

Beim Essen merkt man, wie weit wir uns schon von der Natur entfernt haben

Ich bin in einem Bauernhof aufgewachsen. Fast alles, was hier gegessen wurde, stammte aus der Natur, wurde auf natürliche Weise mit eigenen Händen selbst erzeugt:

- Getreide** Die Getreideernte war der Höhepunkt des bäuerlichen Lebens. Als Kind habe ich noch erlebt, wie mein Großvater und Vater die Halme mit der Sense mähten, meine Großmutter und Mutter sie mit der Sichel zu Garben rafften und mit gedrehten Strohstricken zusammenbanden. Wir Kinder hatten in der Erntezeit, eigentlich Ferien, aber in der bäuerlichen Spitzenzeit mussten auch wir mithelfen. Wir drehten die Strohstricke für die Garben und legten sie für die Garbenbinderrinnen bereit und stellten die Garben zu Puppen. Die Sonne prasselte oft unbarmherzig vom Himmel. Wir Kinder wären am liebsten barfuß gegangen, aber die Stoppeln pieksten zu sehr an den Füßen. Der Duft des reifen Getreides hat sich bei mir bis heute eingepreßt. Nachdem das Getreide auf dem Feld abgetrocknet war, wurde es in die Scheune eingefahren und nach der Ernte mit einer mobilen Dreschmaschine, die von Hof zu Hof gefahren wurde, gedroschen. Auch dabei mussten wir Kinder mithelfen: Garben aus dem Pansen auf die Dreschmaschine gabeln oder die Strohballen an der Strohpresse abnehmen und in die Strohschopfe stapeln. Das war eine schwere Arbeit, bei der man schwitzte. Die Staubwolke, die die Lunge reizte, legte sich auf die Haut. Am Abend sah man aus wie ein „Neger“. Die kräftigen Männer wuchteten die Zentnersäcke mit dem ausgedroschenen Körnern auf den Boden des Wohnhauses, wo es für den Eigenbedarf und als Saatgetreide für die nächste Saison gelagert wurde. Der überschüssige Teil wurde an den Großhandel verkauft. So wie man zum Backen Mehl brauchte, wurde wieder Sack für Sack vom Boden geholt und in die Mühle gebracht. Ich erinnere mich noch, dass ich als Kind mit meiner Mutter den Handwagen mit zwei Getreidesäcke zu Fuß nach Rudolstadt zur Untermühle gezogen haben. Die Säcke wurden mit einem Aufzug in die oberste Etage gezogen und die Körner in einen Trichter geschüttet. Die ratternde Mühle, die das ganze Haus erzittern ließ, war für mich ein Phänomen. Unten kam das Mehl heraus, wurde in weiße Leinensäcke gefüllt, auf den Handwagen geladen, dann ging es wieder heimwärts. Zu Hause wurde das Mehl in einem großen Holzkasten, der für die verschiedenen Mehlsorten dreifach unterteilt war, aufbewahrt. Die „Mehlkammer“, in der auch die Würste und Schinken hingen, war im Obergeschoss unseres Wohnhauses direkt gegenüber von meinem Schlafzimmer. In den 1950er Jahren buk meine Oma noch wöchentlich vom Roggenmehl Brot in unserem Hausbackofen, später kauften wir es beim Bäckermeister in meinem Heimatort. Vom Weizenmehl haben die Frauen Kuchen gebacken. Es wurde alltäglich Strietzel, zu Geburts- und Feiertagen Apfel-, Pflaumen-, Mohn- und Streuselkuche und zu Weihnachten Schittchen gegessen. Weggeworfen wurde kein Essen, auch nicht Altbackenes, z.B. eine Woche altes Brot.
- Kartoffeln:** Die südamerikanische Frucht wurde in unserer Gegend um 1750 eingeführt. Bis dahin ernährten sich die Leute hauptsächlich von Getreide. Der Kirchhaseler Pfarrer Wohlfarth berichtet 1856, dass in unserer Gegend in wettermäßig schlechten Jahren oft nicht einmal die Saatmenge geerntet werden konnten. Dann gab es große Hungersnöte mit vielen Toten. Seitdem Kartoffeln angebaut werden, gibt es kaum noch Hungersnöte, zumindest nicht so schwere. Pfarrer Wohlfarth nannte sie eine Segensfrucht.¹ Wir Kinder lernten jedoch schon bald, dass auch diese Frucht nicht einfach geschenkt wurde, sondern dass ihr Anbau harte Arbeit bedeutet. Noch heute erinnere ich mich an meinen schmerzenden Rücken vom Kartoffelauflesen bei der Ernte. Die Kartoffel wurde in der Küche sehr vielseitig zubereitet. Man aß sie als Pellkartoffeln mit Quark und Leberwurst, als Salzkartoffeln mit Gemüse und Sauerkraut, als Kartoffelbrei, Kartoffelstampf und Kartoffelzampe. Das beste waren am Sonntag die Kartoffelklöße mit Braten.
- Gemüse:** Meine Mutter baute sämtliche übliche Gemüsesorten in unserem ca. 200 qm großen Gemüsegarten hinter der Scheune an. Sie baute soviel an, dass nicht nur

