irgendeine Art und Weise beschäftigen. Der überwiegende Teil der Menschheit arbeitet auch heute noch fast ausschliesslich, um genügend Nahrung zu haben, um satt zu werden.

Durch lange Jahrhunderte hindurch war es für die meisten Menschen keine Selbstverständlichkeit, täglich genügend zu essen zu haben. Immer wieder gab es Nahrungsempässe, die

zu Hungersnöten führten und denen man ziemlich hilflos ausgeliefert war. Hungersnöte waren auch bei uns jahrhundertlang gefürchtet und ein beständiger Grund zur Sorge. Noch im 19. Jh. starben Menschen in der Schweiz an Unterernährung. Die Angst, zu wenig zu essen zu haben, ist für uns heute kaum mehr vorstellbar – eher haben wir das Problem, zu viel zu essen und so unsere Gesundheit zu gefährden. Die Wertschätzung der Nahrung, die Dankbarkeit und Freude über einen gefüllten Teller waren früher bestimmt grösser als heute, wo alles im Überfluss und jederzeit verfügbar ist.

### Veränderungen

In den letzten knapp 100 Jahren haben sich unsere Lebensumstände und damit auch die Ernährungsgewohnheiten grundlegend verändert. Die besseren Möglichkeiten zu konservieren, aber auch viele Neuerungen in der Nahrungsmittelproduktion (z. B. Suppenwürfel, Büchsen oder Tiefkühlprodukte) erleichterten das Kochen und



2,3 Mio. Tonnen Lebensmittel landen in der Schweiz jährlich im Abfall

hatten Auswirkungen auf Essen und Tischkultur. Neue Erkenntnisse in der Landwirtschaft, in der Medizin und in der Technik trugen zu einer besseren Gesundheit und höheren Lebenserwartung der Menschen bei.

Die beiden Weltkriege (1914–1918 und 1939–1945) wiederum schränkten die Möglichkeiten stark ein. Um mit dem Vorhandenen auszukommen, war viel Fantasie gefragt. In den 50er-Jahren des letzten Jahrhunderts und vor allem danach öffneten sich mit beginnendem Wohlstand die Grenzen: Zuerst italienisches und nach und nach auch asiatisches Essen erweiterten den Speisezettel, Exotisches wurde für alle erschwinglich.

Heute sind Spezialitäten aus der ganzen Welt auf unseren Tellern zu finden. Dank Transporten auf dem Luft- und Seeweg kann man zu allen Jahreszeiten (fast) alles haben, was rund um den Erdball wächst und gedeiht, Erdbeeren im Dezember sind nur ein Beispiel. Es zeigen sich aber auch die Schattenseiten der fast unbegrenzten kulinarischen Möglichkeiten. Dank unseres Wohlstandes können wir es uns heute leisten, wählerisch zu sein, nur die besten Stücke zu verspeisen und Unmengen von Lebensmitteln fortzuwerfen. Pro Jahr werden in der Schweiz sage und schreibe 2,3 Mio. t Lebensmittel aussortiert oder weggeworfen. Dazu kommt, dass die

Nahrungsmittel im Vergleich zu den anderen Lebenskosten relativ billig geworden sind. Industrielle Produktion und billige Transporte sorgen für Preise, die dem Wert unserer Nahrungsmittel eigentlich nicht mehr entsprechen.

Jahrzehntlang machten die Kosten für das tägliche Essen in der Schweiz mehr als die Hälfte der Haushaltskosten aus, heute sind es nur gerade noch etwa 6 %, 1945 waren es noch 36 %. An den Nahrungsmitteln verdienen heute vor allem Händler und weiterverarbeitende Industriebetriebe und nicht die Produzenten, also die Bauern.

In unserer gegenwärtigen Esskultur spielen stark verarbeitete Lebensmittel (Fertigprodukte, «Convenience Food») eine grosse Rolle. Das ist zwar praktisch, aber damit entfremden wir uns immer mehr von den natürlichen Nahrungsmitteln. Die Speisen sind oft so präpariert, dass man das Ursprungsprodukt nicht mehr erkennen kann. Es kann nicht schaden, wenn wir uns überlegen, woher unsere tägliche Nahrung kommt und welchen Weg sie zurückgelegt hat, bis sie auf unseren Tellern gelandet ist.

Und wenn wir verstehen möchten, woher viele unserer Ernährungsgewohnheiten kommen, ist es notwendig, bis weit zurück in die Ur- und Frühgeschichte zu schauen.



Titelbild: Schnelle Verpflegung: im Burger King oder bei Mc Donald's  
Hungersnöte gab es in Europa bis ins 19. Jahrhundert. Irland 1818, Glasplattenbild

