# es wird gekocht es wird nicht mehr gekocht Les wird 2 wieder gekocht - gibt es etwas zu kochen?

Um zu essen muss nicht mehr zwangsläufig gekocht werden, satt werden wir auch von gekauftem Essen. Damit werden Frauen, die immer noch für das tägliche Kochen zuständig sind, entlastet für Arbeit und Beruf außerhalb des Hauses. Neue Küchentechnologien erleichtern den Kochaufwand, vorgefertigte Lebensmittelangebote in den Supermärkten machen "Versorgungskochen" möglich.

Seine wichtigsten Elemente sind: Das Kochen muss schnell gehen, es sollen Gerichte sein, die sicher funktionieren, weil sie schon hundertmal gekocht wurden und allen schmecken. Interessant sind vor allem die vielfältigen Mischungen von "hausgemachten" und dazugekauften Mahlzeiten; in jedem Land, in jeder Region, in jedem Milieu bilden sich Strategien heraus, um traditionelle Gerichte und Zubereitungsarten zu erhalten, aber mit Neuem zu kombinieren. Das kann von manchen Frauen durchaus als Verdrängung ihrer herkömmlichen Herd- und Kochkultur und als Entwertung ihrer weiblichen Rolle erlebt werden.

In der Lebensmittelindustrie arbeiten viele Männer, in den Restaurants stehen oft Männer am Herd und auch in Privathaushalten finden sich Männer im traditionell weiblichen "Küchenreich" ein – Geschlechterrollen und traditionelle Arbeitsteilung werden durcheinandergewirbelt. Das über Generationen von Frauen weitergegebene Kochwissen gerät in Konkurrenz zu beliebigen, durch alle Medien weit verbreiteten Informationen zu jeder Frage des Kochens.

Die sozialen Funktionen gemeinsamen Kochens werden heute besonders in den sog. "Diaspora Kitchens" sichtbar: In der Migration können über das Kochen von Gerichten aus der Heimat alte Bindungen symbolisch hergestellt werden, Identität gestärkt und gleichzeitig der neuen Umgebung ein Angebot gegenseitigen Verstehens gemacht werden.



Mary Sych

Der Goldene Löffel / la cuillière d'or Entstehungsjahr 2012 Mix Media: Holz (Holzschale angebrannt/verbrannt), Metall teilvergoldet, Glas ca. Abm. 25 cm Ø

Fotostudio Glasow

#### **Mary Sych**

Der Goldene Löffel / la cuillière d'or

"M/eine Antwort auf all diese trendigen Kochshows. Es wird gekocht was das Zeug hergibt, mit oder ohne Kleidung, mit oder ohne Promi, mit oder ohne Fleisch. Wir schauen, trauen unserem Gaumen kaum ob der so unterschiedlichen kulinarischen Angebote.

Slow Food - Fast Food - Power Food? Smoothies hießen damals "Alete", Küchengeräte werden heute liebevoll Zauberstab genannt, allein die Auswahl an Milchprodukten erscheint als Beginn der Milchstraße und in all diesen unendlichen Ernährungswelten stellt man sich dann doch die Frage:

Kochen wir nicht alle nur mit Wasser?"



# Der Siegeszug des Convenience food

Unsererseits gut vorbereitet, Ihrerseits perfekt gekocht!

Alter Werbespruch für Tütensuppen

Das schnelle und begueme Kochen wird vor allem möglich gemacht durch das enorm gewachsene Angebot von "Convenience Food". Dazu zählen alle Fertiggerichte und Nahrungsmittel, die "teilfertig" sind, weil der Nahrungsmittelhersteller einige Be- und Verarbeitungsstufen übernimmt. Die weitere Zubereitung wird leichter: Der gewaschene Salat im Frischhaltebeutel, ein Beutel fertige Salatsauce dazu: die vielen Gerichte aus der Tiefkühltheke der Supermärkte, die Konserven, die von Suppen bis Gemüsen, fertigen Fleisch-, Nudel-, Reisgerichten eine breite Palette abdecken. Oft ist nur noch das Erwärmen notwendig und dafür gibt es die Mikrowelle, als schnellen zuverlässigen Helfer.

Die Nahrungsmittelindustrie zählt eine ganze Reihe von Vorteilen auf: die Schnelligkeit beim Einkaufen und Kochen der Fertiggerichte, ihre gleich bleibende Qualität, die richtige Menge ohne Reste von einzelnen Zutaten, der einfache Kochvorgang, der zuverlässig gleich bleibende Geschmack des Gerichtes, für Kinder oft ganz wichtig und damit eine Art Erfolgsgarantie. Meistens versorgt der Aufdruck auf der Verpackung noch mit Tipps, wie das Gericht "individuell" variiert oder verfeinert werden kann.

Die Firma Dr. Oetker machte bei den ersten Packungen von Backmischungen für ein paar Standardkuchen die Erfahrung, dass viele Frauen beim Kauf zögerten. Sie analysierten dies und erst als die Schachteln kein Eipulver mehr enthielten, sondern die Hausfrau selbst eine bestimme Anzahl von Eiern in die Backmischung geben durfte, gelang der Durchbruch in den Regalen: Jetzt hatten die Frauen das Gefühl, selbst den Kuchen zu backen und damit ihre Rolle als für die Familie sorgende, verwöhnende Mutter zu erfüllen.

Gudrun Cyprian

### Die neue Kühlschrankkultur



Rita Kriege, Lichtinstallation

Ein ganz alltäglicher Kühlschrank leuchtet: Er ist kein spezielles "Prime"– Produkt einer bewährten Küchenserie, nein, die Nürnberger Lichtkünstlerin Rita Kriege hat ihn zum Leuchten gebracht, mit Schwarzlicht und speziellen Pigmentfarben.

Der Kühlschrank ist prall gefüllt mit Flaschen, Dosen, bunten kleinen Naschereien in Plastikbehältern – ein schier endloses Versprechen für schnelle Mahlzeiten.

Der Kühlschrank leuchtet in der Ausstellung, weil er für eine Revolution in der modernen Küche steht: Die Kühlschrankkultur hat die herkömmliche Herdkultur verdrängt. Das wichtigste Gerät in der Küche ist heute der Kühlschrank – meistens kombiniert mit einem geräumigen Tiefkühlelement.

Er dient nach dem Einkauf für die Vorratsorganisation, und wird dann



im Laufe eines Tages immer wieder geöffnet: Jedes Haushaltsmitglied kann sich nach Belieben etwas zum Essen herausnehmen, das Snacken oder Naschen zuhause ist sehr bequem geworden. Alle essen wann und was sie wollen. Wie oft am Tag ist dagegen der Herd mit seinen vielen Kochplatten eingeschaltet? Der Kühlschrank ermöglicht die Individualisierung des Essens. In manchen Familien hat jedes Kind sein eigenes Fach, wo der spezielle Fruchtjoghurt, der Lieblingsriegel, die einzige Sorte Wurst, die das Kind zu essen bereit ist, symbolisch vor dem Zugriff der Geschwister geschützt wird. Steht der Kühlschrank für eine neue Leichtigkeit des Essens? Ist er die Revanche für die Jahrhunderte, in denen Frauen an den Herd gefesselt waren? Oder unterstützt er vor allem die "Alleinesser" - als Single im Ein-Personen-Haushalt oder als Familienmitglied, das auf der Flucht ist vor der Disziplin der Tischgemeinschaft?

Gudrun Cyprian

# Lebensmittelverpackungen sprechen zu uns



"ausgekocht?", die Label-Wand in der Ausstellung 2016 und 2017

Seit es in den Kaufhäusern und Supermärkten Selbstbedienung gibt, müssen die Nahrungsmittel selbst zu den Konsumenten sprechen. Das tun sie vor allem über ihre Verpackung. Wir haben uns bei dieser Wand auf die Etiketten konzentriert, die auf die Verpackungen gedruckt sind, die optisch durch Bilder und kurze Texte möglichst knapp und deutlich signalisieren, was für ein Lebensmittel die Kunden vor sich haben. Frauen aus unserem Verein haben über Wochen ihre normalen Einkäufe zuhause auf solche Etiketten geprüft, sie ausgeschnitten und gesammelt. Dann hat ein kleines Team diese "labels" arrangiert und nach ästhetischen Gesichtspunkten aufgeklebt. Diese wurden gescannt und dann gedruckt.

Was können wir mit dieser "Ernte" aus den täglichen Einkäufen anfangen? Schauen wir uns als erstes die Versprechen der Nahrungsmittel an: Die meisten Versprechen lassen sich einigen wenigen Kategorien zuordnen:

- 1. Versprechen zum Geschmack:
  Das Nahrungsmittel hat einen
  herausragenden und unverwechselbaren Geschmack: süß-saftig, Genuss pur, lecker, Delikatess, volles
  Aroma, fruchtig, knackig, fein, köstlich, ideale Reife etc. die Reihe
  ließe sich endlos fortsetzen.
- 2. Versprechen zur Qualität des Lebensmittels: Zertifikate; Bio, DLG, vegan, Auszeichnungen wie Gold-

medaille, Spitzenqualität usw. Ein häufig verwendetes Wort ist "kon-trolliert" – wobei es dabei keines-wegs nur um die tatsächlich aner-kannten Prüfsiegel geht, oft bleibt unklar, wer da eigentlich was nach welchen Kriterien kontrolliert. Wenn Kontrolle nicht nachgewiesen werden kann, dann setzen die Labels eben auf das Vertrauen der Kundschaft in die Qualität des Produkts. Begründet wird das erhoffte Vertrauen durch die Tradition der Marke, das Gesicht des Unternehmers oder die Ver-kaufszahlen.

- 3. Versprechen zur Natürlichkeit des Lebensmittels: Es scheint der Natur direkt ohne weitere Bearbeitungs-prozesse "entsprungen" zu sein. Das Produkt ist naturbelassen, natürlich gut, aus dem "Wertvollsten des Korns gepresst, dem Keim", usw. Die zum Produkt angebotenen Bilder auf der Verpackung für Nudeln zeigen eine Bäuerin mit Getreidegarben unter dem Arm, für Kaffee lacht ein Pflücker aus einem Kaffeestrauch.
- 4. Versprechen der Traditionalität:
  Das Nahrungsmittel wird noch so wie
  "früher" hergestellt, nämlich bäuerlich, handwerklich, auf dem Hof,
  im Familienbetrieb keinesfalls mit
  industriellen Methoden bearbeitet.
  Es schmeckt wie selbst gemacht, aus
  Omas Früchtekorb, vom Landgut.
  Die in den Packungen enthaltenen
  Lebensmittel sollen an "die guten

alten Zeiten", an einen für jede\*n sinnlich nachvollziehbaren Produktionsprozess anschließen.

- 5. Versprechen der Regionalität:
  Das Lebensmittel entstammt einer
  besonderen Region, sei es, weil es
   wie behauptet dort hergestellt
  wird oder weil es Teil der dortigen
  Küchentradition ist: "aus Süddeutschland, Bayern, Franken, dem Altmühlthal usw. Diese Zuschreibung des
  Lebensmittels als regionales Produkt
  entspricht dem neuen Trend eines
  ökologisch verantwortungsvollen
  Kaufverhaltens.
- 6. Versprechen der Gesundheit:
  Das Nahrungsmittel belastet den
  Körper nicht, sondern hält ihn gesund, fit und schlank: locker-leicht,
  Health forever, get balanced by
  nature, hält fit, macht schlank, viel
  Omega 3 usw. Das Nahrungsmittel
  stärkt entweder von sich aus die
  Gesundheit oder ist mit zusätzlichen
  Stoffen wie mit Mineralien, Vitaminen usw. angereichert.

Interessant ist die Häufung von Aussagen "frei von.... Laktose, Geschmacksverstärkern, Farbstoffen, usw. Es wird nicht mehr (nur) mit dem geworben was die Verpackung enthält, sondern mit dem, was nicht in dem Lebensmittel steckt. Die "Reinheit" und "Natürlichkeit" des Lebensmittels wird dadurch zusätzlich aufgewertet. Vor allem sollen damit die Frauen und Männer angesprochen werden,

die sich als Allergiker\*innen verstehen. Die Zunahme von Menschen, die unter Unverträglichkeiten leiden, hat ausschließlich in Wohlstandsländern zugenommen. Es ist verblüffend, dass heute erfolgreich damit geworben wird, was nicht in dem Lebensmittel enthalten ist.

Die Lebensmittelverpackungen sprechen also zu uns, vielfältig, kreativ, bunt, mit vielen Bildchen und Symbolen. Ziel ist, den Verbrauchern das Gefühl zu geben, lückenlos über Inhaltstoffe informiert zu werden. Fraglich ist, ob bei der Fülle von Informationen, der Kleinheit der Schrift und der Vielfalt der gewählten Wörter dieses Ziel tatsächlich erreicht wird. Es dürfte interessant sein, auf welche Botschaften Kund\*innen als erstes reagieren - das bundesweit akzeptierte Bio-Siegel z.B. ist mit seinen Bedingungen klar definiert, viele Firmen haben aber auch eigene Bio-Etiketten erfunden. Bezeichnet das Etikett "regional" Produkte, die im Umkreis von 50 km um den Verkaufsort herum entstanden sind (oder verpackt wurden) oder kann es auch nur heißen "in Deutschland hergestellt"? Sind wir also gut informiert, können wir einen hohen Grad an Informiertheit bei einem Angebot von ca. 100 000 Produkten in einem durchschnittlichen Supermarkt überhaupt erreichen? Ist Einkaufen "einfacher" geworden wie ein großer Discounter in einer neuen Anzeigenserie verspricht?

Gudrun Cyprian

## Die Technisierung des Kochens



von links: Mikrowelle, Thermomix M 5 (Vorwerk), Küchenmaschine (RONIC SFR), Sous Vide Stick (Unold), Mini Smoothie Mixer (Russel Hobbs), Standmixer Perfect Mix 9000 (Krups)

Auch in die Küchen finden natürlich die jeweils neuesten technischen Innovationen Eingang, sei es aus Prestigegründen, sei es aus der Notwendigkeit heraus, die alltäglichen Handgriffe in der Küche zu erleichtern, denn unter Zeitdruck stehen fast alle: Hausfrauen wie Hausmänner. berufstätige Frauen, Singles wie Familienmenschen. So haben sich unsere Küchen mit allen möglichen kleineren und größeren nützlichen elektrischen Küchengeräten gefüllt: mit Kaffeemaschinen, Küchenmaschinen, Toastern, Mixern, Wasserkochern, Pürierstäben, elektrischen Grills, Saftpressen, Fritteusen. Sie alle versprechen uns Arbeit abzunehmen.

Der große Siegeszug der Mikrowelle von der Kombüse in Passagierflugzeugen über Großküchen in die privaten Haushalte lässt sich neben dem Reiz, Raumfahrttechnik in die Küche zu bringen, mit dem veränderten Essverhalten erklären: Fertiggerichte und Tiefgekühltes können in kurzer Zeit erwärmt werden. In einem Haushalt mit unterschiedlichen Heimkehr- und Essenszeiten der Mitglieder, der hohe zeitliche Flexibilität verlangt, hilft die Mikrowelle: Alle können essen, wann und was sie wollen. So steht sie inzwischen in mehr als 75 % der deutschen Haushalte, in den USA gehört sie mit 95 Prozent inzwischen zur Basiseinrichtung einer Küche.

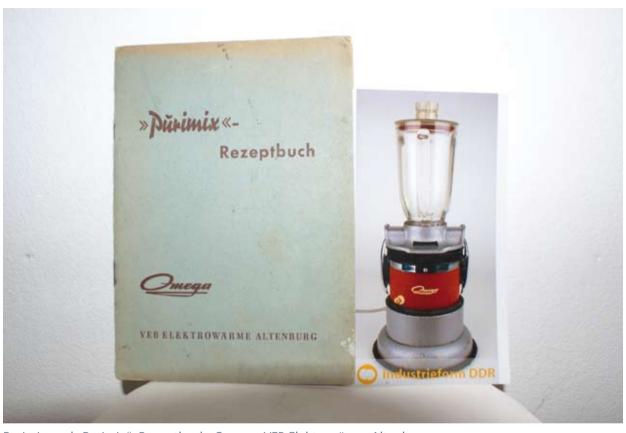
Der Thermomix, ein neuer Verkaufsschlager weltweit, dient sich als innovatives neues Kochgerät an: Er wärmt und kocht, ersetzt die Küchenmaschine und führt mit seiner digitalen Steuerung über ein Display auch Kochanfänger durch alle Klippen der Zubereitung einer wohlschmeckenden Mahlzeit. Alles findet selbsttätig in dem einen Topf des Gerätes statt nur das Einkaufen von möglichst frischen Zutaten bleibt noch eigene Arbeit. Fehlende Kochkenntnisse sind kein Problem - althergebrachte Erfahrungen dürfen getrost vergessen werden.

Überhaupt scheinen Kochkünste immer weniger vonnöten: Die Hausgerätehersteller bestücken Kochfelder, selbst Pfannen und Töpfe, mit Sensoren, die Temperatur, Garmethode und Zeit überwachen.

Und auch eine wachsende Zahl von Hobby- und Genussköchen wird mit feinen Küchengeräten verwöhnt: Für das angesagte Kochen bei Niedrig-temperatur garen nun spezielle Öfen oder Sticks schonend vakuumiertes Fleisch, Gemüse und Fisch bei gleichbleibend niedriger Temperatur. Da fehlt dann gar nicht mehr viel auf dem Weg zur Spitzenküche zuhause – oder?

Gudrun Cyprian

#### **Der Purimix**



Purimix und "Purimix"-Rezeptbuch, Omega, VEB Elektrowärme Altenburg

1956 wurde auf der Leipziger Meistermesse der DDR-Allzweckstaubsauger "Purimix" vorgestellt.

Neben Staub saugen eignete er sich mit entsprechenden Aufsätzen auch zum Kaffee mahlen, zum Fleisch zu Hack drehen, Gemüse und Früchte zu Speisen und Getränke zu mixen. "Eigenartig" fanden die Frauen die Nutzbarkeit des "vielseitige Helfers der Hausfrau".

Die Produktion wurde zum Flop.

Ich biete mehr als Ware





Christl Rambach arbeitet mit ihren vier Innenarchitektinnen in einem Team von Küchenplanerinnen, das auf seine "weiblichen Stärken" setzt, um die Wünsche ihrer Kundinnen und Kunden nach einer neuen Küche umzusetzen.

Das bedeutet, dass sie genau zuhört, Fragen stellt zu den Ess- und Kochgewohnheiten der Familie, zu Vorlieben für die Zubereitung von Speisen, zu bevorzugten Geräten, Einkaufsverhalten... Für Christl Rambach ist die Küche der Mittelpunkt einer Familie oder einer Gemeinschaft, die nicht nur zum Kochen da ist, sondern Raum bieten soll für vielfältige Kommunikation. Die Küche ist niemals isoliertes Element, sondern strahlt auf alle anderen Räume aus.

Funktionalität ist gleichermaßen für Frauen wie Männer wichtig. Da kommt die Größe des Kühlschranks ins Spiel, Informationen zu Induktionund Strahlungsenergie beim Kochen, schonendes Dampfgaren, Braten, Backen, Dämpfen.



Seit 1989 befasst sie sich mit der Architektur der Küche, dem ästhetischen Zusammenspiel von Raum, Küchenobjekten, Materialien, Farben und Licht. Besteht die Möglichkeit, nimmt sie schon im frühesten Stadium der Planung Einfluss auf die Grundrissgestaltung.

Die Reduktion auf das Wesentliche und die Entwicklung eines ganzheitlichen Küchenkonzepts mit ihren Kundinnen und Kunden ist dabei ihr Planungsprinzip. Bei den Gesprächen mit Christl Rambach ist immer das persönliche Interesse am Gegenüber zu spüren und sie versichert glaubhaft: "Ich biete mehr als Ware".

Ute Klauk

## Die Erfinderin in geheimer Mission

#### Karin Tischer

Kaarst, Trendforscherin, Food-Erfinderin



Sie kaut länger und intensiver, sie schmeckt feiner und präziser, sie kocht und isst berufsmäßig. Denn Karin Tischer ist Food-Entwicklerin, erfindet und entwickelt neue Lebensmittel. Sie ging durch die harte Schule der Kochlehre, studierte Ernährungswissenschaft und gründete mutig 1996 das Forschungs- und Entwicklungsinstitut "food and more" in Kaarst bei Düsseldorf. Ihre Geschäftsidee hatte Erfolg: neue Konzepte, Ideen und Rezepturen entwickeln für die Lebensmittelindustrie, die Gastronomie, den Handel. Oft wird sie als "Externe" dazu geholt - als "Ideenmotor". Warum zum Beispiel verkaufte sich die Tomatensauce einer italienischen Marke nicht in Deutschland, obwohl doch italienische Pasta zu den Lieblingsgerichten hierzulande zählt? Sie fand heraus: Die unterschiedlichen Verzehrgewohnheiten waren nicht berücksichtigt worden: In Italien wird gewöhnlich nur wenig Sauce zu den Nudeln genommen und dann gründlich vermischt.



Deutsche lieben Sauce und nehmen sich viel davon – dafür aber war die italienische Pastasauce zu würzig. In der großen Versuchsküche wird immer wieder getestet, analysiert, entwickelt, designt, werden Optik, Haptik, Geruch, Geschmack und Akustik neuer Industrie–Rezepturen geprüft: "Der krosse Keks muss beim Abbeißen richtig krachen". Bei Nachfragen betont sie: Absolute Verschwiegenheit und Diskretion sind die wichtigsten Eigenschaften in diesem Geschäft, Rezepturen sind streng geheim.

Dazu kommen Leidenschaft zu "food", Kreativität und die nüchtern Analyse der Marktsituation "Was schmeckt den Verbrauchern am besten?" Karin Tischer führt dafür weltweite Trendforschungsreisen durch auf der Suche nach neuen, spektakulären Zutaten, Speisen, Gastronomie-Konzepten und Verpackungen. Mittlerweile ist sie europaweit als Trendforscherin anerkannt und auch schon als "Unternehmerin des Jahres" ausgezeichnet worden.

Lea Bauer, Gudrun Cyprian



Installation Ausstellung 2016/17, Elisabeth Bala, Gudrun Cyprian, Ariane Niehoff-Hack, Christine Singh

# Zelebrieren des Kochens als Lebensstil

Genusskochen: fünf schöne Phasen

Vom blinden Dunst zur Rose...

Rezepte suchen und finden Die Qual der Wahl? – macht nichts als Freude

Einkaufen – aber wo? Der eigene Warenkorb Genuss mit vielen Sinnen

Vorbereitung am Küchentisch: Vorbereitung ist Spannung Kochen ist wieder 'in': schnippeln, walzen, montieren

> Kochen am Herd: Der Herd – wieder entdeckt Vielfalt – Gerüche – Geräusche

Das andere Essen: Gedeckter Tisch Kommunikation – gemeinsamer Genuss



Andis Küchenmaschine, Bettinas Flaschenöffner





Arianes Pfeffermühle, Dianes geerbte Gerätschaften





Emmanouelas Kaffeemaschine, Katrins Saftpresse

# Mein liebstes Küchenutensil

Frauen jeden Alters und verschiedener Nationalitäten erzählen die Geschichte "ihres" Küchengeräts, das sie keinesfalls missen möchten.

Jede hat ihren ganz besonderen Bezug zu einem Küchenwerkzeug.

Ihre Texte und Fotos wurden in diese Sammlung aufgenommen.

Emotional, pragmatisch, humorvoll...





Die Milchkanne

In Unterfürberg gab es während des Krieges und in der Nachkriegszeit zwei Familien namens Kirschbaum. Die eine Familie betrieb ein Gasthaus. die andere einen Bauernhof und - im Hof dieses Anwesens, in einem getrennt stehenden kleinen Häuschen - den offiziellen Milchausschank. Es war damals üblich, die Milch offen. d.h. aus großen Kannen mittels einer geeichten Metallkelle in die von den Kunden mitgebrachten Milchkannen zu füllen.

Damit man nun die beiden Familien auseinander halten konnte, nannte man die eine Familie "Milchkirschbaum" und die andere "Bierkirschbaum", was bei Fremden zu großer Verwunderung führte, wenn sie jemanden von einem "Milch- oder Bierkirschbaum" sprechen hörten.

Brigitte, geboren in Fürth, wohnhaft in Fürth



Der Ringlöffel aus Armenien

Ano kam vor sieben Jahren mit ihrem Mann Tadoz und dem 17-jährigen Sohn aus Armenien nach Fürth. Im ludokurs, den der sportliche Tadoz besuchte, lernte er Manfred aus Fürth kennen. So fing eine armenisch-fürtherische Freundschaft an. Inge kochte fränkisch und lud die Familie in ihren Garten ein. Ano brachte süßen Blätterteig als Nachtisch mit. Mit den Jahren wurde das Essen internationaler. Ano hatte einen kleinen Holzlöffel mit Holzring zum Aufhängen über dem Herd und kochte sehr gern Schmorgemüse. Es schmeckte gut, jedoch falsch. Es fehlte Khmeli Sumeli . die armenische Gewürzmischung. Seit Ano Khmeli Sumeli am Nürnberg Hauptmarkt fand, kann ich sagen: wir alle lieben Khmeli Sumeli. Nur der Ringlöffel fehlt uns, den hat

nur Ano.

Ano, geboren in Armenien, wohnhaft in Fürth; aufgeschrieben von Anne, Nürnberg

#### Mein Küchenmesser

Im Gegensatz zur deutschen Küche brauche ich nur sehr wenig verschiedene Küchengeräte. Vor allem brauche ich keinen Messerblock mit vielen verschiedenen Messern. Ich benutze nur ein einziges Messer für alle Arbeiten, ein spezielles Allzweckmesser aus der traditionellen chinesischen Küche: Ein chinesisches Kochmesser, das wichtigste Messer in der chinesischen Küche. Zum Schneiden von Gemüse, Kräutern, Salat, Obst, Fisch, Fleisch und hacken usw. Eignet sich auch zum Zerteilen von Geflügel.

Durch Übergreifen des Zeigefingers und Daumen über den Klingenrücken handhabt der Koch dieses spezielle Messer "spielerisch".

Dieses Messer ist sehr scharf, somit kann ich damit auch sehr präzise arbeiten. Und sehr, sehr fein schneiden!

Es braucht keine besondere Pflege, es muss nur regelmäßig geschärft werden und darf nicht in die Spülmaschine.

Yucian, geboren in China, Wohnsitz in Fürth





Mein Mörser aus Yakal Holz

Mein Yakalholz Mörser ist aus dem härtesten, dunkelsten Holz geformt, das es auf den Philippinen gibt. Ihn zieren eingeschnitzte Darstellungen von kleinen Bambushütten und Kokosnusspalmen genau wie es sich gehört für klischee-beladene Tropenparadiesträume aus den kühnsten westlichen Vorstellungen oder eben den Bounty oder Pina Colada TV-Reklamen.

Inzwischen ist der Mörser so abgenutzt, dass einige Stellen hellbraun geworden sind und trotz seines Härtegrads sind einige kleine Kratzer zu sehen.

In den letzten Jahren habe ich angefangen, frisches Kurkuma in meinem Lieblingsstück klein zu stampfen. Das Gewürz kam im Haushalt meiner Familie in Manila gar nicht vor, zumindest habe ich es nie in meinem Essen identifizieren können.

Kurkuma ist ein Gewürz meines deutschen Lebens, entdeckt durch Gesundheits-predigen in grünangehauchten Zeitschriften, ein Produkt meines reiferen Alters, der Versuch, den kulinarischen Sünden meiner schweinefleischerfüllten Jugend zu entkommen.

Der Negierung von einer ,ich-werdeimmer-leben-und-nie-Arthritis-bekommen" Lebenseinstellung. Vorbei.

Mein armer Mörser, deine Mitte ist jetzt gelb und hat nicht mehr die satte schokoladenbraune Färbung von früher. Du hast dich für mich geopfert.

Dafür danke ich dir - mein Held, mein Mörser.

Marissa, geboren in Manila/Philippinen, wohnhaft in Erlangen

#### Die Geschichte von der Kelle

Wir waren als Flüchtlinge in Wittenberg/Lutherstadt gestrandet, meine Großmutter, meine Mutter, mein Bruder und ich. Wir besaßen fast nichts mehr, aber wir hatten eine Suppenkelle. deren Stiel - weich und biegsam - schließlich abgebrochen war und diese Schöpfkelle gehörte nun meinem Bruder und mir: als Trinkgefäß, zum Schwimmen-lassen auf Pfützen oder als Behälter für was auch immer. Wir hatten sie am sandigen Ufer der Elbe zum Kuchenbacken genutzt und in den Wellen schwimmen lassen, da hüpfte sie auf den Wellen davon, geriet in einen

Sog, weg war sie. Auch Schüler meiner Mutter, die hinterherschwammen, konnten sie nicht mehr erreichen. Wir heulten uns die Augen aus. Da begann meine Großmutter uns jeweils vor dem Einschlafen zu erzählen, was diese Kelle nun alles erleben würde: Die Elbe runter nach Hamburg und in die Nordsee, via Atlantik nach Afrika, als Suppentasse für den Zaubertrank eines Medizinmannes, als Nest für eine Mäusefamilie und vorbei am Kap



der Guten Hoffnung, wo Freunde von uns lebten, die nach ihr Ausschau hielten....

Als wir nach Süddeutschland zogen, schickte meine Großmutter regelmäßig Briefe mit weiteren "Geschichten von der Kelle". Eines Tages - wir wohnten inzwischen in einem Dorf am Lech - fand meine Mutter eine alte verbeulte Kelle und brachte sie heimlich auf die Kiesinsel im Lech. wohin wir immer zum Schwimmen gingen. Mit einem Aufschrei rissen wir "unsere Kelle" an uns und brachten sie im Triumphzug nach Hause.

Wir beendeten die Aufzeichnungen der Kelle, indem wir uns ausmalten, wie sie via Suezkanal, Bosporus, Schwarzes Meer, Donau aufwärts bis zur Mündung des Lechs kam, und einem brütenden Lachs gleich die Stromschnellen bis Meitingen Fluss aufwärts genommen hatte. Seither ist meine Beziehung zu Suppenkellen immer eine sehr spezielle geblieben.

Bertrun, geboren in Reichenberg/Tschechien, wohnhaft in Nürnberg

#### Dampftopf aus Usbekistan



Mantowarka, so heißt die-ser Dampftopf, den man sehr vielseitig nut-zen kann. Vor allem aber für die vielen asiatischen Gerichte, die den deutschen Maultaschen ähnlich sind, mit unterschiedlichsten

Füllungen. Die bekanntesten von ihnen sind Manti, von daher nennt man diesen Topf übersetzt – Mantigarer. Dieser ist wohl das liebste Küchenutensil von Evgenia.

Sie kommt aus der usbekischen Stadt Farg'Ona und ist in den Neunzigern nach Deutschland gezogen. Sie muss lachen, wenn sie an ihren Umzug denkt, denn ihre Reisetasche war mit diesem Küchengerät komplett ausgefüllt. Sie hatte zwei Gepäckstücke. Im Rucksack waren die Papiere und ein paar Hygieneartikel. Die Reisetasche beinhaltete die Mantowarka, ihr Rezeptbuch, zwei Schlüpfer und zwei Blusen. Gut, dass es Hochsommer war. Aktuell wird dieser Dampftopf nicht mehr so oft benutzt, aber wenn man Evgenia nach dem liebsten Küchenutensil fragt, erzählt sie ihre Mantowarka-Umzug-Geschichte und bringt alle zum Schmunzeln.

#### Mein Schneidteufelchen

Mein kleines Messerlein, auch "Schneidteufelchen" genannt, ist meist bei mir.

Im Sommer, wenn das Gemüse verarbeitet werden will und die welken Blätter im Bioabfall auf meinen Komposthaufen landen, verschwindet mein Liebling auch mit.

Aber nach einem Jahr, wenn der Bioabfall Humus geworden ist und durch ein Sieb geworfen wird, taucht aus der Tiefe mein geliebtes Messerchen wieder auf.



Uschi, geboren in Müglitz/Sudetenland, wohnhaft in Obermichelbach

Evgenia aus Farg'Ona, Usbekistan, lebt in Nürnberg



Ritas Ausstechformen für Plätzchen



Bertruns "Trounbé"



Uschis BOSCH Küchenmaschine



Burgls Küchenmesser



Utes Knoblauchpresse



Janinas Teesieb



Steffis Küchenmaschine

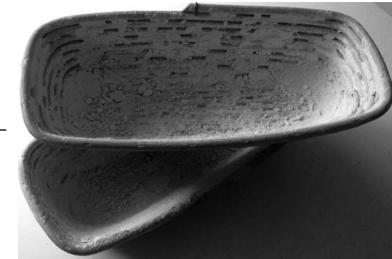


Elfies Flaschenöffner

# Eine Geschichte über Brot und das perfekte Glücksrezept

Mein liebstes Küchenutensil ist mein Brotkorb, ... sind meine zwei Brotkörbe, genau genommen. Backt nämlich das eine Brot, kann das andere noch in aller Ruhe in

seinem Körb-



Benutzt habe ich die Körbe das erste Mal, als ich das Geheim-rezept für Brot entdeckt habe. Das Kein-Knet-Brot-Rezept stand einst an unauffälliger Stelle in der New York

chen ziehen, was wichtig ist für ein gutes Brot.

Ich kann mich nicht mehr genau daran erinnern, wie die zwei Körbe in unsere Küche gekommen sind, aber ich habe sie bereits zwei Mal umgezogen und nur deshalb nicht weggeschmissen, weil mein Mann sie für sehr wertvoll befunden hatte. Jetzt weiß ich, warum.

Mehl, Wasser, Salz, Hefe: mehr braucht es nicht. Ein wenig Geduld, weil das Brot in aller Ruhe in seinem Körbchen ziehen muss.

Wird es ausgebacken, riecht es im ganzen Haus und dann schneiden mein Mann, meine kleine Tochter und ich immer zu früh das lauwarme Knärzchen ab und essen es mit dick Butter im Stehen. Times, hat sich aber unaufhaltsam in sämtlichen Kochforen verbreitet.

Der Grund liegt buchstäblich auf der Hand. Es entfällt die lange, harte Kneterei. Der Trick ist, dass das Brot in einem geschlossenen Bräter gebacken wird. Sehr heiß. Das ergibt eine köstliche Krume, ganz ohne Kneten.

So ist aus den zwei herumstehenden Brotkörben und dem Kein-Knet-Brot-Rezept allmählich unser liebstes Familienritual entstanden. Aufbewahren, Neues aufstöbern, Kanten buttern - ein perfektes Glücks-Rezept!

P.S. Das Kein-Knet-Brot-Rezept finden Sie übrigens bei chefkoch.de!

Ulla, geboren in Nürnberg, wohnhaft in Nürnberg

### Wenn das Kochen mühsam wird



Frauen in Mali schöpfen Wasser aus Brunnen um Gemüsebeete zu bewässern.

BundesbürgerInnen, die selbst kochen, verwenden durchschnittlich 5,4 Stunden in der Woche dafür. Für Frauen in ökonomisch und ökologisch benachteiligten Regionen in Afrika, Asien oder Südamerika sieht der Aufwand für das Kochen völlig anders aus: Trinkwasser holen,

Feuerholz sammeln, einen Lehmofen oder ein offenes Feuer in Gang bringen und halten, Nahrungsmittel anbauen, ernten, trocknen, konservieren, oder auf nahen oder entfernteren Märkten einkaufen – das sind nahezu ausschließlich Aufgaben der Frauen und Töchter.

Nach den neuesten Daten der UNStatistik zur Lage der Frauen
weltweit (2016) ist in den ländlichen
Landstrichen vieler afrikanischer
Staaten die Entfernung zur nächsten
Quelle mit Trinkwasser beträchtlich:
Nur 8 Prozent der Dörfer in Eritrea
können innerhalb von 15 Minuten
eine Wasserquelle erreichen. Im ländlichen Somalia brauchen die Frauen
für den Hin- und Rückweg zum nächsten Trinkwasser durchschnittlich
1 Stunde und 22 Minuten – und eine
Tour reicht in der Regel nicht für
die täglich benötigte Wassermenge.

Eine ähnlich zeitintensive Arbeit ist das Beschaffen von Feuerholz. In Asien sind 75 Prozent aller Haushalte in Kambodscha, Laos und Nepal auf Feuerholz angewiesen, in Lateinamerika sind es zurzeit 31 Prozent. In den armen Gegenden, wo die Abholzung der Wälder fortschreitet oder die in der Nähe liegenden Wälder nun geschützt werden, müssen die Frauen immer längere Wege gehen.

In einigen Dörfern in Indien haben die Frauen circa zwei Stunden zum Holz-sammeln gebraucht. Seit das Wald-schutzprogramm greift, hat sich diese Zeit auf drei bis fünf Stunden erhöht. Eine Frau in Ghana hat berichtet, dass sie immer häufiger Porridge kocht statt des nährstoffreicheren Mixes aus Bohnen und Mais – weil es schneller geht und weniger Holz verbraucht.



Ein junges Mädchen in Burkina Faso hat Brennholz gesammelt, um die tägliche Mahlzeit zu kochen.

# Hausgemacht! Die anhaltende Bedeutung häuslicher Nahrungszubereitung

Katharina Graf

Gesellschaftlicher Wandel, und insbesondere die weibliche Emanzipation. werden oft als Ursachen für den Verlust von praktischem Kochwissen angeführt. Als eine Tätigkeit, die nach wie vor weltweit überwiegend von Frauen ausgeführt wird, scheinen die Bildung von Mädchen und die zunehmende Berufstätigkeit von Frauen dem häuslichen Kochen den Kampf angesagt zu haben. Die zunehmende Industrialisierung und Globalisierung unserer Nahrungsversorgung haben diesen gesellschaftlich-kulturellen Prozess verstärkt. So zumindest lautet der gängige Diskurs in unserer "westlichen" Welt.

Ich möchte diesen Diskurs kritisch hinterfragen. Während einer einjährigen Feldforschung in Marokko habe ich als Ethnologin mit drei verschiedenen Familien in Marrakesch gelebt und gearbeitet. Die Familien waren zwar nicht arm, aber doch einkommensschwach, sodass zwei von drei Frauen, mit denen ich täglich gekocht habe, zusätzlich einer Lohnarbeit nachgingen. Darüber hinaus habe ich meine Ergebnisse mit denen ähnlicher Studien in anderen Welt-

regionen, inklusive Europa und Nordamerika, verglichen.

Meine Forschung ergab, dass im städtischen Marokko die häusliche Nahrungszubereitung nach wie vor von enormer sozialer und kultureller Bedeutung ist. Und auch in Europa und Nordamerika erfährt hausgemachtes Essen, und damit einhergehend die Frage nach Qualität und Geschmack erneute Aufmerksamkeit. Anhand eines Beispiels aus Marokko erläutere ich, welche Bedeutung die häusliche Nahrungszubereitung in unserer gegenwärtigen Welt noch hat und in Zukunft haben kann.

# Hausgemachtes Brot in der heutigen Zeit?

Sozialwissenschaftler vor mir haben beklagt, dass insbesondere im Zuge der Frauenbildung, dem rasanten Wachstum der Städte, der Ausbreitung von Supermärkten und industriell verarbeiteten Lebensmitteln sowie der Verfügbarkeit von Haushaltsgeräten wie Kühlschranken, Herden und Mixern, Frauen schlicht keine Zeit und Lust mehr zum täglichen Brotbacken, Einkaufen und Kochen hätten. Ohne Zweifel wandelt sich auch die marokkanische Küche, doch inmitten dieses Wandels habe ich ein erstaunliches Maß an Kontinuität gefunden.

Das einschlägigste Beispiel für die anhaltende Bedeutung hausge-machten Essens ist die fast tägliche Zubereitung von Fladenbrot. Selbst erwerbstätige Frauen ziehen dieses dem Brot aus der Bäckerei vor! Fast jeden Morgen verarbeiten sie Weichund Hartweizenmehl mit Salz, Hefe und Wasser zu Brotteig.

Nach dem schweißtreibenden Kneten formen sie diesen Teig in kleinere Bälle, welche sie dann mit flachen Händen flachklopfen – je größer und runder das Brot, desto erfahrener die Köchin. Abschließend bestreuen sie die Fladenteige mit Kleie, damit diese nicht kleben. Wenn die Hefe auf den Fladenteig gewirkt hat, bringt die Köchin oder ein Familienmitglied diesen zum Backen in einen nahe gelegenen öffentlichen Ofen.





Öffentliche Brotöfen und kleine Nachbarschaftsmärkte werden nach wie vor vorgezogen, und dies sogar in neuen Stadtvierteln. Einerseits, so wurde mir erzählt, werden diese Öfen mit Palmholz befeuert, was dem Brot einen besonderen Geschmack verleiht, den private Gasöfen nicht erzeugen können. Andererseits, so habe ich beobachtet, kann die verbleibende Zeit besser genutzt werden, um auf dem Rückweg die frischen Zutaten für das Mittagessen einzukaufen und dieses vorzubereiten. Oder aber

Frauen bringen ihr Brot auf dem Weg zur Arbeit beim Ofen vorbei.

Auf dem Nachhauseweg wird das frisch gebackene Brot wieder abgeholt. Das knusprig gebackene Brot wird gebrochen und dient als Esswerkzeug, ähnlich wie eine Gabel.

Mir wurde oft erzählt, wie wichtig diese Qualitäten des hausgemachten Fladenbrots seien: Es ist lecker, gesund und macht eine Vielzahl von Essern satt und zufrieden. Es bildet somit nicht nur die materielle, sondern auch die soziale Grundlage jedes Mahls. Brot, das nicht gegessen wird, wird nicht weggeworfen, sondern den Schwalben zum Essen hingestellt oder an täglich vorbeikommende Händler gegeben, welche dieses als Tierfutter weiterverkaufen. Diese kulturelle Wertschätzung von Brot ist eng verbunden mit dem religiösen Grundsatz, wonach Brot das primäre Geschenk Gottes und die Essenz unserer Nahrung ist. Dies gilt sowohl im Islam als auch im Christentum.

#### Weibliches Kochwissen, familiäres Wohlergehen und Identität

Marokkanische Frauen verfügen über ein ausgeprägtes Kochwissen. Um bei dem Beispiel Brot zu bleiben: Sie sind dank körperlicher Erfahrung nicht nur in der Lage sämtliche Brotzutaten ohne Maßeinheiten zu mischen und auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der Zutaten einzugehen, sondern legen insgesamt großen Wert auf Oualität und Geschmack. Weichweizen gilt als geschmacklos aber hilfreich, um das nicht umsonst so bezeichnete Hartweizen, welches als geschmacksintensiver gilt, zu kneten und zu kauen. Kleie hilft nicht nur die Fladen besser handzuhaben, sondern auch bei der Verdauung. Kochwissen umschließt dabei sowohl die multi-sensorischen Dimensionen der Brotzutaten und ihrer Kombinationen,

als auch ein landwirtschaftliches Wissen, wonach die Oualität, Herkunft und Verarbeitungsstufe zur Auswahl von Getreide entscheidend sind. Marokkanische Frauen sind sehr stolz auf dieses Wissen, welches im Gegenzug hohe Anerkennung und Wertschätzung in der marokkanischen Gesellschaft findet. Und so stellt das tägliche Kochen nach wie vor eine wichtige identitätsstiftende Tätigkeit für viele Frauen dar. Trotz besserer Bildungschancen und Lohnarbeit für Frauen, ersetzt der Beruf das Kochen nur geringfügig in seiner Bedeutung für Ehefrauen und Mütter. Denn jene drücken durch das Kochen nicht nur ihr weitreichendes Wissen aus. sondern ebenso ihre Zuneigung und Fürsorge für die Familie. In dieser Hinsicht sind sich marokkanische Frauen und "westliche" Frauen erstaunlich ähnlich und die anhaltende Bedeutung der häuslichen Nahrungszubereitung in Marokko stellt keinen Einzelfall dar.

#### Kochen im Vergleich

Obwohl sich der marokkanische Kontext in vielerlei Hinsicht von westlichen Industrienationen unterscheidet, ist ein Vergleich doch aufschlussreich. Während marokkanische Frauen trotz Bildung und Beruf an ihrem Kochwissen und ihrer Rolle als Köchin als Teil ihrer weiblichen Identität festhalten, fühlen sich "westliche" Frauen hin- und hergerissen zwischen

ihren Rollen als erwerbstätige Frau und als häusliche Köchin. Denn dass auch europäische und nordamerikanische Frauen, ganz besonders Mütter, nach wie vor die Hauptverantwortung für das Kochen tragen, hat sich trotz Emanzipation nicht grundlegend verändert.

Interessanterweise sind es gerade die Industrialisierung und die Globalisierung, welche unsere Nahrung standardisieren und global dieselben, oft vorverarbeiteten Produkte verfügbar machen, die die Bedeutung praktischen kulturellen Wissens wie das des Kochens erneut hervorheben. Aktuelle Forschungen aus Nordamerika und insbesondere Ost- und Südeuropa zeigen, dass gerade Frauen nach wie vor hausgemachtes Essen dem industriell vorverarbeiteten Essen vorziehen; ihre Kriterien sind, ebenso wie für marokkanische Frauen. Oualität und Geschmack und das Wohlergehen und die Gesundheit ihrer Familie. Dies findet beispielsweise Ausdruck in dem kontinuierlich steigenden Marktanteil von biologisch und regional produzierten Lebensmitteln oder im hohen Absatz von Kochbüchern und Ernährungsratgebern.

Hausgemachtes Essen mag hierzulande nicht anhaltend bedeutend gewesen sein wie in Marokko, doch Frauen (und Männer) haben die Rolle eines guten Mahls für das eigene und familiäre Wohlergehen wiedererkannt Im Gegensatz zu Marokko bleibt allerdings die Frage bestehen, wie sich dies hierzulande mit einer beruflichen Karriere verbinden lässt. Denn hausgemachtes Essen bekommt nicht die Anerkennung, die es verdient und die es Frauen und Männern erleichtern würde dieser sachkundigen und identitätsstiftenden Tätigkeit gerechter zu werden.

# Guaven, Sago, Kartoffeln und Mais. Frauen, Wandel und Widerstand in der kulinarischen Praxis in Kolumbien

Esperanza Cifuentes Arcila

In Seminaren der Nationaluniversität Bogota bin ich mit Studierenden Fragen nach den Zusammenhängen zwischen Umweltzerstörung, Nahrungssouveränität und Sozialer Arbeit nachgegangen. In kleinen Fallstudien haben die Studierenden in ländlichen Regionen Kolumbiens, aus denen sie teilweise selbst stammen und mit Kindheitserinnerungen verbinden, Interviews mit Frauen durchgeführt. Sie haben sich auf Spurensuche begeben nach altem Wissen zur Nahrungszubereitung und seiner heutigen Bedeutung für die Frauen.1

Es überrascht, dass die ersten Völker und später die mestizische Bevölkerung in Kolumbien den Anbau verschiedener Lebensmittel und die Zubereitung einiger Mahlzeiten bewahrt haben, wenn auch mit Veränderungen in Richtung kulinarischer Verschmelzungen. Solche Bemühungen Essgewohnheiten und den Anbau von alten Kulturpflanzen zu erhalten, können wir als kulinarischen Widerstand bezeichnen.

Dieser Widerstand war vor allem aus zwei Gründen möglich: Erstens, lag die Organisation des häuslichen Lebens in der vorspanischen Zeit wie besonders nach der spanischen Invasion zunächst in den Händen der indigenen Frauen und später in den Händen der mestizischen Frauen.

Auch der Anbau für den Eigenbedarf sowie die Weiterverarbeitung von Produkten wie Mais und die Zubereitung der Speisen war ihr Zuständigkeitsbereich. Bis in die 1980er Jahre war es Aufgabe der Mütter und Großmütter in den Familien, die Mahlzeiten auf der Grundlage von Mais, Kartoffeln, Bohnen, Sago und lokalen Früchten auf den Tisch zu bringen, obwohl konkurrierende Lebensmittel wie Weizen und Gerste im 17. Jahrhundert und Reis im 20. Jahrhundert eingeführt wurden.

So zeigt sich die Rolle der Frauen als Übermittlerinnen überlieferten kulinarischen Wissens bis heute bei der Zubereitung lokaler Köstlichkeiten, wie beispielsweise bei der Herstellung von Trinkschokolade auf der Grundlage von gemahlenem

Kakao in Borbur v Coscuez, in der Provinz Boyacá: In früheren Generationen hatten die Frauen auch die Aufgabe die Kakaopflanzen zu kultivieren, während die Männer in den Bergwerken arbeiteten. Zu den häuslichen Aufgaben der Frauen zählten die Vorbereitung der Kakaobohne, das Mahlen des Kakaos und schließlich die Zubereitung. Da die Aufgaben der Frauen immer stärker auf die Tätigkeiten im häuslichen Bereich hin definiert wurden, gaben sie auch das entsprechende Wissen in der Linie der Frauen weiter. Wie der Kakao zubereitet wird, geht aktuell von der Großmutter auf die Mutter zur Tochter über, obwohl auch die Männer die Zubereitungsschritte kennen. Aber die Frauen übernehmen alle Arbeiten von der Trocknung der Früchte, des Toastens von Mais und Kakao bis zum Kochen. Die Rolle der Männer bei der Zubereitung des Getränks beschränkt sich heute auf den Anbau der Kakaopflanzen, des Mais und Zuckerrohrs....<sup>2</sup>

Der zweite Grund dafür, dass sich Gerichte auf der Grundlage lokaler Produkte erhalten haben, viele davon vorspanischen Ursprungs, hat damit zu tun, dass sich in Kolumbien durch eine verzögerte Modernisierung die lokalen Argrarökonomien bis in die erste Hälfte des 20. Jahrhundert erhalten hat. Weil die Versorgung der

Stadt mit Lebensmitteln direkt durch die Bauern erfolgte, die ihre Produkte auf den Marktplatz brachten, war die Verbindung der Haushalte zur bäuerlichen Welt nicht unterbrochen.<sup>3</sup>

In den letzten Dekaden des 20. Jahrhunderts ist diese Beziehung abgebrochen. Der Landwirt heute ist mit einem sehr viel komplexeren Markt konfrontiert, der von vielen Variablen bestimmt wird. Die Entscheidungen können nicht mehr nur nach lokalen Kriterien erfolgen, sondern müssen sich globalen Dynamiken stellen. Damit entfernt sich die ländliche Welt in gewisser Weise unwiederbringlich, sie wird nur noch durch die Medien wahrgenommen.<sup>4</sup>

Heute werden die Kochrezepte für die Mahlzeiten auf dem Familientisch gar nicht mehr im häuslichen Bereich umgesetzt, denn die fertig zubereiteten Speisen lassen sich auf dem Markt finden. Tatsächlich werden eine Reihe traditioneller Speisen wie Arepas, kleine runde Maisfladen, Tamales, Maisteig mit Fleisch, Käse oder anderen Zutaten gefüllt und in Pflanzenblätter eingehüllt und gedämpft oder Envueltos, in Maisblätter eingewickelte Maiskolben mit einer Käse - Teighülle heute von kleinen oder mittleren Unternehmen hergestellt, in denen Männer und Frauen sich die Produktion teilen:



Arepas aus getrocknetem, grob gemahlenem Mais-korn mit einer Hogao Soße, eine kolumbianische Tomatensoße mit regional unterschiedlichen Rezepten.

Früher wurden die Tamales von Tolima nur an ganz speziellen Festen von den Hausfrauen zubereitet. Dieser Brauch erhält sich auch noch in den ländlichen Zonen von Tolima. Aber jetzt wird diese Spezialität auch in kleinen Familienbetrieben von Frauen und Männern hergestellt. <sup>5</sup>

Einige dieser Spezialitäten sind zu regionalen Marken geworden, deren Produktion und Verteilung die Wirtschaft angekurbelt haben, wie in Santander im Fall des Bocadillo Veleño, einer Süßigkeit aus Guaven, eingewickelt in eingetrocknete Bananenblätter:

Mit der Zeit hat sich die Süßigkeit zu einem typischen Häppchen der Region gewandelt und viele Familien haben begonnen sie in der Region zu verkaufen.<sup>6</sup>

Bis noch vor einer Generation waren die Speisen in den ländlichen Zonen definiert durch den Anbau, die lokale Weiterverarbeitung und durch das Kochen lokaler Erzeugnisse. Der Anbau für den täglichen eigenen Gebrauch versorgte die häusliche Küche. Landwirtschaft und Herd bildeten eine Einheit:

In Huila stammten die Zutaten und Lebensmittel aus der der landwirtschaftlichen Arbeit der Familien. Das erschließt sich aus den Erzählungen einer Interviewten, die sich erinnert, dass diese Erzeugnisse vor allem für den eigenen Konsum bestimmt waren und auf dem lokalen Markt eingetauscht wurden gegen die traditionellen Achiras, salzige Plätzchen oder Brote aus Sagomehl. Mit dieser traditionellen Speise von Huila ist sie sehr verbunden, die Achirapflanze, aus deren Samen das Mehl gewonnnen wird, ist Teil ihres täglichen Lebens.7

Durch den Wandel in der Arbeitsorganisation, dadurch dass Frauen ihr häusliches Umfeld verlassen und durch die die Urbanisierung und Globalisierung hat sich die Verbindung zwischen dem landwirtschaftlichen Anbaus und der häuslichen Küche aufgelöst, Land und Herd sind voneinander geschieden.

Und es zeigt sich, dass gerade Aussaat und Produktion der vorspanischen Lebensmittel im lokalen Anbau zurückgegangen sind, im Vergleich zum Anbau von Getreide durch die großen multinationalen Produzenten. Wir können die Rezepte und ihre Verarbeitung noch im gegenwärtigen alltäglichen Speiseplan finden, aber die Saat und Ernte der Agrarprodukte geschehen in anderen Regionen, sogar in anderen Ländern.



Bocadillo Veleño, Süßigkeit aus Guaven im Krämerladen

Darüber hinaus bedeutet die Herstellung der traditionellen Speisen sehr viel Zeitaufwand. Sie sind schwierig zuzubereiten und die Zutaten sind schwer zu bekommen.

So besteht die Gefahr, dass diese Rezepte verschwinden, weil diejenigen, die sie zubereiten können, die Großmutter Carmen Varga und ihre Tochter Aura Rojas sind. Die anderen Nachkommen, Söhne und Töchter, Nichten, Neffen und Großneffen verfügen nicht über die Zeit, die Speise herzustellen, Und sowieso finden sie, dass es unnütze Zeitverschwendung sei, wenn sie zwei Tage brauchen einen Tamal herzustellen. Da ziehen sie es vor, diese ganz leicht außer Hauses zu kaufen.8

Vielleicht haben die Rezepte aufgrund der Festtraditionen in unserer Region ihre Geltung behalten und weil die vielen Begegnungen bei den regionalen Festen unsere Geschichte, die mit Essen vermittelte Identität und eine Sehnsucht nach Heimat stärken. Das geschieht vor allem in den weniger urbanisierten Landstrichen, die vom Zentrum abgeschnitten sind. Und die Beschwörung solcher Momente wird mit großer Freude und Stolz dokumentiert. Kulinarische Alternativen zur Massenproduktion

werden bewahrt und neu initiiert Aber als vorläufige Schlussfolgerung der Fallstudien der Studierenden und vieler Umweltschützer scheint die Erkenntnis wichtig zu sein, dass Ernährungssouveränität nicht einfach dadurch garantiert wird, dass uralte Rezepte weiter verwendet werden. Entscheidend ist es, das Kochen, den Herd, wieder mit der Landwirtschaft zusammenzubringen, und Initiativen zu unterstützen, die Aussaat, Ernte und häusliche Zubereitung als eine Einheit verstehen.



Zum Teil seltene und alte Gemüse- und Obstsorten: Limonen, Guatilas (arme Kartoffeln), Guaven, Chuquas oder Rubas, Kapuzinerkresse, Maiskörner, Bohnen, Aji und Papayuelafrüchte

Spätzle werden selbst gemacht





Ilse Bayer ist Hauswirtschaftsleiterin und Bäuerin in einem Vollerwerbs-betrieb. Von den 15 Betrieben die es gab in ihrem Dorf gab, als sie einheiratete, sind noch drei Betriebe übriggeblieben.

124 ha und 50 Kühe plus Nachzucht bewirtschaftet die Familie. Seit 2015 wird auf ökologische Landwirtschaft umgestellt. "Wir wollen auch unserer nächsten Generation noch Lebensqualität geben", das ist das Motto von Ilse Bayer.

Und da sie nicht in Urlaub fahren kann, holt sie sich die Welt ins Haus. Seit 2008 kommen junge Menschen aus aller Welt auf den Hof durch "Work and Travel" (helpx.net). 220 sind es inzwischen und sie helfen im Haus, in der Küche, im Garten, beim Obst pflücken, Marmelade kochen, einmachen und beim Melken.

Bis vor einem Jahr wurden die Küchenhelferinnen – manche Männer haben übrigens lieber gekocht als die Frauen – von der 94-jährigen Oma angeleitet, die das mit größtem Vergnügen gemacht hat. Heute bringt Ilse Bayer den Gästen die schwäbische Küche nahe und lernt auch gerne etwas Neues dazu, so wie gerade von ihren Helferinnen aus Taiwan.



Yihsuan Tang aus Taiwan schenkt die württembergische Klößchensuppe aus. Es wird jeden Tag für mindestens 10 Personen gekocht.

Gaby Franger, Rita Schmidt



Yvette aus Australien hat nicht nur Abenteuer erlebt und deutsch gelernt, sondern weiß nun auch, dass Kälber in Rüsselhause "Moggele" heißen, Kartoffeln "Ebbira" und die Eier "Gaggerli"...

### Wichtig ist Liebe...

Resmiye Sarigül Straßenkreuzerverkäuferin Nürnberg Deutschland kaltes Land. Nein, hier handelt es sich ausnahmsweise mal nicht um die innere Kälte, die Resmiye entgegen schlägt; sie spricht von der ihr fehlenden Sonne, die sie immer noch vermisst, obwohl sie doch nun seit so vielen Jahren hier lebt.

Geboren in Sinop, im Norden Anatoliens, einem Ort, der als der schönste des Schwarzen Meeres gilt, verließ sie die dortige Friedlichkeit schon früh, um in Istanbul den Beruf einer Erzieherin zu lernen.

Mit einer Freundin ging sie nach Deutschland. Den erlernten Beruf konnte sie in Nürnberg nicht ausüben: die Nichtanerkennung der Ausbildung sowie die mangelnden Sprachkenntnisse standen dem im Wege. Stattdessen arbeitet sie bei Grundig im Akkord und danach bei der Gebäudereinigungsfirma Dorfner als Vorarbeiterin. Jeweils viele Jahre, aber nicht lange genug, um eine gute Betriebsrente zu erhalten. Ihre Kinder wurden in Deutschland geboren und haben alle die deutsche Staatsangehörigkeit. Die Rente ist nicht hoch genug, daher verkauft sie seit 1997 den Straßenkreuzer, trotz erheblicher gesundheitlicher Probleme.

Mit Resmiye ins Gespräch zu kommen, das ist leicht. Ausgestattet mit dem Kochbuch vom Straßenkreuzer, zu dem sie auch ein Rezept beigesteuert hat, beginnt sie sofort zu sprechen.



Befürchtet gar, ich wolle das Buch zurückgeben; fragt, bei wem ich es gekauft hätte. Bei ihr, sage ich. Ich erkläre mein Anliegen, bitte um ihre Zeit. Sie lädt mich spontan zum gemeinsamen Kochen zwei Tage später in ihre Wohnung ein. Beim Betreten der Wohnung gibt es Hausschuhe, gleich danach Tee und Feigen.

Sie erzählt, dass sie schon seit 1973 in Deutschland lebt, dass ihr Sohn gerade ausgezogen ist, sie daher nicht mehr täglich kochen muss. Wichtig sind ihr, das ist auffallend, die zum Teil langjährigen Kunden. "Gute Frau", kauft oft bei mir. Um ältere Kunden, die sie länger nicht mehr gesehen hat, macht sie sich Sorgen.

Schließlich gehen wir in die Küche, wo sie mich in die Kunst der 'gefüllten Weinblätter' einweist.

Die Küche ist klein, die Möbel alt, ein Küchentisch mit zwei Stühlen, alles da, was der Mensch so braucht.



Hier wird gekocht, gelebt; und ich fühle mich sofort wohl.

Noch nie habe ich eine so cleane Küche gesehen: Reis, Tomaten Weinblätter – verständlich, dass diese Zutaten gewaschen werden. Resmiye aber wäscht jede Gabel, jeden Teller, jede Tasse, die sie aus ihren Schränken und Schubladen nimmt, obgleich sie sicher schon vorher blitzblank sind. – Auch Hände, die zwischendurch einmal gewaschen werden, wäscht sie im Bad, nicht etwa in der Küche. Beim Arbeiten sagt sie mir, wo sie die Zutaten kauft: Gemüse auf dem Markt, Hackfleisch beim Metzger, und die türkischen Beigaben im türkischen Supermarkt. Inzwischen muss sie nur noch einmal pro Woche einkaufen. Immer wieder fragt sie mich, ob ich nicht Wasser oder Tee haben möchte. In der Zwischenzeit wäscht sie Reis und Weinblätter, setzt Wasser für die zu häutenden Tomaten auf, schneidet blitzartig eine Zwiebel, erzählt von "guten und schlechten" Männern und Frauen, die es, wie sie zugibt, in beiden Ländern gibt.

Ihre Arbeiten verrichtet sie ganz automatisch; es ist klar, das ist ein Gericht, das sie schon tausendfach zubereitet hat. Sie achtet darauf, dass ich alle Arbeitsschritte mitschreibe, immer mal wieder einen Blick in die große blaue Schüssel werfen kann, aus der es schon sehr bald gut duftet. Die Masse wird nie mit den Händen berührt. Lediglich die Weinblätter werden ausgepresst.

Dann kommt mein Moment: Blatt ausbreiten, wenig Masse rauf, falten, rollen. Ganz einfach. Aber, irgendwie unterscheiden sich ihre und meine Rollen erheblich. Ihre didaktischen Fähigkeiten zeigen sich... Wir haben 400g Weinblätter, aber auch gefühlte 400 Rollen. Schließlich, gegen Ende, werden meine annähernd so schlank wie Resmiyes. Ihre letzte allerdings wird ganz dick: Nur noch ein Blatt da, und noch viel Teigmasse. Wir lachen.

Zwischendurch wurden die fertigen Rollen dicht an dicht im Topf gelagert. Nun wird Wasser angegossen, ein Teller drauf gelegt, damit nichts hochkommen kann.

Wir haben wieder Zeit zum Reden. Sie erzählt mir, dass Sinope eine friedliche Stadt ist, dass sie nur noch selten in die Türkei fährt. Auf meine Bitte hin holt sie eine Landkarte. Sie zeigt mir die Schönheiten der Umgebung von Sinope. Eigentlich, ja eigentlich wäre sie gerne Polizistin geworden, das war ihr Traum. Das Leben hat es anders gerichtet. Und so richtig vorstellbar ist das nicht; sie, die Herzliche mit einer Waffe in der Hand?

Statt der Waffe hat sie nun Strick- und Häkelnadeln in der Hand. Die Straßen-kreuzerkundinnen bringen ihr Wolle, die sie verstrickt. Sie häkelt wunderbare feine Decken oder Vorhänge. Hier muss sie geduldig sein; in der Küche ist sie blitzschnell.

Während sie immer mal nach den Weinblättern schaut, fragt sie ganz besorgt, ob ich doch endlich wieder Tee möchte.

Endlich sind sie fertig, wir haben beide Hunger. Wir essen in der Küche. Essen im Wohnzimmer hatte ich abgelehnt. Ich erhalte einen Berg Weinblätter, mit gutem türkischen Joghurt daneben. Es schmeckt wirklich sehr gut. Zum Nachtisch gab es Obst und türkische Kekse.

Es war noch reichlich übrig, das war auch so geplant, es sollen ja drei Portionen sein. Und dennoch. Obwohl ich mich wehrte, bestand Resmiye darauf, dass es für sie zuviel sei und gab mir gewissermaßen ein "Versucherle" mit, inklusive Joghurt. Na, und Kekse mussten natürlich auch dazu. Gastfreundschaft.

Ariane Niehoff-Hack





### Omas Küche

# Deana Maksimović-Vidanović eine Bloggerin, die Kochen mit "kleinen weiblichen Historien" verbindet

In vielen Nationalküchen weltweit ist heutzutage ein neuer Trend zu bemerken: als eine Art Widerstand gegen das Globalisierungsgemisch verschiedener kulinarischer Stile. entwickelte sich das Bedürfnis die auf traditionelle Weise und aus Zutaten regionaler Herkunft zubereitete lokale Kost zu wahren und für sie zu werben. Besonders mit dem Begriff "Omas Küche" soll die Tradition und Lokalität bestimmter Gerichte hervorgehoben werden. Mit der Metapher der "Oma" wird die Kontinuität der Übermittlung von traditionellen Kenntnissen und Werten, der Bezug zur (Familien)-Vergangenheit, auch die Nostalgie gegenüber vergangenen Zeiten zum Ausdruck gebracht.1

System posses of some of some of some of the some of t

Solche Aufrechterhaltung alter kulinarischer Praxis oder ihre Retraditionalisierung macht die Kochbücher irgendwelcher Großmütter erst interessant und stellt diese privaten Niederschriften in einen öffentlichen Diskurs. Diese Manuskripte bzw. privaten Kochbücher<sup>2</sup> haben meist dieselbe Form. Die darin aufgehobenen Texte sind kurz und prägnant, in Form von Merksätzen, was auf das Wissen der Verfasserinnen hinweist. Daher knüpft ihre Verwendung bei der nächsten Generation daran an. dass ein bestimmtes Rezept schon bekannt ist oder diese sich überhaupt mit Rezepten und Kochen auskennt. Die Aufzeichnungen beziehen sich nicht auf übliche, alltägliche Gerichte,

da deren Kenntnis als selbstverständlich vorausgesetzt wird. Somit sind diese Rezeptsammlungen keine reale Wiedergabe einer bestimmten Nationalküche der Gegenwart oder Vergangenheit, sondern geben die kulinarische Mode eines bestimmten Zeitraums wieder.

Handgeschriebene Kochbücher enthalten vererbte oder gesammelte Rezepte, die überwiegend von Frauen aus dem Freundinnen- und Verwandtenkreis stammen, und so können sie als eine Methode der Übermittlung von "weiblichem Wissen" betrachtet werden, aber auch als ein Zeugnis über eine bestimmte Zeit und "kleine private Historien". Neben den Kochanweisungen bieten sie eine

Quelle zur Erforschung der Vergangenheit, sind aber auch von großer emotionaler Bedeutung sowohl für die Erben selbst, als auch für andere Personen, die durch ihre individuellen Erinnerungen mit ihnen verbunden sind. Daher überrascht der Trend der Veröffentlichung alter privater Kochbücher als eine Art Hommage an die Großmütter und die guten alten Zeiten kaum. Dasselbe gilt für ihre Popularität unter denjenigen, die auf der Suche nach bewährten Rezepten für hausgemachte Kost sind. Solch ein Kochbuch wurde von Spomenka Strunjaš, geb. Radosavljević (1921-1986), verfasst, einer Hausfrau aus Serbien bzw. dem damaligen Iugoslawien. Dieses private Notizbuch ist bekannt geworden dank Spomenkas Enkelin, Deana Maksimović-Vidanović, die auf ihrem Blog "Vergessene Leckerbissen" gerade diese Rezepte veröffentlicht. Die mit Sorgfalt aufbereiteten Texte in serbischer und englischer Sprache, sowie die verführerischen Bilder dieser Speisen, haben Erfolg: Die Rezepte von Oma Spomenka werden von einem breiten Leserpublikum der Blogs, die sowohl aus Serbien, den Gebieten des ehemaligen Jugoslawien, als auch aus anderen europäischen Ländern und sogar anderen Kontinenten stammen. gelesen und ausprobiert.

# Rezepte und "kleine weibliche Historien"

Deana Maksimović-Vidanović, Autorin des Blogs "Vergessene Leckerbissen", wurde in Belgrad (Serbien) geboren. Ihre Kindheit verbrachte sie in ihrer Geburtsstadt sowie in Tuzla (Bosnien und Herzegowina). Nach Abschluss eines Anglistikstudiums an der Universität Belgrad und ihrer Heirat zog sie nach Deutschland, wo sie heute mit ihrem Ehemann und ihrer Tochter in Karlsruhe lebt und als freiberufliche Dozentin für Wirtschaftsenglisch tätig ist. Ihren Hobbys widmet sie viel Zeit – der Fotografie, dem Backen und dem Blogging.

Die Bloggingwelt betrat sie 2010 mit der Idee, die Rezepte aus dem Kochbuch ihrer Großmutter mütterlicherseits die vor über siebzig lahren aufgeschrieben wurden, zu dokumentieren, aber auch die Leserinnen und Leser an die guten alten Mehlspeisen zu erinnern oder sie mit ihnen erst vertraut zu machen. und, nicht zuletzt, die Rezepte für die nachkommenden Generationen aufzubewahren. Als wichtige Motive dafür nennt Deana noch zwei sehr persönliche Gründe: der erste ist mit den "kleinen weiblichen Historien" verbunden, die in alle Texte auf dem Blog eingewebt sind und die ein Licht auf die Lebensgeschichten der einfachen Frauen aus ihrem Familienkreis werfen. Spomenka hat nämlich

während des 2. Weltkrieges, in dem sie als politische Kommissarin auf der Seite der Partisanen tätig war, ihren zukünftigen Gatten Dragutin kennengelernt, einen Offizier der jugoslawischen Armee. Als Militär erhielt er Dienstorte in Kroatien. Mazedonien. Bosnien und Serbien, so dass die Familie ständig umziehen musste. Zu der Zeit war Spomenka Hausfrau und hingebungsvolle Mutter, später liebevolle Großmutter. Deana erzählt, dass ihre Großmutter neben den Kochbüchern viele Erinnerungen, hinterlassen hat. Dokumente ihres Lebens. Deshalb beschreibt Deana neben den Rezepten aus dem Kochbuch, die sie mit ihrer Mutter Natalija ausprobierte, nicht nur die Speisen einer vergangenen Zeit, sondern auch Ausschnitte aus dem Leben ihrer Großmutter, wie auch anderer Frauen in ihrer Familie - der Mutter, der Tante, der Urgroßmutter (der Tante ihrer Großmutter).

Der zweite Grund für den Blog ist der Wunsch, diese alten Rezepte und Bräuche als ihre Familienerbschaft und einen Teil ihrer Identität an die eigene Tochter weiterzugeben. So hat dieses in kyrillischer Schrift und in Form von Merkzetteln geschriebene Kochbuch eine neue Form erhalten, in der auch ausführlichere Beschreibungen für die Zubereitung altertümlicher Torten und Kuchen, nun in lateinischer Schrift, enthalten sind, nebst der englischen Übersetzung

aller Texte. Auf diese Art und Weise hat Deana das Kochbuch einer serbischen Hausfrau und die Rezepte, die sie Mitte des 20. Jahrhunderts niedergeschrieben hat, der Vergessenheit entrissen und sie für die neuen Generationen aufbereitet. Wie die Autorin sagt: "Das bin ich denen schuldig, die nicht mehr unter uns sind, aber auch ienen, die erst den Kochlöffel in die Hand nehmen werden." Obwohl der Blog seinen Schwerpunkt auf das alte Kochbuch legt, sind die Texte mit Anekdoten über die bei der Großmutter verbrachte Kindheit, das Heranwachsen im ehemaligen Jugoslawien, aber auch aus dem Leben in

Deutschland durchwoben. Dadurch sprengt dieser Blog den Rahmen der Vergangenheit und der vergessenen Rezepte und wird zu einer Art Illustration sowohl des Lebens verschiedener Generationen, als auch der aktuellen Themen wie Migration und Diaspora. In dieser Hinsicht nehmen die traditionelle Kulinarik und die Speisen eine neue Bedeutung an, im Prozess der Anpassung an neue Umstände. Auch in diesem Kontext wird die Narration über die "kleinen weiblichen Historien" weitergeführt, mit dem Fokus auf die Autorin selbst und ihre Integration in die neue Umgebung.

Deanas Idee, einen Blog zum Kochbuch ihrer Großmutter zu gestalten, hat sich aus allen ihren Interessensgebieten entwickelt, sowie aus ihrer



eigenen Kochkunst und den Erinnerungen, die ihr die Rekonstruktion der knappen Angaben in den alten Rezepten ermöglicht haben. Ihre Texte nützt sie, jedoch auch dazu, aus dem Leben einiger Generationen von Frauen in ihrer Verwandtschaft zu erzählen, die zu unterschiedlichen Zeitpunkten und unter verschiedenen sozialen und kulturellen Umständen "zur Frau geworden" sind oder es erst werden. Außerdem hat sich durch diese Texte das Kochbuch als eines der Bindeglieder zwischen ihnen bewährt. Darin erscheinen nicht nur von Omas Hand geschriebene Rezepte, sondern auch welche, die von deren Mutter, der Urgroßmutter, und ihrer Tante stammen.

Die Kochtradition wurde als ein ganz besonderes weibliches Wissen von einer Generation an die nächste weitergegeben, bzw. wird sie das noch immer. Während sich das Ausprobieren der Rezepte der Merkzettel "Aus Omas Kochbuch" seinem Ende nähert, erweitert Deana Maksimović-Vidanović das Konzept des Blogs auf die gedruckten Kochbücher aus dem Familienbestand, deren Autorinnen wiederum Frauen waren. Auf diese Weise bleibt ihre Ursprungsidee erhalten, dass diese "kleinen weiblichen Historien" eine alternative Stimme und Zeugen ihrer Zeit und Kultur sind.

Tijana Jakoviljevic,

# Der Herd – Zentrum der traditionellen Küche der Pehuenche <sup>1</sup>

Soledad Ascencio Cortes

Die Dorfgemeinschaft der Pehuenche von Kawñikú befindet sich am Südufer des Flusses Queuco, in der Provinz Bío Bío im Süden Chiles. Der Name kommt aus dem Chezungún, Kawello Ko, das bedeutet "das Pferd des Wassers".

Die Geschichte der Pehuenche ist seit jeher eine Geschichte der Diskriminierung und Exklusion durch den Staat, die Gesellschaft und die westliche Kultur. Sie war immer auch eine Geschichte der Verfolgung und der Aneignung ihres Territoriums was eine ständige Verkleinerung ihres Gemeindelandes zur Folge hatte und zu einer schrumpfenden Bevölkerung führte. Dennoch konnte sich die Kultur der Pehuenche durch ihre Subsistenzökonomie und vielfältige Formen des Widerstands behaupten.

In historischen Zeiten besiedelten die Pehuenche sehr viel größere Gebiete der Andenkordilleren. Sie umfassten die Ebenen sowohl auf der chilenischen wie argentinischen Seite der Anden. Die Pehuenche waren nomadische Sammler und Jäger der Kordilleren mit einer eigenen Sprache.

Zur Zeit des Eindringens der Spanier und als Konsequenz der Eroberungskriege zogen sich die Mapuche in die andine Region zurück und vermischten sich mit den Pehuenches.<sup>2</sup>

Heute besitzt die Dorfgemeinschaft Kawñikú nur noch 20 Prozent ihres angestammten Territoriums. 1919 erhielt die indigene Gemeinschaft den Besitztitel, aber das ihnen zuerkannte Land hatte weder die Ausdehnung noch die Qualität, die sie rechtmäßig beanspruchten. Wichtige Teile der Araukarienwälder und die Sommerweidegebiete fehlten.

In der Mehrzahl der Fälle wird nur der Ort, auf dem die Wohnhäuser stehen und das daran unmittelbar anschließende Weideland als indigenes Gemeinschaftsland anerkannt. Der nomadische Charakter der Pehuenche – Ökonomie wird dabei ignoriert. Große Teile des angestammten Landes der Pehuenche bleiben weiterhin in Privatbesitz, gleichgültig, ob die Besitzer ihnen dieses Land auf betrügerische Weise abgeluchst oder es sich ganz einfach angeeignet hatten.



Digüeñe Pile, für Salate mit Limone und Salz zubereitet

Die damals verliehenen Eigentumstitel gelten bis heute, sie wurden nochmal in den 1990er Jahren bestätigt, um weitere Aufteilungen zu verhindern.

Das soziale, ökonomische und kulturelle Leben in Kawñikú ist aufs engste
mit der Erde verbunden. Die Familien
orientieren ihr Leben, ihre Arbeit
und ihre Alltagsbräuche an den zwei
soziökonomisch entscheidenden
Jahreszeiten und Lebensräumen, der
Winterweidezeit und der Sommerweidezeit.

Die Winterweide befindet sich in den Niederungen der Kordilleren, weil es dort weniger schneit. Das Vieh wird zum Weiden in dieses Gebiet gebracht und findet dort Gehege vor.

Die Sommerweide befindet sich in den oberen Lagen der Kordilleren. Dorthin ziehen die Familien im Frühling. Sie bringen die Tiere auf die frischen Wiesen und beginnen mit der Nachlese der Pinien, der Araukarienfrüchte, die noch nicht in der vorherigen Saison gesammelt worden



Wilde Johannisbeeren, aus denen Marmelade gemacht wird.

waren und die zum Vorschein kommen, wenn der Schnee schmilzt. Mit dieser jahreszeitlichen Wanderung sind wichtige kulturelle Elemente der traditionellen Lebensweise und der Identität verbunden: Das Hüten der Tiere, das Sammeln essbarer Pflanzen und Heilkräuter – der Ritus des nguillatún, mit dem die Gemeinschaft gestärkt wird. Zweifellos das charakteristischste ist das Sammeln der Pinienkerne der Araukarien. Sie bilden seit Urzeiten die Grundlage ihrer Nahrung.

Kawñikú liegt im Gebiet der Sommerweiden und hier wurden im ersten Jahrzehnt des 21. Jh. den Familien neue Häuser durch ein staatliches Programm des sozialen Wohnungsbaus <sup>3</sup> zur Verfügung gestellt.

Dabei wurde durch besondere Konstruktionselemente versucht den lokalen Gegebenheiten gerecht zu werden, so durch einen besonderen Wärmeschutz oder eine stärkere Dachneigung, wegen der intensiven Regen- und Schneefälle. Aber dabei

wurde das traditionelle Leben der Pehuenchefamilien nicht berücksichtigt, wie das außenliegende Bad und die Küche, die immer getrennt von den Wohnräumen gebaut wird.

Die Pehuenche-Küche wird um den Herd herum konstruiert. Hier ist der Raum in dem sich das familiäre Leben abspielt, hier wird gekocht, sich unterhalten und die traditionelle Materunde, das gemeinsame Trinken von Matetee, zelebriert.

Der Herd ist das Zentrum der Küche, genau unter der Dachöffnung, durch die der Rauch abzieht. Im Inneren werden dadurch die Lebensmittel des täglichen Gebrauchs "geräuchert", wie der Aji, zur Herstellung des wichtigen Würzmittels merken, und das Fleisch, Pferde- oder Rindfleisch für die Zubereitung des charki, getrocknetes Fleisch mit Salzkruste. Besonders diese gewohnten Koch- und Konservierungstechniken erklären, warum die Küche abgetrennt von den übrigen Wohnräumen errichtet wird. Die Küche ist der Sammelpunkt der Familienmitglieder und Gäste ebenso wie Lagerraum und Herstellungsort der Lebensmittel.

In den letzten Jahrzehnten hat die Anpflanzung von Eukalyptuswäldern in den unteren Bereichen des Gemeinschaftslandes dazu geführt, dass eine Reihe von einheimischen Pflanzen und Wasserressourcen verlorengegangen sind. Diese Pflanzungen wurden durch die nationale Forstverwaltung <sup>4</sup> getätigt und haben zu einem ökologischen Ungleichgewicht geführt und irreparable Schäden verursacht wie eine fortschreitende Bodenerosion. Damit gingen der Gartenbau und kleinere Anpflanzungen für den Eigengebrauch drastisch zurück. Um dem entgegenzusteuern werden nun in den Schulen der Region Kurse durchgeführt, wie sich die Böden erholen oder zurückgewonnen werden können.

Neben den Schäden durch Monokulturen wird nun die natürliche Umgebung durch einen neuen Stausee zerstört, der von ENDESA, einem privaten Energieunternehmen gebaut wird. Dieser Bau greift gewaltsam in das Leben der Familien der Pehuenche ein. Sie sollen umgesiedelt werden, ohne dass ihre Lebensweise respektiert wird und ohne dass auf ihre Formen kollektiver Entscheidungsfindungen Rücksicht genommen wird.



Chupones oder Quicales sind die süßen Früchte einer Bromelienart, mit schwarzen Kernen. Aus den Fasern der großen Pflanze werden Körbe und Taschen geflochten.

# **Ein Montag im Leben von Monique Coulibaly**

Monique Coulibaly, 46 Jahre alt, sie lebt im Dorf Minankofa in Mali. Ihr Haushalt umfasst insgesamt 4 Erwachsene und 2 Kinder.



<b>6.00 Uhr</b> Monique kehrt den Hof, kocht <i>mòni</i>	İ
--	---

(Mehlspeise zum Frühstück) aus Maismehl.

**7.00 Uhr** *mòni* wird gefrühstückt. Danach spült Monique Geschirr.

**9.00 Uhr** Monique holt Wasser vom Brunnen.

Die Nachbarin Baro kommt zum Stampfen der Maiskolben.

9.30 Uhr Ein Topf mit Wasser steht auf dem Feuer. Monique stampft und

siebt die Hirse für den *tô* (fester Mehlteig zur Hauptmahlzeit)

**11.00 Uhr** In der Küche rührt Monique das Mehl für den *tô* ins kochende Wasser.

Die Soße aus Erdnussöl, Tomaten, Knoblauch und dem kleinge-

schnittenen Ziegenfleisch vom Vortag kocht daneben.

**12.30 Uhr** Mittagessen.

**13.00 Uhr** Monique legt die Baobabzweige weiträumig zum Trocknen aus.

Danach hilft sie Baro beim Maisstampfen. Sie sortiert in einer Blechtonne ihre Soßenzutaten wie Zucker, Salz, Gewürze, Maggi.

**16.00 Uhr** Die gestampften Maiskörner werden am Wegrand geworfelt und

dann in einer Tonne deponiert. Monique fährt die Kolbenrückstände

mit einer Schubkarre auf ein abgeerntetes Feld.

**17.00 Uhr** Der Hof wird gekehrt. Die Sorghumsprossen werden zusammengekehrt.

17.30 Uhr Der Mann kommt vom Feld zurück, er isst zusammen mit dem

heimgekehrten Schuljungen tô. Eine ältere Kusine kommt vorbei.

Monique serviert ihr süßen mòni und Melone.

**20.00 Uhr** Marienandacht in der Kirche.

Elfie Albert

### Eine bäuerliche Küche im Wandel: Westafrikanische Bauern zwischen einheimischer Hirse und importiertem Reis

Barbara Polak

Hirse¹ gedeiht vorzüglich in der Trockensavanne Westafrikas und wird von Bamana-Bauern in Mali und Senegal seit Jahrhunderten mit der Hand bzw. einfachen Arbeitsgeräten wie der Hacke angebaut. Fonio, Sorghum und vor allem Pennisetum-Hirse sind nach wie vor feste Bestandteile der bäuerlichen Küche; allerdings schwindet ihre Alleinstellung. In Mali verlangen immer mehr junge Leute nach Reisgerichten, die im Senegal bereits seit den 1980er-Jahren zwei von drei täglichen und ehemals Hirse-Mahlzeiten ersetzen.

Zumindest während der Regenzeit, wenn die Arbeit auf den Feldern besonders kräftezehrend ist, bildet Hirse in vielen Bamana-Dörfern Malis noch die Grundlage aller Mahlzeiten im Alltag: Zum Frühstück wird eine Suppe gekocht, deren Grundlage entweder aus grob zerstoßenen Hirsekörnern (seri) oder aus Klümpchen von feinem Hirsemehl besteht (mòni). Bäuerinnen, die etwas auf ihre Kochkünste halten, verfeinern die morgendliche Hirsesuppe mit Früchten der Saison (z.B. Tamarinden), Kuh- oder Ziegenmilch.

Das Mittagessen besteht aus Hirsepolenta (to), zu der eine Blätter- oder Gemüsesoße gereicht wird. Die Zubereitung der Polenta ist aufwendig: In einem großen Holzmörser und mit Hilfe eines Holzschlegels müssen die Hirsekörner in mehreren Durchgängen bearbeitet werden. Zunächst werden die Körner geschält, um die schwerverdauliche Kleie durch anschließendes Wässern herauszulösen: danach werden die geschälten Körner zu grobem Schrot und schließlich feinem Mehl gestampft. Beim Kochen des Mehls in Wasser entsteht schließlich nach langem Rühren mit einem großen Holzquirl eine homogene und stichfeste Masse. Die so zubereitete Hirsepolenta stellt für ältere Bamana nach wie vor "das vollkommene Mahl" dar. . denn es erfüllt alle Kriterien, nach denen in der nomadischen und bäuerlichen Küche Afrikas ein Gericht beurteilt wird:

Vollkommen heißt, daß wenig Zutaten benötigt werden, weil der Eigenwert der Produkte sehr hoch ist, daß alle Kriterien, nach denen Essen positiv beurteilt wird, erfüllt sind (Sättigung, Gesundheit, Wohlgeschmack, Bekömmlichkeit), und daß man das Gericht Tag für Tag essen kann (Spittler 1993: 196).

Bamana-Bauern schätzen an Hirse vor allem den hohen Gehalt an Energie, die sie für die körperliche Arbeit auf den Feldern benötigen. Mais und Reis, die in geringen Mengen lokal angebaut werden, oder Weizen, den sie von europäischen Hilfslieferungen aus den Hungerkrisen 1972/73 und 1983/84 kennen, können dem Vergleich mit Hirse als Kraftspender ihrer Ansicht nach nicht annähernd standhalten. Die Präferenz für die Hirse-Polenta machen Bamana an deren Konsistenz fest, die lange sättigt und trotzdem nicht zu schwer im Magen liegt, auch dank der dazugehörigen kaum fetthaltigen Soße auf Basis von Baobabblättern oder Gemüse.

Ausdruck des hohen Stellenwertes einer schmackhaften
Hirsepolenta und deren Bezug
zur Feldarbeit ist die besondere
Ehre, die anlässlich des cibaraniVerdienstfestes den fleißigsten
Bauern ebenso wie den besten Polenta-Köchinnen im Dorf zuteil wird
(Polak 1996). Die Zubereitung von
Hirsepolenta erfordert nicht nur viel
Know-How und Körperkraft, sondern
nimmt auch mehr Zeit in Anspruch
als jedes andere Gericht. Während es



in benachbarten bäuerlichen Gesellschaften üblich ist, dass die Frauen die aufwendigste Speise erst gegen Abend zubereiten, damit sie tagsüber bei der Feldarbeit so viel wie möglich helfen können, ist die Hirsepolenta bei den Bamana in Mali als Mittagessen obligatorisch. Für Bäuerinnen bedeutet dies während der Regenzeit



nicht selten einen Arbeitstag von 16 Stunden, da sie noch vor Sonnenaufgang mit den ersten Vorbereitungen für die Hirsepolenta beginnen (Polak 2017). Am späten Vormittag muss das Gericht fertig gekocht sein, um es zu den oft weit entfernten Feldern zu tragen, wo das Mittagessen eingenommen wird. Reste von der Polenta am Mittag werden sorgfältig aufbewahrt und entweder abends als Vorspeise für die ersten Hungrigen aufgewärmt, die von den Feldern zurückkehren, oder am nächsten Morgen zum Frühstück.

Bis vor wenigen Jahrzehnten stampften Bamana-Bäuerinnen in vielen Haushalten morgens so viel Hirsemehl, dass sie abends eine zweite Hirsepolenta kochen konnten. Aber heutzutage ist als Abendessen eine Speise aus grob zerstoßener und gekochter Hirse üblich (njò kini), die in ihrer Konsistenz geschältem und gekochtem Reis ähnelt und die mit einer Soße auf der Basis von Erdnussbutter serviert wird. Diese Neuerung im abendlichen Speiseplan wurde von jungen Leuten eingeführt, die als Arbeitsmigrant\*innen in westafrikanischen Großstädten auf einen anderen Geschmack gekommen sind, nämlich auf den von Gerichten aus importiertem Reis mit sehr fetthal-

tigen Soßen. Viele Frauen begrüßen diesen Wandel. Nicht nur, weil viele von ihnen als junge Frauen selbst einige Jahre als Dienstmädchen in der Stadt gearbeitet haben, um sich ihre Aussteuer zu verdienen, sondern auch weil das heute übliche Abendgericht für Frauen weit weniger Stampf- und Kocharbeit bedeutet.

Die Tendenz ist. dass überall dort, wo keine alten Leute mehr zum Haushalt zählen bzw. das Sagen haben, der ausschließliche Verzehr von Hirse als Norm zurückgeht. Während der Trockenzeit, wenn es auf den Feldern wenig zu tun gibt, wird dort die morgendliche Suppe häufig aus Reis zubereitet und die Hirsepolenta mittags ebenfalls durch ein Reisgericht ersetzt. In Bamana-Dörfern im Senegal ist diese Entwicklung noch weiter vorangeschritten: Hier wird seit den 1980er-Jahren auch während der Regenzeit keine Hirsepolenta mehr zubereitet, sehr zum Bedauern derer, die damit groß geworden sind.

Für die ältere Generation in den malischen Dörfern steht mehr auf dem Spiel, als der Verlust ihres Lieblingsessens: Von und für den Hirseanbau zu leben,

hat sich lange Zeit bewährt. Diese Art der Ernährungssicherung ist gefährdet, wenn man in großen Mengen cash-crops wie Erdnüsse oder Baumwolle anbauen muss und von deren Verkauf abhängig ist, um asiatischen Reis kaufen zu können.



Auch die elaborierte Arbeitsethik der Bamana ist an Hirse als Subsistenzgut gebunden.

Allerdings sind es gerade die mit der Arbeitsethik verbundenen Werte, die an Glaubwürdigkeit verloren haben, denn heutzutage kann man es mit



Fleiß und körperlicher Arbeit kaum noch zu Wohlstand bringen. In den von Händlern und ihrem Lebensstil geprägten Marktorten und in den westafrikanischen Großstädten generell gelten Bauern als Hinterwäldler und werden entsprechend behandelt (Beck 1998; Spittler 1982).

Vor diesem Hintergrund erstaunt es nicht, dass junge Leute, die als Arbeitsmigrant\*innen in die Städte kommen, sich an den dortigen Werten orientieren und auch beim Essen auf einen anderen Geschmack kommen. <sup>2</sup>

Dennoch: Es ist noch nicht ganz ausgemacht, wie sich der Ernährungswandel bei den Bamana in Mali und Senegal weiter gestaltet: Auch wenn ihnen Reisgerichte besser schmecken, akzeptieren und essen junge Bauern in Mali die Hirsepolenta mittags auf dem Feld, um die anstrengende körperliche Arbeit leisten zu können.3 Und ihre Altersgenossen im Senegal schieben mangeInde Motivation und Arbeitsleistung auf dem Feld gern auf die Reisgerichte, die nicht ausreichend Kraft zu spenden vermögen.

#### Das Fleisch auf dem Teller

Die deutsche Nachfrage nach Rindfleisch stagniert. Trotz einiger Fleischskandale ging in Amerika der Appetit auf Rindfleisch nicht verloren. Die Milliardenumsätze in den Fastfood-Restaurants verdeutlichen dies. 125 kg Fleisch pro Jahr und Person werden im Durchschnitt in den USA verzehrt, davon sind 41 kg Rindfleisch. In Deutschland sind es insgesamt 59 kg, davon durchschnittlich 9 kg Rindfleisch pro Person im Jahr.1) Am beliebtesten sind in den USA alle Teile des Rindes, die sich zu Steaks oder zu Hackfleisch für Burger verarbeiten lassen, andere Fleischteile sind nahezu unbekannt.

Der Burger gilt als "feministische Errungenschaft", denn seine Beliebtheit und enorme Verbreitung und Verfügbarkeit als "fast food" befreien die Frauen an manchen Tagen von Herd, Topf und Pfanne.

Rindfleisch, vor allem gebratene Steaks, sind bei Männern beliebt, gerne noch etwas blutig – eine Erinnerung an die Zeit der Jäger, die das Wild erlegten, an das Besiegen der Natur? Das weiße, blasse Kalbfleisch gilt eher geeignet als Kost für Schwache, für Frauen, Kinder, Kranke, Alte. Der Anteil an Biorindfleisch liegt zurzeit in Deutschland bei ca. 3%. Im Zweifel entscheidet der niedrigere Preis für Fleisch aus "intensiver Viehhaltung" über den Kauf.

Schweinefleisch ist in Deutschland weiterhin die beliebteste Fleischsorte. Wurden im Jahr 1816 durchschnittlich 14 kg Schweinefleisch pro Person verzehrt, sind es heutzutage 38 kg. Eine ähnliche Entwicklung kann aktuell in China beobachtet werden: Hier war Schweinefleisch lange Zeit für die breite Bevölkerung zu teuer. Es wurde in dünne Streifen geschnitten und mit viel Reis und Gemüse serviert. Mit zunehmendem Wohlstand stieg die Nachfrage. Der pro Kopf Verbrauch liegt heute bei 30 kg im Jahr. Aktuell ist China der größte Schweinefleischproduzent. Jährlich werden 700 Millionen Schweine geschlachtet. Auf dem chinesischen Teller spiegelt sich das wider: Gemüse und Reis nehmen ab. der Fleischanteil erhöht sich.

Fleisch zu essen war in den letzten Jahrhunderten immer eine soziale Markierung für Aufstieg, Wohlstand und Status. Ob in den nächsten Jahren der Verzicht auf Fleisch der positiv bewertete Lebensstil wird?

Das neue Motto ist "Besser statt mehr" und das Ziel, weniger, aber qualitativ besseres und teureres Fleisch zu

essen. Auch holt die fleischlose Ernährung immer mehr auf.

Schätzungen zur Folge isst jeder Bundesbürger (Männer darunter deutlich mehr als Frauen)2 im Laufe seines Lebens 46 Schweine. Schnitzel, Schweinebraten und Wurst stehen häufig auf dem Speiseplan. Bis zu 30 kg Wurst werden im Jahr pro Person verzehrt. Weißwurst, Bratwurst und Currywurst gehören zu den bekanntesten regionalen Favoriten. Insgesamt gibt es in Deutschland jedoch über 1000 Wurstspezialitäten.

Im Unterschied zu Rind und Huhn wird ein geschlachtetes Schwein deutlich besser verwertet. Viele verschiedene Teile des Schweins gehen schon in den Metzgereien und Supermärkten über den Tisch in die privaten Haushalte. Auch nicht essbare Teile werden weiterverarbeitet: Schweineborsten eignen sich für die Herstellung von Pinseln, die Haut wird zu Leder verarbeitet und aus Knochen wird Gelatine.

Geflügelfleisch nimmt rund 22 % des gesamten Fleischkonsums in Deutschland ein und ist damit beliebter denn je.

Vor allem die wohlhabende weibliche Bevölkerung kauft immer mehr hochwertige Nahrungsmittel. 2014 gaben die deutschen Haushalte 4,8 % mehr Geld für Bio-Lebensmittel aus. Der Umsatz betrug 7,91 Mrd. Euro im Vergleich zu 7,55 Mrd. Euro im Jahr 2013. Neun Prozent der in Deutschland produzierten Eier stammen aus Biobeständen.

Alarmierend ist eine andere Entwicklung: Frauen kaufen, wenn sie sich für Hühnerfleisch entscheiden, am liebsten – nämlich zu 80 % – Hühnerbrüste.

Sie kaufen diese Teile, weil sich daraus schnelle und magere Gerichte herstellen lassen. Ein Salat dazu. fertig ist die Mahlzeit. Hähnchenfilets machen beim Huhn gerade 15 % des Schlachtgewichts aus. Flügel, Hälse, Füße, Knochen, Innereien sind für viele Erzeuger Abfall, der teuer entsorgt werden müsste. Er wird stattdessen als Gefrierfleisch nach Afrika verschifft und dort zu Niedrigstpreisen auf den Märkten verkauft. Vernichtet werden durch den Import vorzugsweise Arbeitsplätze von Frauen. Sie sind es, die durch einen kleinen Geflügelhof oder einen eigenen Geflügelhandel die Möglichkeit des selbstständigen Geldverdienens hatten.

Wie wäre es also, wieder einmal ein ganzes Huhn in den Ofen zu schieben oder das gute alte Suppenhuhn zur bewährten Hühnersuppe zu verarbeiten.

Gudrun Cyprian, Ariane Niehoff-Hack, Irene Schnellhammer



"Ich will, dass jeder Bauer am Sonntag ein Huhn im Topf hat."

Und in "Max und Moritz" von Wilhelm Busch heißt es bei der Witwe Bolte, dass das liebe Federvieh den Vorteil hat, "dass man dann und wann einen Braten essen kann".

Wie wäre es also, wieder einmal ein ganzes Huhn in den Ofen zu schieben oder das gute alte Suppenhuhn zur bewährten Hühnersuppe zu verarbeiten.

Hühnersuppe ist ein "Klassiker", schmeckt eigentlich jedem: Klein und Groß, Jung und Alt.



...ausgekocht

Wer nur Geflügel Teil-Teilstücke kauft, provoziert das Entstehen von Resten in Schlachtbetrieben.

Das ist für den Konsumenten eine Möglichkeit, um bewusst einzugreifen in den Handel. Doch die Deutschen essen vor allem Brustfleisch wegen des geringen Fettanteils und sind bereit, dafür dreimal soviel wie für andere Fleischteile zu bezahlen. Was jedoch geschieht mit dem ganzen Rest des Huhns?



Bereits die Keulen sind schwerer zu vermarkten (23 % des Gesamtgewichts), von der Karkasse, (32 % ) ganz zu schweigen.

Keulen werden noch im Land verkauft, alles andere ist für uns Abfall und geht in den Handel nach Afrika.



Karkasse (Gerippe)



### Der Tägliche Eiertanz

Der dicke Hausdrache ist eine spitznasige Hohlköpfin. Sie holt aus mit dem Kochlöffel. Achtung!!!!

Die graue Vogelmaus lässt vor Schreck alle Eier fallen.

Das ist der jungen, gefiederten Tochter wurscht: Sie jongliert auf Teufel komm raus mit den Eiern. Ob das gut geht?

Wem wohl das Federgewand an der Wand gehört? Es ist vermutlich schon lange nicht mehr getragen worden.

Auch die bunten Krawatten hängen verwaist am Ständer.

Und wozu dieser ganze Eiertanz?

Weil der Gatte nach Hause kommt zum Mittagessen.

Grau sieht er aus. Ein paar Eier täten ihm gut. Wenn denn welche in der Pfanne landen...

Dagmar Dieterich Der tägliche Eiertanz, 1989 Aquarellfarben, Farbstift, Bleistift 65 cm x 51 cm

Text von Babette Dieterich

# Warum kochen Männer zuhause?

Genusskochen als neue männliche Domäne?

Sind Spitzenköche männlich?



Mittags ein fränkisches Wirtshaus – am Abend das Kontrastprogramm



Diana Burkel Küchenchefin in Nürnberg Im November 2015 wurde Diana Burkel mit 16 Punkten vom "Gault&Millau" bewertet. Eine Auszeichnung für Restaurants, die "Kochen in Kunst verwandeln".

Köchin zu werden war schon immer ihr Wunschberuf, auch und obwohl ihr Vater andere Vorstellungen für sie hatte. Mit 26 Jahren machte sie sich selbstständig. Jetzt feiert ihr "Würzhaus" 10jähriges Bestehen.

Der Beruf ist sehr zeitintensiv und verbunden mit dem Verzicht auf eine geregelte Freizeit. Der Frauenanteil in der Ausbildung nimmt erst heute zu.

Da die Arbeit auch körperlich sehr anstrengend ist, wählen Frauen häufig das Ressort des Desserts. Erfolgreich zu sein, ist nur im Verbund mit der Familie möglich – an sie hat Diana Burkel den Einkauf und die Finanzen delegiert – und mit einem gut funktionierenden Team, das bei ihr aus langjährigen Mitarbeitern besteht.

# Dominieren Männer die "Sterneküche"?

Für Diana Burkel gibt es keine typischen Männer- oder Frauenküchen. Ob weiblich oder männlich, alle wollen ihr individuelles Talent zur Vollendung bringen. Manche Männer kochen sehr filigran, alles weiß auf weißem Teller, andere knallen über die angerichteten Speisen noch einen farbigen Abschluss. Und selbst die Molekularküche ist ja nicht typisch männlich.

#### **Esstrends?**

Sie legt Wert darauf, keine Esstrends zu pflegen. Mittags orientiert sie sich an "Mamas Küche", ein drei Gänge Menü mit Suppe, Schnitzel oder Hackbraten, Dessert. Da will sie ein fränkisches Wirtshaus sein, ein "Leckerladen". Sie verwendet wiederentdecktes Gemüse, Rüben, Schwarzwurzeln. Der Abend ist ihr Kontrastprogramm, die Speisekarte so aufregend wie die junge und dynamische Köchin selbst. Sie kreiert Cremes aus Gemüse, "Bandnudeln" aus Zucchini, kombiniert Radieschen zur Lammschulter, Meerrettich zum Hirschrücken.

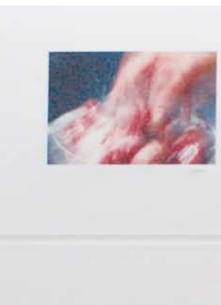
#### **Fernsehshows**

Fernsehköche sind meistens Männer. Diana Burkel zeigt, dass Frau das auch kann. Regelmäßig tritt sie auf in Kochshows, auf der Consumenta und monatlich in der Sendung "Wir in Bayern", die im B.R. läuft.

Die allzeit präsenten Fernsehköche stünden selbst kaum noch in der Küche, sie verließen sich auf ihren Apparat. Im Gegensatz zu ihnen bleibt Diana Burkel in ihrer Küche verantwortlich. Dieses Mal musste sie die Kochshow ausfallen lassen, die Preisverleihung hatte zu einem Run auf ihr Restaurant geführt. Da blieb sie zum Wohl ihrer Gäste lieber in der Küche.

Elfie Albert Fotoserie: "In der Küche von Diana Burkel", Annette Horn (Seite 168 – 171)





















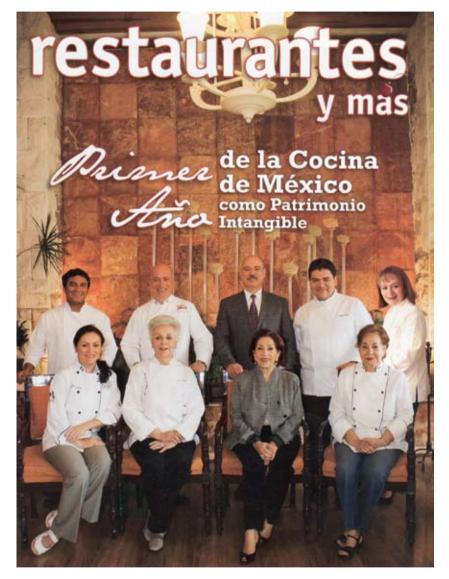






### Kochen ist die reine Freude

Elsa Kahlo "Chef" in Mexiko



Die Köchinnen und Köche von Nairobi; Elsa Kahlo vorne rechts

Als es 2010 darum ging, ob die mexikanische Küche in das immaterielle Weltkulturerbe aufgenommen wird, war Elsa Kahlo eine der vier Chefs, die das in Nairobi mit ihrer Kochkunst unter Beweis stellten.

Als Elsa vor 40 Jahren heiratete. musste ihr Mann ihr zeigen, wie Rühreier zubereitet werden und schon daran scheiterte sie. Die Schwiegermutter hatte große Sorgen um ihren Sohn, der angeblich immer schmaler wurde. Sie schickte dem jungen Paar einen Koch ins Haus, der sich der Küche in einer Weise bemächtigte. dass Elsa irgendwann sagte, "entweder geht er oder ich." Er ging, aber sie stand vor dem Problem, dass eine für ihren Mann sehr wichtige Einladung von Gästen aus Brasilien anstand und sie nicht wieder ausgeladen werden konnten mit dem Argument, dass kein Koch mehr da war.

Es half alles nichts, mit einem Kochbuch, das er hinterlassen hatte und mit guten Ratschlägen einer kubanischen Freundin, auf jeden Fall alle Fenster und Türen der Küche geschlossen zu halten, damit die Seiten sich nicht umblättern und Elsa dann die falschen Zutaten mische, schaffte sie es, ein wunderbares Hühnchen mit Trauben auf den Tisch zu bringen. Und das Beste war: Sie merkte, dass es ihr einen Riesen Spaß machte zu kochen. Mit diesem Kochbuch und der Philosophie der legendären argentinischen Pionierin des Kochens,

Doña Petrona Carrizo de Gandulfo, unternahm sie die nächsten Versuche. Das Kochen wurde Elsas Leidenschaft



und Berufung. Zunächst im privaten Rahmen, dann für Festlichkeiten, und als ihr Mann 1974 jung starb und sie mit drei kleinen Kindern ohne Kapital alleine stand, machte sie das Kochen zu ihrem Beruf. Viele der heute bekannten Köche in den besten Restaurants von Mexiko wurden von ihr ausgebildet, und ihre größte Freude ist es, dass einer ihrer Enkel in ihre Fußstapfen gestiegen ist und sie sich zur Ruhe setzen konnte.

Die UNESCO kürte die mexikanische Küche zum Meisterwerk des mündlichen und immateriellen Erbes der Menschheit für ihre Rituale, ihr altes Wissen und die uralten kulinarischen Techniken und Bräuche. Was wären wir ohne Schokolade, Tomaten, Avocados, Chili, Mais oder Vanille?

Gaby Franger



Fotos: Berny Meyer

#### Cornelia Lottes

Bildhauerin, Malerin und Köchin, Forchheim

Gut - Schnell – Frisch: Kochen ist für mich eine kreative Angelegenheit



Schon in ihrer studentischen Wohngemeinschaft hat Cornelia Lottes gerne
für alle am Abend gekocht – weil es
ihr Spaß machte, aber natürlich auch
aus Kostengründen. Nach ihrem Referendariat als Kunsterzieherin bot sich
die Gelegenheit eine Villa in Ligurien
zu hüten. Ein Jahr Zeit für Bildhauerei und Malerei zu haben klang verlockend. Dass daraus dann 20 Jahre
wurden, lag auch ein bisschen daran,
dass viele Freundinnen und Freunde
sie besuchten – die sie dann gerne
bekochte mit allem was die ligurische
Küche so bot.

Sie heiratete Konrad Karnbaum und pendelte bis zum Schulbeginn ihres Sohnes zwischen Kunst und Küche in Ligurien und Fein- und Fischkost-laden in Forchheim. Wie schade, dass die meisten Kunden den Fisch nur als Filet kannten und wollten, wo es doch so viele Fischsorten gibt, die es sich lohnt zu zerlegen und vielfältig zuzubereiten! Cornelia Lottes entwickelte ihr Konzept für den Laden mit Feinkostküche – Mittagstisch von Montag bis Samstag und am Freitag noch ein



Abendangebot. Ihr Programm: Leichte Mahlzeiten, nicht fett, vor allem Fisch, wenn Fleisch, dann nur Kalbfleisch, viel Gemüse, und alles wird frisch zubereitet, alles ist Eigenkreation.

"Dass die Leute nichts mehr selbst kochen wollen, ist ja bei uns aus dem Überfluss geboren. Aber wenn am großen Essenstisch im Laden die Gäste ins Gespräch kommen, dann bin ich voll zufrieden."

Gaby Franger, Freyja Filipp



Foto und Installation einer Straßenküche in Hanoi. Ausstellung, 2016/17

## Frauen kochen Street Food in den Metropolen



Es wird geschätzt, dass täglich mindestens 2.5 Milliarden Menschen Street Food essen, also Gerichte und Getränke, die auf Straßen und öffentlichen Plätzen aus improvisierten Ständen heraus angeboten werden. Damit ist der Verkauf dieser vielfältigen Gerichte auch in vielen (Groß-)Städten der Welt ein riesiger Wirtschaftsbereich geworden – warum?

Wenn die Städte schnell wachsen, wird bezahlbarer Wohnraum knapp. Jeder Quadratzentimeter wird belegt, oft auf Kosten einer Küche.

Die Tradition des gemeinsamen Essen wird vom Dorf in die Städte mitgebracht, also werden Wohnzimmer und Küche auf die Straße verlagert. Besonders für die jungen Leute hat Street Food eine wichtige soziale Funktion: Von der Arbeit geht es direkt auf die Straße bis spät in die Nacht. In den Großstädten wächst der Anteil von Männern und Frauen, die rund um die Arbeitszeiten auf ein schnelles, billiges, bequemes Essen angewiesen sind. Für besser Verdienende ist Street Food oft praktisch, der ärmeren Bevölke-

rung, z.B. den Älteren, sichert es die tägliche Ernährung.

Mit dem rasanten Wachstum der Städte müssen viele neu Zugezogene auf informelle, prekäre Beschäftigungsformen ausweichen. Für viele Frauen in Asien, Afrika und Lateinamerika gehören Produktion und Verkauf von Street Food zu den wenigen verfügbaren Arbeits- und Einkommenschancen: leichter Zugang zum Markt, geringe Investitionen, Unabhängigkeit, eine einfache, traditionelle Technologie, gefragt sind weibliche Alltagskompetenzen.

Die erzielten Einkommen der Frauen liegen deutlich über dem Mindest-lohn des jeweiligen Landes. Und die Frauen verwenden das Geld in der Regel vor allem für ihre Familien, für die Bildung, Gesundheit, Kleidung und Ernährung der Kinder. Und in Ländern wie Ägypten oder Bangladesh, Nepal usw., wo Frauen seltener als Verkäuferinnen auftreten (dürfen), sind sie "unsichtbar" beteiligt: Sie kochen zuhause die Speisen, die ihre Männer auf der Straße verkaufen.



Straßenküche in Hanoi

Im Sandybel Sweet Caravan zu sitzen und zu erleben, wie sich alle freuen, die ihre Cake Pops bei mir abholen, das ist das Schönste.

### Anabel Kuntz

Designerin, Managerin, Existenzgründerin mit Foodtrucks und Kuchen am Stiel, Fürth und Nürnberg



Sandybel Sweet Caravan

Anabel Kuntz hat Design und Marketing studiert und war eigentlich als Marketingleiterin in ihrer Firma ganz zufrieden, bis sie betriebsbedingt gekündigt wurde.

Das war im März 2013. Ein halbes Jahr später war Anabel selbstständige Unternehmerin. Aus "purer Langeweile" hatte sie angefangen Cake Pops herzustellen. Die ersten – nach einem Rezept im Internet – schmeckten nicht wirklich. Aber Anabel probierte so lange herum, bis ihre Cakes ihren eigenen Ansprüchen genügten. Blitzschnell wurden sie zum Hit im Freundeskreis.

Die Freude am amerikanischen Kitsch der 50er Jahre und die Lust Cake Pops in exquisiter Qualität herzustellen wurden zur Geschäftsidee. Zusammen mit einer Freundin wagte Anabel den Schritt in einen Neuanfang.

Ein Existenzgründungszuschuss des Arbeitsamts erleichterte den Entschluss.

Businessplan, Internetauftritt, Logo entwerfen, Cake Pop Designs - das waren die einfachen Übungen, das hatte Anabel gelernt. Buchhaltung, Verhandlungen mit Ämtern - Genehmigungen einholen, bzw. erst Mal zu wissen, welche Genehmigungen nötig sind, das war hart. So geht eine Herstellung nicht ohne eigene gewerbliche Küche. Also eröffnete sie kurzerhand ein kleines Cafe mit Laden als Ergänzung zu ihrem Sweet Caravan, dem Herzstück des Unternehmens. Ein Cupcake Kurs in New York dem Eldorado der Cake Pops - und Cupcakes erweiterte ihr Angebot an amerikanischen Naschereien.

Cake Pops für Feste und Foodtruck RoundUps – alles selbstgemacht "nach Hausfrauenart", das ist absolut trendy. Anabel gibt ihr Wissen gerne weiter, wer möchte, kann in Workshops lernen Kuchen am Stiel zu kreieren.

Inzwischen ist sie so erfolgreich, dass sie eine Filiale in Nürnberg eröffnen konnte.

**Gaby Franger** 



Sandybel - Kuchen am Stiel



## Essen – eine Rechenaufgabe

Jana Hosemann Göttingen

Hikerin auf dem Te Araroa -Trail in Neuseeland Was braucht man? ... Und was braucht man wirklich?

...Klar, neben Wärme und einem Dach über dem Kopf, braucht man vor allem eins: Nahrung und Wasser!

Wenn man sich auf eine lange Wanderung begibt – so wie ich es im Oktober 2015 getan habe, als ich 3000 km durch Neuseeland gewandert bin – denkt man über alles nach, was man braucht. Über jedes einzelne Teil. Weil man es tragen muss. Und je schwerer der Rucksack, desto mühseliger die Wanderung. Also sortierte ich aus.



Ein essentiell wichtiges Teil, das mir sehr viel bedeutet hat, war mein Kochtopf. Essen ist Energie, Wasser ist lebenswichtig. Und der Topf hat mir beides geliefert.

Bei so extrem langen Wanderungen wie dieser ist Essen eines der Hauptthemen, mit denen man sich beschäftigt: Hiker haben sehr viel mehr Hunger als im Alltag, sie verbrauchen auch sehr viel mehr Energie pro Tag (etwa 5000 Kalorien, also mehr als das Doppelte) und sie reden ständig über Essen.

Aber vor allem muss jede\*r sein Essen tragen. Es kann bis zu 8 Tage dauern, bis man wieder neues Essen besorgen kann. Also packe ich für 8 Tage drei Mahlzeiten und Snacks pro Tag. Bei 4000kcal pro Tag fängt dann das Rechnen an: Welches Essen gibt mir wie viele Kalorien pro Gramm?

Gurke macht keinen Sinn (zu schwer für zu wenig Kalorien), Puffreis auch nicht (zwar leicht, aber immer noch keine Kalorien)...

Nüsse sind toll, auch leichte gefriegetrocknete Fertignahrung, Müsli mit

Milchpulver, Instantkaffee, Müsliriegel und Schokolade – viel Fett, viele Kohlehydrate.

Ich habe mir genau die Mengen überlegt, die ausreichen damit ich satt und zufrieden bin, aber nicht zu viel tragen muss: Einen 150g Riegel für morgens, 150g selbstgemischtes Müsli für Mittags, einen weiteren Riegel für zwischendurch und eine Packung Fertignahrung für Abends. So komme ich auf ca. 750g Essen pro Tag. Bei 8 Tagen sind das 6 Kilo Extragewicht, das ich zusätzlich auf dem Rücken habe.

Deshalb teilt man sein Essen auch nicht einfach in Gruppen, mit denen man manchmal Tage, Wochen oder Monate lang zusammen läuft. Umso schöner ist es aber, wenn manchmal jemand doch eine Tüte Süßigkeiten nur zum Verteilen eingepackt hat.

### Leichtsinn und Mut

Silvia Lupinacci Foodtruck "Leichtsinnsküche", Neumarkt





Silvia Lupinacci, von Beruf Mediengestalterin, begründete 2015 mit der "Leichtsinnsküche" eine Welle der Begeisterung für veganes Essen in Neumarkt. Keine gelernte Köchin, wurde veganes Essen für sie ein wichtiger Lebensbereich. Vielleicht weil der Opa Metzger war?! Freunde und Familie "schubsten" sie von der privaten Leidenschaft in Richtung Beruf: sie begann mit einem veganen Cateringservice, doch bald lief ihr "Freddy" über den Weg: Ein 1988er Mercedes-Truck. Der wurde umgebaut, optisch nach ihren Ansprüchen gestaltet, mit der herausfordernden Beschriftung "Leichtsinnsküche" (wer traut sich?!) versehen und mit Tafeln zu den wechselnden veganen Angeboten. Seit Ende 2016 bringen "die beiden" den Leichtsinn auf die Straße und sind in Neumarkt inzwischen zu einer Institution geworden. Auch bei vielen Festivals ist Silvia Lupinacci bayernweit präsent.

Auf einer gepflegten Homepage erfährt man den Speiseplan der Woche: z. B. Gemüse-Linguine mit Bolognese, Pilzgulasch mit Semmelklößchen,





Grünkern-Falafel-Burger mit Cashew-Bananen-Dip. Einen großen Stellenwert im leichtsinnigen Konzept hat - neben dem Geschmack - der Umweltschutz. Daher werden nicht nur ökologische Zutaten verwendet, sondern auch so wenig Verpackungsmüll wie möglich produziert. Die Ausgabe-Schalen und Löffel sind essbar, Teller und Becher kompostierbar. Jeweils nach den Jahresabläufen gibt es Spezielles wie z. B. ein "Love is in the air"-Menü zum Valentinstag oder eine Krapfen-Auswahl an den Faschingstagen. Man kann den Newsletter der "Leichtsinnsküche" abonnieren und ist über alle laufenden Aktivitäten informiert. Für alle, die die Skepsis "Vegan - da kann ich doch gar nix mehr essen" ablegen möchten, bietet sie regelmäßig Kochkurse an. Für die private Party kann man ihren Cateringservice in Anspruch nehmen. Das alles schafft die Hausfrau und Mutter mit der richtigen Einstellung "Immer schön leichtsinnig bleiben".

Flfie Albert

# Moderne Gesellschaft ohne Küche? Mexikanische Küche ohne ethnische Vielfalt? Ethnien als moderne soziale Akteure?

Hilda I. Cota Guzmán

Wer sind die sozialen Akteure in einer modernen Gesellschaft?
Nach Touraine (1995) ist der soziale Akteur jemand, der auf die Umwelt in die er gestellt ist, Einfluss nimmt, um die gesellschaftliche Arbeitsteilung, Machtunterschiede, Entscheidungskriterien und kulturelle Orientierungen zu verändern, die in der Geschichte eines Landes auch ein Produkt staatlicher Nötigung sein können. Soziale Gleichheit aller Bürger zu erreichen, die eine demokratische Gesellschaft bilden, ist eine Vorrausetzung für die Moderne.

Eine Nationalkultur beruht auf Prozessen der Pluralisierung und Mischung. Repräsentativität und Partizipation basieren auf interkultureller Kommunikation (Können wir zusammen leben?) Soziale Verhaltensweisen, die auf Toleranz und Multikulturalität basieren, fördern die Repräsentation der ethnischen Minderheiten und die positive Wertschätzung aller kulturellen Identitäten.

Kochen bedeutet Kultur und ist Ausdruck der Kultur. Durch Kochen und Essen wird in den Körper die Geschichte gleichsam eingeschrieben. Kochen hütet Traditionen und die Identität einer Gruppe. Es liefert daher einen außerordentlich wichtigen Beitrag zur Selbstdarstellung und Kommunikation. Es ist aber nicht nur Instrument einer kulturellen Identität. sondern möglicherweise der wichtigste Weg, um in Kontakt mit anderen Kulturen zu kommen. Ethnische und kulturelle Identität zu bewahren heißt auch zum Erhalt der nationalen Identität beizutragen. In diesem Sinne bedeutet das Pflegen und Definieren der Mexikanischen Küche nicht nur eine "Gourmet-Küche" zu unterstützen.

Was eine nationale Küche ausmacht: (Perez 2002: 82–83): Sie ist in der Region entstanden, die sie repräsentiert. Sie hat die nötigen Küchengeräte selbst hergestellt, die Zutaten und Materialien selbst produziert und eigene Kochpraktiken entwickelt. Sie verfügt über ein Repertoire von Gerichten, das die ganze Palette an Geschmacksrichtungen umfasst. Die Speisenfolge enthält alle Genres von der Vorspeise bis zum Nachtisch. Zeitpläne, Essgewohnheiten und Tischsitten sind etabliert und

existieren seit mindestens drei Generationen bzw. etwa seit 150 Jahren. Die nationale Küche konstituiert sich aus regionalen Küchen und ist in der Lage, Kenntnisse aus anderen Küchen einzubeziehen. Sie hat Gerichte geschaffen, die international anerkannt sind und beschränkt uns nicht auf Vergangenes.

Eine Küche entwickelt sich zur Gastronomie, wenn sie über eigene Getränke, Zutaten und Methoden, Brotherstellung, Süßspeisen, Konfiserie und Konservierungstechniken verfügt und dazu die entsprechende Literatur entstanden ist.

Die Idee einer "Mexikanischen Küche" entspricht diesen Kriterien, die von Perez San Vicente und Montanari aufgestellt wurden. Ihre Eckpunkte sind:

- Die kulturelle Mischung, verstanden als Pluralität
- Der Zeitraum des Bestehens
- Die Ethnizität
- Die regionalen Varianten der Zutaten
- Die Ernährungsgewohnheiten (Tendenzen und Besonderheiten)
- Die Umweltbedingungen

Das Verhältnis zwischen einer Nationalküche und den ethnischen und regionalen Küchen ist ein interessantes Forschungsthema. Es gibt sehr unterschiedliche Wege und Strategien, die kulinarische Diversität eines Landes mit der aus vielen Gründen erwünschten "typischen" nationalen Küche zusammenzubringen. Die verschiedenen Ebenen der Unterscheidung von "Küchen" werden in den folgenden Typisierungen herausgearbeitet.

Ethnische Küche: Kochgewohnheiten ausschließlich innerhalb bestimmter ethnischer Gruppen. Sie zeichnen sich dadurch aus, dass es dort weniger Einflüsse von Techniken und Ingredienzien anderer Kulturgruppen und geografischer Regionen gibt. Ausstatung und Gerätschaften sind rustikal. Die Produkte werden dort angebaut und dienen der Subsistenz. Dem Nutzgarten kommt eine besondere Bedeutung zu.

Lokale Küche: Zubereitungen, bei denen lokale Produkte vorwiegen, saisonbedingt, begrenzt und ausschließlich dort angebaut. Die repräsentativen Gerichte einer Region wechseln daher zyklisch und sind jeweils typisch für bestimmte Zeiten im Jahresablauf: religiöse Feste, nationale Feiertage, traditionelle Feste.

Traditionelle Küche: bezieht sich auf Speisen, die zum Wahrzeichen einer Region werden, weil sie immer wieder zubereitet werden. Aus der ethnischen, lokalen, regionalen und typischen Küche entsteht die traditionelle Küche. Ihr Verzehr wandelt sich zu einem Brauch bei bestimmten Gelegenheiten und Festen, und

teilweise auch im Alltagsleben. Auf sie bezieht sich die Identität der Bewohner\*innen.

Die typische Küche: Speisen im Alltagsleben einer Region. Ihnen fehlt die Konnotation von Festlichkeiten. Sie bilden einen wesentlichen Bestandteil der Identität der Gruppe, die sich davon ernährt. Es ist wichtig, den Zeitfaktor zu betrachten, denn etwas Neues kann durchaus zu etwas Typischem werden.

Regionale Küche: eine Küche, die von der geografischen Lage und den Umweltbedingungen einer Region bestimmt wird. Sie definiert sich aus Bodenbeschaffenheit, Klima, Höhe, Nähe von Seen und Meeren. Dabei spielen auch kulturelle Faktoren der Menschen in der Region eine Rolle: Geschichte, Religion, finanzielle Mittel und kultureller Austausch mit anderen Regionen. Es werden die Nahrungsmittel genutzt, die geografisch, ökonomisch und kulturell zur Verfügung stehen. Sie kann dann auch zur typischen oder traditionellen Küche werden.

Mexikanische Küche: Sie umfasst alle ethnischen, lokalen, traditionellen und typischen Küchen. Sie ist umfassend, d.h. sie hängt von der Jahreszeit, den geografischen Bedingungen, der Wirtschaft im Allgemeinen, der Globalisierung, den vorhandenen Zutaten und den gewohnheitsmäßigen kulina-

rischen Techniken ab. Sie ist auch zeitlich begrenzt, sie verändert sich und entwickelt sich ständig, um sich den örtlichen Bedingungen anzupassen. Die Struktur, der Inhalt und die Vielfalt von Ereignissen rund um das Essen äußern sich vor allem in den Festen. (Contreras 2002: 55)

Auch in einer nationalen Küche ist der Moment der Interkulturalität nicht zu leugnen. Das heißt, durch Fusionierung und Vermischung wird ständig eine nationale und regionale Identität erzeugt. Sie umfasst alle Küchen, die von den ursprünglichen und von den nicht indigenen Bewohnern des Landes geschaffen werden. Die Ethnische Küche kann auch als Makro-Küche überregional analysiert werden, wenn in ihr ethnische Gruppen unterschiedliche Identitäten bilden. Die Arten der Zubereitung und die Gewürze formen das Kulturelle der Speisen und werden dadurch zu etwas Vertrautem und Anerkanntem.

Giddens wertet Essverhalten und Küche als wichtige Identitätsmarker. Für ihn kann die ethnische Küche zum Angelpunkt werden für den Zusammenhalt zwischen großen Gruppen innerhalb einer pluralen Gesellschaft. Mit der gemeinsamen ethnischen Küche kann das Risiko für Konflikte zwischen Gruppen präventiv gemildert werden, gerade auch dann, wenn die Menschen mit Modernisierungsprozessen und neuen Ideen konfrontiert werden.



Traditionelle Küchen Mexiko und Peru. Ausstellung 2016/17

## Gastronomische Nostalgie Beispiel der "jugoslawischen" Diaspora in Deutschland <sup>1</sup>

Tijana Jakovljević-Šević

Durch Gespräche mit Migrantinnen in Deutschland aus dem ehemaligen Jugoslawien oder den Nachfolgestaaten habe ich die alltägliche und rituelle kulinarische Praxis untersucht. die Versorgung mit Lebensmitteln aus den Nationalküchen sowie die Anwendung traditioneller Techniken und Verwendung von traditionellem Kochzubehör und bestimmtem Geschirr für die Essenszubereitung. Wie funktionieren die Lern- und Übermittlungsweisen kulinarischer Kenntnisse und welchen Einfluss hat die Nahrung auf die Entwicklung von Zugehörigkeitsgefühlen und die (Re)Konstruktion einer möglichen gemeinsamen Identität?.2

#### Die "Jugoslawische" Diaspora

Da sich viele Gewohnheiten im gemeinsamen Staat Jugoslawien entwickelt haben, lasse ich das Thema in diesem Gesamtkontext, denn die Praxis der Lebensmittelversorgung ist ähnlich, wie z.B. der Verbrauch bestimmter industrieller Lebensmittelprodukte zeigt.



Lebensmittel in einem "ethnischen" Laden

"Ethnische Geschäfte", Orte der Versorgung mit Lebensmitteln, die für die Nationalküche(n) charakteristisch sind, vereinen das Angebot an Produkten aus allen diesen Gebieten. Umgangssprachlich werden sie "unsere Geschäfte" genannt, um die ethnische Bezeichnung zu vermeiden, während ältere Personen sie weiterhin "jugoslawische Geschäfte" nennen.

In den Erzählungen der älteren Generationen wird noch klar eine jugoslawische Identität ausgedrückt. Jedoch gibt es auch unter den Migrantinnen und Migranten der neuen Welle eine Tendenz zur Definition einer gemeinsamen Identität. Die Einwander\*innen sehen eine gemeinsame kulturelle Herkunft und haben die Möglichkeit, sich in derselben Sprache zu verständigen, die, wiederum um ethnische Festlegungen zu vermeiden, "unsere Sprache" genannt wird.

## Gastronomische Erinnerungen und Nostalgie

Im Kontext von Erinnerung und Nostalgie sind die "ethnischen Geschäfte" nicht nur Orte, die "heimische" Produkte anbieten, vertraute Verpackungen, Geschmäcke und Gerüche, sondern Orte der Heimat, die die Möglichkeiten geben, Landsleute zu treffen und mit ihnen in der Muttersprache über Themen zu sprechen, die mit den Herkunftsorten verbunden sind.

Die Beziehung der Frauen zur Nahrung lässt dabei einen besonderen Einblick in die Vergangenheit und die "privaten Historien" zu. <sup>3</sup> Die Beziehung zwischen Erinnerung, praktische Körpertechniken und Übermittlung von "weiblichem Wissen" für die Zubereitung von Nahrung ist dabei von Bedeutung. Die Erinnerung ist nicht nur in unserem Gedächtnis gespeichert, sondern auch in unseren Händen.4 So werden gelernte Handbewegungen wie das Waschen und Schneiden von Lebensmitteln betrachtet, das Teigkneten, die Handhabung von bestimmtem Geschirr

oder Küchengeräten, die Reihenfolge der Zubereitung. Viele dieser
Elemente können mit spezifischen
Merkmalen einer Nationalküche verbunden werden, aber auch mit der individuellen Praxis einer Familie. Durch
ihre Einbettung in den Kontext der
Handgriffe, die von der Mutter erlernt
wurden, entsteht eine neue Form von
Erinnerung und eine um die Nahrung
konstruierte Nostalgie.

#### "Unser Essen"

Beim Erforschen der Küche der "jugoslawischen" Diaspora in Deutschland liegt das Augenmerk auf dem Niveau der Veränderung der alltäglichen Ernährungsgewohnheiten unter dem Einfluss unterschiedlicher Faktoren in der neuen Umgebung. Forschungsgegenstand sind auch die Zubereitung von ritueller Nahrung als einem der Elemente ethnischer Identität. sowie die Versorgungsweisen mit Lebensmitteln, die spezifisch für die Nationalküche(n) der Gebiete des ehemaligen Jugoslawiens sind und, nicht zuletzt, die Arten des Lernens und der Übermittlung von kulinarischem Wissen.

Die alltägliche kulinarische Praxis ist von früher erworbenen Kenntnissen geprägt, aber auch von neuen Interessen für die Zubereitung von Essen. Es gibt eine große Anzahl an Gerichten, deren Zubereitung schon vor dem Umzug nach Deutschland

gelernt wurde und die auch "daheim" ein fester Bestandteil des Alltags-menus waren, wie jegliche Art von Gemüseeintöpfen, Suppen, Pitas, Kuchen oder Wintervorräten (Marmeladen, eingelegtes Gemüse, Sauerkraut). All diese Nahrungsmittel werden überwiegend auf die in der Familie gelernten Weise zubereitet.

Interesse am Kochen lässt aber auch Gerichte aus der deutschen oder anderen Nationalküchen aufgreifen, auch moderne Kochtrends wie Chronoernährung oder Rohkost oder globalisierte Gerichte was besonders deutlich in den Aussagen der jüngeren Informantinnen zum Vorschein kommt.

Wenn es allerdings um das Festtagsmenu geht, werden keine großen Änderungen der bewährten Zubereitungsweisen vorgenommen. Obwohl das festliche bzw. rituelle Essen als wichtiger Bestandteil der nationalen Identität gesehen wird, ist es jedoch ähnlich wie beim alltäglichen Essen der Auslöser für Erinnerungen an die Heimat, an die Familie und die Personen, die einem die Zubereitung eines bestimmten Gerichts beigebracht haben. Diesem nostalgischen Gefühl wird eine größere Bedeutung zugeschrieben, wenn die Feste alleine, weit weg von "zu Hause", gefeiert werden und wenn die Nahrung eine der Verbindungen mit der Familie im Mutterland wird.

Ein wichtiges Element für die Küche der Diaspora ist die Existenz von "ethnischen Geschäften", in denen spezifische Lebensmittel gekauft werden können, die für die Zubereitung von nationalen Gerichten notwendig sind, sowie viele industriell gefertigt Produkte, die an das Zuhause, die Kindheit und die Familie erinnern. Ein Teil der wichtigen Lebensmittel ist aber auch in den anderen "ethnischen Geschäften" erhältlich wie, beispiels—weise in türkischen Läden.

In größeren Städten entstehen auch besondere Geschäfte, deren Inhaber, Angestellte wie Kunden alle aus dem ehemaligen Jugoslawien stammen. Dann werden diese Geschäfte zu symbolischen Orten für die Pflegen einer gemeinsamen "jugoslawischen" Identität und zu Orten, die ein Zugehörigkeitsgefühl verleihen.

Wichtig ist aber auch die Praxis des "von Zuhause Mitbringens von Lebensmitteln" oder des Schickens von Lebensmitteln von "daheim". Hier handelt es sich überwiegend um hausgemachte Lebensmittel wie Fleischwaren oder Milchprodukte, Strudelteig, Obst und Gemüse. Nicht selten sind es auch verschiedene schon gekochte Speisen, Mehlspeisen oder Industrieprodukte wie Kekse und Schokolade. Diese Produkte haben eine große emotionale Bedeutung, nicht nur für die Migranten selbst, sondern auch für diejenigen,



Das Essenspäckchen aus der Heimat

die sie in der Heimat zurückgelassen haben. Die Familien im Herkunftsland bereiten die Nahrung mit sehr viel Liebe zu und packen sie mit Sorgfalt ein, um sie den "Ihrigen" mit auf den Weg zu geben. Dabei sagen sie ihnen auch, wie sehr sie sie bis zum nächsten Wiedersehen vermissen werden. Ein Teil der von "daheim" mitgebrachten Nahrung wird später mit Freunden geteilt, und auf diese Weise bekommt Nahrung ihre Rolle in den Sozialbeziehungen und dem "Heimweh aus zweiter Hand".

Neben der Nahrung selbst, werden bereits beim Umzug Kochbücher und verschiedenes Geschirr aus der Heimat mitgenommen, unter ihnen die unvermeidbare Tepsija, ein Backblech für das Ausbacken von Pita, und natürlich die džezva (oder bosnisch dezva), eine langstielige Kaffeekanne zum Kochen des "türkischen" bzw.

schwarzen Kaffees, an der sich auch Erinnerungen, Heimweh und Kontakte mit den Landsleuten festmachen.

Die Küche der Diaspora ist nicht nur eine einfache Verknüpfung von mitgebrachten und angeeigneten kulinarischen Praktiken, die entweder die ethnische Identität oder die Integration in eine neue Umgebung wiederspiegeln. Am ehesten ist sie eine Reflexion der Erinnerungen und der Nostalgie nach dem "verlassenen Zuhause", aber auch eine der Verbindungen mit der Familie, die in der Heimat geblieben ist. Im Kontext der jugoslawischen Diaspora und eines gemeinsamen Staates, der nicht mehr existiert, wird die Nahrung eines der Elemente, um welches herum Identität (re)konstruiert wird.

## Gastronomie musst Du mit Herzblut machen



Parichat Puzik
Chefin einer "Thai Food"-Kette

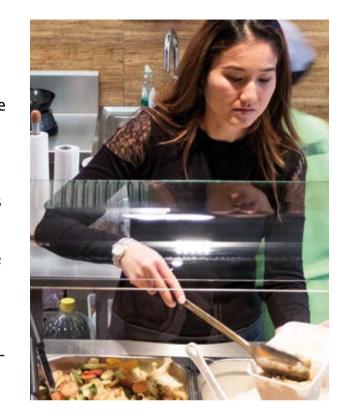
Parichat Puzik wurde in Thailand geboren, ist mit einem Deutschen verheiratet, hat einen Sohn und lebt in Großgründlach.

Essen war in ihrer Familie in Thailand von je her ein Thema, schon die Großmutter und ihre Mutter sorgten immer mit frischer Küche für die Großfamilie. In den 90er Jahren kam die Familie nach Deutschland. Das erste kleine thailändische Restaurant in Nürnberg entstand 2002 unter der Leitung und Initiative der Mutter, die dieses an ihre Tochter Parichat weitergegeben hat. Das Konzept dieses ersten Versuchs erwies sich als so erfolgreich, dass bis 2016 vier weitere Filialen in der Region entstanden. lede Filiale hat etwa 10 Mitarbeiter\*innen. Es ist Parichat Puzik wichtig, dass die Köch\*innen in Thailand ausgebildet wurden, so dass die Bewahrung der thailändischen Kochkultur gewährleistet ist. Auf die Einhaltung kultureller Traditionen wie Segnung und Reinigung der Räume durch Mönche legt sie großen Wert. Zu besonderen thailändischen Festen wie dem Wasserfest werden die Räume speziell geschmückt und die Speisekarte daran ausgerichtet. Dem deutschen Geschmack passen sich ihre Thai-Food Restaurants nur gelegentlich an, so wenn es Spargel gibt. Anpassung an Oster- oder Weihnachtsgebräuche kommt für sie und



die Familie hingegen nicht in Frage.

Die Lebensmittel werden überwiegend



aus der Region bezogen, der Wein aus Franken. Nachhaltigkeit ist ein großes Thema. Nur bei den Thai-Kräutern und Fisch (tiefgekühlt) besteht die Familie auf Originalität und dem Import aus Thailand!

Die größten Herausforderungen liegen in der hohen Zahl der Mitarbeiter\*innen. Bei Krankheit muss die Chefin oft selbst einspringen. Ihre größte Hoffnung besteht darin, dass alles so lebendig bleibt und doch der Arbeitsaufwand allmählich geringer wird. Aber sie weiß: "Gastronomie musst Du mit Herzblut machen".

Mechthild Engel, Fotos: Annette Horn

Der Platz hat auf mich gewartet

#### Vasiliki Tatsi Chefin einer

Taverne in Nürnberg Erlenstegen



Für Vasiliki Tatsi, 1970 als Tochter griechischer Eltern in Nürnberg geboren, mit 17 Jahren verheiratet "war es normal zu arbeiten". Ende der 1980er Jahre waren schlichte griechische Kneipen überall beliebt, wegen der großen Portionen Pommes und Gyros für wenig Geld. Das war in der Gaststätte eines Sportheims zu realisieren. Bald hatte sie auch noch zwei eigene Kinder mit "im Boot" und war phasenweise mit allem überfordert. Nach zwei Scheidungen und einer dritten Tochter hatte Vasiliki eigene Vorstellung von einer griechischen Taverne.

Sie machte in Fürth ein eigenes kleines Restaurant auf, das sie mit viel Liebe gestaltete: "Vasiliki's Aura" war geboren und fand großen Anklang. Sie merkte, dass ihr Gestaltung und Management eines Restaurants lag. Als die jüngste Tochter in der Steinerschule in Nürnberg eingeschult war, suchte sie einen Arbeitsplatz in der Nähe dieser Schule. Das Gelände im Erlenstegener Schrebergarten war es: "Das wird meine Taverne! Ja, ich bring das schon zum Laufen".

"Zur Eröffnung habe ich mit meinem letzten Geld eingekauft, ich wusste ja nicht, wie viele kommen würden!" Und es kamen viele, viele und damit der Erfolg. Sieht sie ihren Arbeitsplatz als Chance, zu zeigen, was eine Frau leisten kann? "Ja, das kann man so sagen. Hier hat zum Glück alles gepasst – der Platz hat auf mich gewartet.

Ich gehöre hier hin. Ich bin nur eine Person, aber ich bin wichtig".

Mit ihrer Taverne möchte sie für eine feine gesunde griechische Küche werben. Die Zutaten bezieht sie saisonal und regional dreimal wöchentlich frisch aus dem Knoblauchsland. Fisch wird ausschließlich tiefgekühlt über einen griechischen Großhändler bezogen, wie auch andere landestypische Lebensmittel.



Vasiliki Tatsi liebt ihre Arbeit, weil sie dabei planerisch kreativ sein kann, sie ist glücklich, wenn die Gäste zufrieden sind.

Mechthild Engel

### Zwei Frauen, zwei Mädchen und ein Syrer

Florina Xavier

Fünf Menschen entschieden, dass eine Veränderung in ihrem Leben notwendig sei. Eine interessante Gruppe. Gefragt, wie sie ihr Leben zu verändern gedächten, verrieten die zwei Frauen und zwei Mädchen der Gruppe ihre originelle Idee: "Wir möchten eine Autowaschanlage eröffnen.

Es gibt nicht viele davon in unserer Nachbarschaft". Die Vorstellung einer Gruppe Hijab-tragender Frauen, die Autos waschen, erschien bizarr, aber sie beharrten darauf. Bei näherem Nachdenken war es tatsächlich ein unterschiedlicher Blick auf das Leben. Vier stellten ihre Idee Expert\*innen vor, die Projekte auswählen sollten, die vom UNHCR, dem Flüchtlingswerk der Vereinten Nationen, unterstützt würden. Ein Syrer hatte die ehrgeizige Idee ein Restaurant zu eröffnen. Sein Projekt wurde jedoch abgelehnt, da nur Gruppenprojekte zugelassen waren.

Mehrere Gruppen hatten ihre Ideen vorgetragen und gerade als die Experten ihre Ergebnisse verkünden wollten, trat eines der jungen Mädchen vor und sagte, dass ihre Gruppe noch einmal präsentieren möchte. Sie bräuchten nur ein paar Minuten. Die Experten erlaubten es. Die Frauen wollten den Mann mit ins Boot nehmen. Sie könnten doch eine Autowaschanlage mit Teestube eröffnen, in der die Kunden eine Tasse Tee trinken, während sie auf die Autowäsche warteten. Die Gruppe war voller Begeisterung dafür. Ihr schnelles Denken und ihre Flexibilität kamen bei den Experten gut an.

Von allen vorgestellten Projekten wurden sechs ausgewählt, eines war die Autowaschanlage mit integrierter Teestube. Nach einem Monat musste die Gruppe einen konkreten Plan mit Budget, Zeitplan, Logistik, benötigte Unterlagen, etc. vorstellen. