

Sie hält nichts von der »extrem moralischen Überheblichkeit« der Veganer. – **Hanni Rützler**, 53, auf dem Wiener Brunnenmarkt. Die Österreicherin ist als Food-Trend-Forscherin weltweit bekannt.

58 »ESSEN SOLLTE EIN FEST SEIN«

INTERVIEW: JÖRN KABISCH, FOTO: ANDREAS JAKWERTH

Was hat die Moral beim Essen verloren? Viel, aber nicht alles, sagt die Ernährungswissenschaftlerin Hanni Rützler. Sie plädiert für »kulinarische Nonchalance«.

zeozwei: Frau Rützler, helfen Sie uns, wir leiden unter moralischer Essstörung.

HANNI RÜTZLER: Davon habe ich noch nie gehört.

Es gibt kaum noch Lebensmittel, denen nicht mit Misstrauen begegnet wird. Löst das keine Essstörungen aus?

Die psychologischen Ursachen für Essstörungen sind viel komplexer. Da geht es nicht in erster Linie um Misstrauen. Schon in der ersten Geschichte, die darüber Mitte des 19. Jahrhunderts geschrieben wurde – dem Suppen-Kaspar in Heinrich Hoffmanns Struwwelpeter – geht es nicht um Lebensmittel, sondern darum, dass ein Kind durch Nichtessen Kontrolle über sein Leben zu gewinnen versucht. Das ist der Kern vieler Essstörungen und heutiger Verzichtsdebatten.

Sie haben ein Buch geschrieben »Muss denn Essen Sünde sein?«, in dem sie aufzeigen, wie moralisch Essen inzwischen aufgeladen ist. Und auch dagegen anschreiben.

Ausgangspunkt war für mich eine Diskussion mit zwei Veganern. Das habe ich noch Wochen mit mir herumgetragen: ►



59

»ESSEN IST FÜR VIELE EINER DER WENIGEN LEBENS-
BEREICHE, ÜBER DEN SIE NOCH SELBST BESTIMMEN
KÖNNEN. WENN SIE SELBST KOCHEN. DAS FÜHRT ZU
EINER EMOTIONALEN AUFLADUNG DES KOCHENS.«

60 Die Radikalität ihres Ansatzes. Und die extreme moralische Überheblichkeit, mit der sie Omnivoren gegenüberreten.

Sie essen Fleisch?

In Maßen, ich bin Flexitarierin. Ich war damals zutiefst getroffen, im Nebensatz zur Mörderin gemacht zu werden. Es gab keine Möglichkeit, darüber sachlich zu diskutieren. Als Forscherin zum Thema Esskultur war das für mich natürlich ein Anlass, mich mit dem Veganismus tiefer auseinanderzusetzen.

Man hat nicht das Gefühl, dass Ernährung heutzutage etwas Angenehmes und Leichtes ist, sondern durchsetzt von Müssen und Sollen.

Essen ist heutzutage für viele einer der wenigen Lebensbereiche, über den sie noch selbst bestimmen können – wenn sie selbst kochen. Das führt zu einer emotionalen Aufladung des Kochens. Im besten Fall zu einer Leidenschaft, oft aber auch zu einem problematischen Kochimperativ.

Sie kritisieren auch das in Ihrem Buch.

Ja, weil sich dieser Imperativ wieder an Frauen – insbesondere an Mütter – richtet. Das fällt mir vor allem in den USA und in Deutschland auf. In Frankreich unterhalten sich Frauen, wenn es ums Essen geht, darüber, wo sie den besten Kuchen oder die beste Pastete bekommen und nicht primär über Preis-, Gesundheits- und Erziehungsfragen. Und sie haben kein schlechtes Gewissen, wenn kulinarische Entscheidungen den Ausschlag geben oder wenn sie den beim Metzger gekauften Pot-au-feu einem selber gekochten vorziehen. Es ist auch in Deutschland noch gar nicht so lange her, da haben es Frauen als eine neue Freiheit begriffen, nicht mehr jeden Tag kochen zu müssen. Ich finde es bemerkenswert, wie rasant sich Einstellungen hier wieder wandeln.

Sie sprechen sogar von einer Fetischisierung des Selberkochens.

Dass selber zu kochen das Beste ist, was man für seine und die Gesundheit der Kinder tun kann, diese Überzeugung ist Spiegel einer Gesellschaft, in der Misstrauen die Norm geworden ist. Wenn wir sie ins Extrem ziehen, dann machen wir uns zu paranoiden Essern.

Hat denn Moral bei der Ernährung gar nichts verloren?

Doch. Es muss vieles radikal hinterfragt werden, auch nach ethischen Kriterien. Die Industrialisierung der Fleischproduktion ist höchst unappetitlich geworden. Das Gleiche gilt für die Preisorientierung. Es geht einfach nicht mehr billiger. Wir haben da zu lange weggesehen. Auch deshalb werden viele Ernährungsthemen vom Schwarz-Weiß-Denken regiert. Das geht mir aber einen Schritt zu weit. Für vieles, was uns wichtig ist, was für uns ein gutes Leben ausmacht, gibt es keine mora-

lischen Gründe. Das beste Beispiel ist die Liebe. Sie ist grundlegend, aber es gibt keine moralische Verpflichtung, zu lieben.

Wird das Thema überfrachtet?

Essen ist heute ein Akt, um der eigenen Persönlichkeit Ausdruck zu verleihen. Man kann damit provozieren und sich gegenüber anderen abgrenzen, mehr als mit Frisuren und Mode. Jede Zeit hat ihr Thema, um Individualität und Gesinnung zu zeigen. Heute ist es das Essen.

Und was kommt Ihnen dabei zu kurz?

Die Freude am Genuss. Essen ist ja nicht nur überlebenswichtig. Es sollte auch Lebensfreude sein, ein Fest. Eine moralische Engführung und fundamentalistischer Ernährungsfuror töten die Freude am Essen und die Geselligkeit eines Mahles. Ich plädiere deswegen für mehr kulinarische Nonchalance.

Der Furor trifft gerade wieder das Fleisch. Forscher sagen, es löst Krebs aus.

Das ist eine Frage der Dosis. Und diese Frage wird in der Berichterstattung über entsprechende Studien oft unterschlagen. Das führt dann dazu, dass – wie mir eine Freundin erzählt – ihre Tochter sie belehrt habe, dass Fleisch giftig sei: »Mama, es ist karzinogen.« Die Kleine weiß gar nicht, was das bedeutet. Wie übrigens viele. Wie sagt Peter Sloterdijk so treffend: »Die Welt ist keine Kugel, sie ist ein Schaum.« Und es gibt so unendlich viele Schaumschläger. Da werden der Menschenverstand und Tausende Jahre Esskultur in einer Sekunde vergessen, um Menschen Angst zu machen.

Warum ballen sich die moralischen Debatten so beim Fleisch?

Fleisch ist ein kulturell und emotional hoch aufgeladenes Thema. Es steht am Ende der Nahrungsmittelkette und war Jahrhunderte lang das Leitprodukt, Vorrecht der Herrschenden und der Männer. Und um Fleisch zu essen, müssen wir töten.

Es hat also auch immer die Frage gegeben: Wer darf Fleisch essen und wie viel?

Ja, die Debatte begleitet uns seit den Anfängen der Zivilisation. Lange Zeit war es ein Thema zwischen Mann und Frau. Jetzt geht es um die weltweite Verteilung: Soll der hohe Fleischkonsum ein Vorrecht der industrialisierten Welt bleiben? Sollen die aufstrebenden Eliten der Schwellen- und Entwicklungsländer auf Fleisch verzichten, weil es ökologisch geboten wäre? Und was ist – nach der Überwindung des historischen Mangels – der »richtige« Umgang mit Fleisch?

Und der ist ...

... meiner Ansicht nach nicht der radikale Verzicht. Aber wir sollten uns – nun, da es uns so gut geht – mit Fragen ausein-

anderzusetzen, die lange Zeit keine Rolle gespielt haben: Wie werden Tiere gehalten? Wie werden sie getötet? Will ich sie essen? Und welche Menge ist adäquat?

Wie ist ihr Ansatz?

Wir müssen mehr in Kreisläufen denken, um mit den Ambivalenzen zurechtzukommen. Am Anfang steht die Einsicht, dass wir Teil der Natur sind. Und das heißt: Lebewesen leben immer von anderen Lebewesen, sei es Tier oder Pflanze. Essen und gegessen werden, wir sind Teil dieses Kreislaufes. Wir können uns daraus nicht einfach ausklinken. Aus meiner Sicht denkt sowohl die Tierrechts- als auch die Ökologiebewegung zu kurz. Ich beschäftige mich gerade sehr mit dem Cradle-to-Cradle-Konzept von Michael Braungart. Da geht es nicht darum, zu sparen oder den CO₂-Ausstoß zu reduzie-

»DER RICHTIGE UMGANG MIT FLEISCH
IST NICHT DER RADIKALE VERZICHT.«

ren, sondern darum, Kreisläufe zu verstehen und in ihnen zu denken und zu handeln. Das ist ein ganz neues Verständnis von Natur und Ökologie.