1 Jürgen Weyer: Die Pfarrerrfamilie Wohlfarth und die Volksaufklärung. TVV-Mitteilungen, Erfurt, 2019

unsere Familie voll versorgt war, sondern sie in der Saison auch Gemüse wöchentlich auf dem Markt in Rudolstadt verkaufte. Das Gemüse wurde gegessen, wenn es im Freiland wuchs. Im Spätherbst wurden Möhren, Sellerie, Rote Beete und anderes Knollengemüse in Mieten frostsicher für den Winter eingelagert und Weißkraut zu Sauerkraut verarbeitet sowie Gurken sauer eingeweckt.

Beeren und Obst: Beerensträucher (Johannis- und Stachelbeeren) standen wie eine Allee rechts und links des Mittelweges im Gemüsegarten. Im Obstgarten hinter dem Gemüsegarten wuchsen mindestens zehn Apfel-, Birnen-, Zwetschen- und Kirschbäume. Beeren, Kirschen und Zwetschen wurden frisch gegessen. Himbeeren, Brombeeren und Heidelbeeren suchten wir im Wald, wenn sie reif waren. Äpfel wurden für den Winter eingelagert, anderes Obst eingeweckt. Auch wenn die Äpfel im März schrumpelig waren, wurde nicht gemäkelt. Meine Großeltern stellten von verschiedenen Obst- und Beerensorten auch Wein her, der für uns Kinder natürlich tabu war. Südfrüchte (Orangen, Mandarinen, Bananen, Rosinen) gab es zu meiner Kinderzeit nur zu Weihnachten und das auch nur limitiert auf Zuteilung im Konsumverkaufsladen des Dorfes.

Butter und Käse: Wir hatten drei Milchkühe in unserem kleinen Landwirtschaftsbetrieb. Die Milch, die die Kühe gaben, wurde an die Molkerei verkauft. Die Milch wurde früh zur Milchbank (Podest) auf den Dorfplatz gebracht. Dort holte sie ein LKW der Molkerei Schwarza ab. Am Nachmittag kamen die Milchkannen mit Magermilch für die Schweine, manchmal auch mit leckerer Buttermilch zurück. Einen Teil des Verkaufserlöses bekam man auch als Naturalvergütung in Form von Butter und Käse. In die Erzeugung auch dieser Landwirtschaftsprodukte waren wir Kinder einbezogen indem wir bei der Heu- und Grummet- sowie bei der Grünfütterernte mithalfen.

Fleisch und Wurst: Meine Großeltern und Eltern hielten in unserem kleinen Landwirtschaftsbetrieb etwa vier Schweine, eines davon wurde im November zur Selbstversorgung zu Hause von einem Fleischer geschlachtet und zu Leberwurst, Rotwurst (Blutwurst), Presswurst (Sülzwurst), Bratwurst (Knackwurst) und Schinken verarbeitet und durch Räuchern bzw. durch Einkochen in Blechbüchsen haltbar gemacht. Ein kleiner Teil des Fleisches wurde in einem Tonfass eingepökelt. Frisches Schweinefleisch gab es nur am Abend des Schlachtfestes. Im übrigen Jahr gab es in der Regel nur sonntags Braten aus Kaninchen-, Gänse-, Enten- oder Hühnerfleisch. Die o.g. vier Wurstsorten standen täglich auf dem Abendbrotbisch. Wir waren nichts anderes gewöhnt. Für uns Kinder war es etwas ganz besonderes, wenn unsere Mutter am Markttag ein Stück Jagdwurst oder Bockwürste aus der Stadt mit nach Hause brachte.