Sehen Sie denn einen Fortschritt?

Es gibt einen grundlegenden Wandel. Seit 2005 ist der Fleischkonsum hierzulande konstant rückläufig. Das ist nicht zu unterschätzen. Man muss sich nur ansehen, wie der Hunger nach Fleisch über Jahrhunderte historisch gewachsen ist. Lange war es ein Vorrecht der Reichen. Dann gab es im 20. Jahrhundert eine Demokratisierung: Fleisch wurde billig und für jeden erschwinglich. Inzwischen wird der Verzicht zum Luxusmerkmal, weil Menschen sagen: Fleisch ist so normal, das brauch ich nicht auch noch.

Können Sie mit dem Begriff »kulinarische Emanzipation« etwas anfangen?

Es ist die Frage, wie man dem Überfluss begegnet. Wir kennen in der westlichen Welt keinen Hunger mehr, sondern stehen jeden Tag neu vor der Wahl. Die Möglichkeiten sind grenzenlos. Der Wunsch nach Orientierung hat zu einem Ruf nach Regeln, einem Bedarf an ethischen Grundsätzen geführt. Was dabei zu kurz kommt, ist das eigene Sensorium, der Geschmack.

Wie meinen Sie das?

Wir haben in den letzten Jahren viel über Nährwerte gelernt. Viele Menschen versuchen auf dieser Basis zu entscheiden,

was sie essen sollen oder nicht. Aber dieses Nährwertwissen hat den Fokus auf eine Phase nach dem Schluckakt gelenkt. Hinter dem Gaumen besteht Essen tatsächlich nur noch aus Eiweiß, Fetten, Kohlehydraten und Kalorien. Wir abstrahieren so, dass wir gar nicht mehr schmecken und auch nicht mehr wahrnehmen, was der Geschmack mit uns macht.

Wir schmecken genau dort, wo Sprache entsteht. Darum sagen wir unweigerlich »Mmh«?

Es ist ein Wort des Erstaunens. Aber interessant ist doch, dass wir nicht mehr viel andere Worte kennen, um Geschmackseindrücke zu verbalisieren. Das »Mmh« – oder auch »Lecker« – ist inzwischen zum dominanten Wort im Werbefernsehen geworden. Essen wird da reduziert auf ein undifferenziertes, weil sprachloses, Hinunterschlingen.

Uns fehlt die Sprache?

Wenn wir Geschmackserinnerungen ansammeln und Wissen aufbauen wollen, dann müssen wir Worte dafür finden. Sonst bleiben Geschmackseindrücke ziemlich beliebig. Es ist doch oft so, dass man erst etwas erschmecken kann, wenn man einen Begriff davon hat, was man kostet. Das Reden, die Sprache machen Geschmackseindrücke zugänglich.

Sehen Sie Ansätze für eine Emanzipationsbewegung?

Vor allem in den Städten wächst eine Generation heran, die sich kritisch mit der industriellen Produktion von Lebensmitteln auseinandersetzt, aber nicht mehr nur auf Anti-Unternehmens-Aktivismus setzt, sondern selbst Alternativen initiiert: Vom Urban Gardening bis zum Street-Food-Boom. Anders gesagt: Es wird spielerisch mit dem Thema umgegangen. Darin liegt ein Teil der Lösung.

Klingt nach einer Sponti-Bewegung.

Ja, aber genussorientierter als in den 70er- und 80er-Jahren. Ich bin neulich für ein Pastrami-Rindfleisch-Sandwich hier um die Ecke am Wiener Brunnenmarkt angestanden, zwischen Dutzenden von jungen Menschen. Ich musste 40 Minuten warten. Wenn mir das jemand vor einem halben Jahr vorhergesagt hätte, ich hätte den Kopf geschüttelt. Aber das war ein Erlebnis. Ich war weitaus die Älteste. Es war ein witziges Kommen und Gehen, Party. Und die jungen Leute haben sich über ihre kulinarischen Erlebnisse ausgetauscht. Sehr relaxed.

Schönes Bild: In der Schlange zu stehen, um zu reden und Appetit zu bekommen.

Ja, das ist etwas, was wir sonst tunlichst vermeiden.

War es ein Genuss?

Absolut. Im kulinarischen und sozialen Sinn. ■

61