Fisch: Fisch war fast das Einzige was nicht in unserer Bauernwirtschaft produziert wurde. Fisch gab es aber in historischen Zeiten, d.h. vor hundert Jahren, noch massenhaft in der Saale und in den Bächen. In Unterhasel verdienten ein paar Fischer ihr Geld mit dem Gewerbe des Fischfanges. Mit der Inbetriebnahme der Zellwollfabrik in Schwarza und der Einleitung giftiger Abwässer in den Fluss starb 1936 der gesamte Fischbestand aus. Das sollte im Wesentlichen bis zum Ende der DDR so bleiben. In einigen Teichen wurden Karpfen gehalten und an der Schwarza gab es Forellenaufzucht- und -mastanlagen. Zu DDR-Zeiten hatten wir eine der größten Fischfangflotte, die auf allen Meeren der Welt unterwegs war. Allerdings profitierte die Bevölkerung davon fast gar nicht, weil der größte Teil der Fangergebnisse gegen harte Devisen ins westliche Ausland verkauft wurde. In den Läden gab es manchmal Räuchermakrelen und Fischstäbchen aus Fischabfällen. Sehr leckere Bratheringe und Rollmopse wurden im VEB Fischfeinkostbetrieb („Fischbude“) Kirchhasel hergestellt. Fisch war auf unserem Abendbrotbisch etwas Seltenes.

Essen war etwas ganz Wertvolles, weil jeder, auch die Kinder, wussten, welche Mühe bei der Herstellung aufgebracht werden muss und wieviel Schweiß darinnen steckt. Außerdem waren historische Hungersnöte ins Gedächtnis des Volkes eingeebrannt, der Zweite Weltkrieg und die Nachkriegszeit lagen noch nicht so lange zurück. Deshalb ging man respektvoll mit Essen um und verschwendete es nicht und warf auch nichts Essbares in den Abfall. Auch auf den Bauernhöfen,

wo Lebensmittel meistens in Überfluss vorhanden waren, wurde nichts weggeworfen. Wenn es Essensreste gab, bekamen diese der Hund, die Katzen, die Schweine oder die Kleintiere. Eine Wertverschiebung gab es in den 1970er Jahren. Die Löhne und Gehälter stiegen. In Ermangelung von Konsumgütern wurde immer mehr Geld für Essen und Trinken ausgegeben. Der Lebensmittelkonsum stieg. So lag z.B. der Fleisch- und Wurstverbrauch 1955 noch bei 45 kg pro Person, bis 1989 stieg er auf 100 kg/Kopf. In dieser Hinsicht hatte es die DDR an die Weltspitze geschafft, nur die USA lagen mit 200 kg/Kopf noch höher. Da Devisen für Importe fehlten, musste der höhere Bedarf durch Produktionssteigerungen im eigenen Land erwirtschaftet werden. Ab 1970 wurde in den Landwirtschaftlichen Produktionsgenossenschaften (LPG), die fast die gesamte landwirtschaftliche Nutzfläche bewirtschafteten, zu industriellen Produktionsweisen übergegangen. Durch bessere Sorten, effektivere Bearbeitungsmethoden und mehr Kunstdünger sowie Unkraut- und Schädlingsbekämpfungsmittel wurde eine enorme Ertragssteigerung erreicht. Die gleiche Entwicklung ist aber auch in der BRD unter kapitalistischen Produktionsbedingungen nachzuweisen. Die DDR war ein Land der stabilen Preise, vor allem der Grundbedarf (Essen, Kleiden, Wohnen) wurde stark staatlich subventioniert, d.h. die Lebensmittelpreise stiegen trotz höherer Herstellungskosten kaum, die Löhne schon, so dass der Anteil, den eine Familie für das Essen aufbringen musste, immer geringer wurde. Das war gleichbedeutend mit einer Entwertung des Essens, was letztendlich auch zu Verschwendungen bzw. zu nicht gewollten Verwendungszwecken führte. Beispiele sind, dass man billige Brötchen oder Haferflocken kaufte und an die Kaninchen verfütterte, die dann teuer an die staatlichen Aufkaufbetriebe verkauft wurden. Das Selbe galt auch für billiges Brot, das man den Schweinen zum Fraß vorwarf. Auch Trinkwasser war so billig, dass man es an heißen Sommertagen entgegen den staatlichen und kommunalen Verboten heimlich zur Gartenbewässerung im großen Stil einsetzte. Manche ließen es die ganze Nacht über in den Garten fließen, so dass in Kirchhasel öfters das Wasserbassin am Morgen leer war. Aber es wurde in der DDR nicht soviel Lebensmittel produziert, dass man eine Überproduktion hätte vernichten müssen. Und es wurden in der DDR relativ wenige industriell hergestellte Fertiggerichte hergestellt und verkauft. Die DDR-Hausfrau kaufte noch landwirtschaftliche Primärprodukte oder baute diese selbst im eigenen Garten an und sie kochte noch selbst.

Eine totale Entwertung des Essens geschah nach dem Scheitern des Sozialismus, der Auflösung der DDR und dem Anschluss an die kapitalistische BRD. Nach dem Fehlen des sozialistischen Korrektivs ging die kapitalistische Welt zum neoliberalen Kapitalismus über. Es erfolgte eine nie dagewesene Globalisierung der Wirtschaft und des Kapitals. Ein großer Teil der Produktion wurde nun in Billiglohnländer ausgelagert. Die Supermarktketten (Aldi, Lidl, Netto, Norma & Co.) im vereinten Deutschland überbieten sich gegenseitig mit Billigangeboten besonders im Lebensmittelbereich.² Die einheimische Landwirtschaft kann trotz weiterer Rationalisierung der Produktion (Massentierhaltung, Wegfall der regionalen Schlachthöfe und Konzentration der Schlachtung und Verarbeitung in wenigen Großschlachthöfen, die mit billigen Arbeitskräften aus Ost- und Südosteuropa produzieren) preislich nicht mithalten. Baute früher die LPG Kirchhasel das benötigte Gemüse in der Region an, so kommt es jetzt aus industriellen, automatisch betriebenen Gewächshausanlagen aus den Niederlanden, aus Spanien oder aus noch entfernteren Ländern. Im spanischen Andalusien wird beim EU-subventionierten Gemüseanbau Raubbau am Boden betrieben. Dabei bedient man sich illegal eingewanderter Afrikaner, die in moderner Sklaverei für einen Appel und ein Ei arbeiten. Auch die LKW-Fahrer, die das Gemüse täglich über tausende Kilometer nach Deutschland transportieren erhalten Niedrigstlöhne. Die aus der LPG umgegründete Agrargenossenschaft Catharinau musste aus diesen Gründen den Gemüseanbau und auch die Schweineaufzucht und -mast in dem neu errichteten Schweinestall in Etzelbach aufgeben. Der Liter Milch kostet weniger als ein Liter Mineralwasser. Der Staat zahlt lieber Fördergelder für die Stilllegung landwirtschaftliche Flächen – was für ein Wahnsinn.

Nachdem das geldgierige Bankensystem Immobilienblasen geschaffen hatte und im Jahre 2008 in der Bankenkrise kollabierte und mit Steuergeldbillionen gerettet wurde, entdeckten die Banker und Spekulanten den Boden als den alleinigen echten Wert auf dieser Welt. Der Boden unserer Erde kann nicht beliebig vermehrt werden. Auf fruchtbarem Boden kann man Nahrungsmittel anbauen, die bei steigender Bevölkerungszahl in der Zukunft immer wertvoller werden. Deshalb kaufen seit

² Erwin Wagenhofer und Max Annas: We Feed The World. Was und das Essen wirklich kostet. Das Buch zum gleichnamigen Film. Orange press Freiburg, 2006

2008 internationale Agrarkonzerne und Aktienfonds riesige Ländereien in allen, vor allem aber in armen Ländern auf, vertreiben die Bevölkerung, die bisher von diesem Boden sich ernährte und schaffen gewinnbringende Agrarfabriken, die mit Monokulturen (z.B. Palmöl, Soja) reich werden.³ Uns (den meisten) geht es in den westlichen Industrieändern, die die Welt erneut kolonisieren, nicht schlecht, weil wir zufällig auf der Gewinnerseite zur Welt gekommen sind. Aber unser gutes Leben ist mit dem schlechten Leben anderer Menschen erkaufte und das ist unmoralisch.

Noch vor 50 Jahren wurde praktisch in jedem Haushalt gekocht, ein Viertel des Einkommens verbrauchte eine Familie für die Lebensmittel. Heute sind es dank der Aldi-Preise und den billigen Produkten aus aller Welt zwischen 10 und 14 Prozent. Andere Dinge als das Essen sind uns wichtiger geworden, sind uns als wertvoller und erstrebenswerter von einer raffinierten Werbeindustrie untergeschoben worden: Autos, Fernseher, Handys, Urlaubsreisen, Vergnügungen usw. Sogar eine Küche für 50.000 Euro mit allem Drum und Dran ist uns wichtig („Must-have“), aber kochen tut darin kaum jemand. Die Mikrowelle macht's. Der kochenden Hausfrau hat man tüchtig den Garaus gemacht. Wenn die Eltern es nicht machen, lernen es auch die Kinder nicht. Das Kochen ist zu etwas Lästigem degradiert worden. Wir verbringen lieber mehrere Stunden am Handy und tauschen Banales über social-media-Kanäle aus. Gerade sind wir dabei, den Bezug zum elementarsten Bedürfnis, zum Essen, zu den Lebensmitteln zu verlieren und lassen uns industriell gefertigte Ware andrehen bis zur Abhängigkeit.⁴ Und bezahlen teuer dafür. Essen ist für uns eine Nebensache geworden. Wir achten nicht mehr auf die Qualität, sondern kaufen nur das, was den billigsten Preis hat. Das ist auch die Ursache für die ständigen Lebensmittelskandale („Gammelfleischskandal“ u.a.). Es ist eine unverfrorene Respektlosigkeit, wie wir mit Lebensmitteln, die in unseren Supermärkten immer im Überfluss vorhanden sind und die aufgrund des unmoralisch niedrigen Preises keinen Wert in unseren Augen haben, umgehen: Yoghurt ist gerade mal drei Tage frisch, dann muss es weggeworfen werden, damit man wieder Neues in den Kühlschrank schieben kann. Brot ist nach einem Tag bereits in den Abfalleimern, eine Banane mit ein paar braunen Flecken wirft man in den (getrennten) Müll. Diese Tendenz, immer zu viel zu kaufen, ist sehr archaisch, Überfluss ist in unserem Lande Konzept. Das ist unser Alltag. Der Schweizer Koch und Journalist David Höner sagt dazu: „Vermehrt bin ich der Meinung, das ist kein Zufall, sondern Absicht. Wir werden wie die Schweine zum Futtertrog in die Supermärkte getrieben, wo wir uns fett und krank kaufen dürfen“. Durch das industriell hergestellte Fertiggessen, das wir aus Zeitmangel konsumieren, nehmen die Zivilisationskrankheiten zu: Übergewicht, Fettsucht, Diabetes, Verkalkung, Gicht, Alzheimer usw. Die Liste könnte endlos verlängert werden. Unser Immunsystem scheint arg in Bedrängnis geraten zu sein. Die Ursachen lassen sich zwar nicht ausschließlich, aber doch weitgehend mit der Nahrung, den Lebensmitteln, der industriellen Agrarwirtschaft und deren Produkten, die wir täglich zu uns nehmen, verknüpfen.⁵

Wir müssen uns wieder mehr Zeit für das Essen nehmen, vielleicht zusammen mit Freunden kochen, d.h. Kartoffeln schälen, Gemüse putzen, Fleisch würzen, eine Hühnerbrühe aus einem echten Huhn herstellen, frisch geernteten Salat aus dem Garten mit frischen Kräutern zubereiten, einen hübschen Tisch anrichten, Kerzen anzünden, zum Essen einen passenden Wein trinken und uns im Freundeskreis nett unterhalten. Das ist etwas ganz anderes, als stundenlange Kontakte über social media pflegen. Wir alle müssen wieder lernen, unseren Sinnen zu vertrauen. Sehen, hören, riechen, schmecken und fühlen, das sind die fünf Sinne, die wir einsetzen können. Dann kommt der Rest fast von selbst. Die Äpfel am Baum sehen, die niemand mehr pflückt, und selber ernten, hören wie der Wind durch ein Maisfeld rauscht, ein reifes Getreidefeld riechen, Walderdbeeren pflücken und bewusst genießen, barfuß über die Getreidestoppel gehen.... Bei der Auswahl der Lebensmittel sollten wir darauf achten, woher sie kommen. Am besten ist selbst Angebautes aus dem eigenem Garten oder Produkte aus der Region vom Bio-Bauern, vom Imker, vom Bäcker und vom Metzger nebenan. Diese, und tausend andere, einfache Dinge, die mit Essen und Trinken zu tun haben, müssen wir wieder lernen und unseren Kindern beibringen. Dann werden uns das Essen und die Mittel zum Leben - die Lebensmittel - wieder als wichtig und wertvoll erscheinen.

3 Kurt Langbein: Landraub. Eurowin Verlag, Wals bei Salzburg, 2015

4 Tanja Busse: Die Ernährungsdiktatur. Warum wir nicht länger essen dürfen, was uns die Industrie aufischt. Karl Blessing Verlag, 2010

5 David Höner im Interview auf www.nachdenkseiten.de am 24.5.2021 über sein Buch „Köche hört die Signale. Ein kulinarisches Manifest“. Westendverlag 2021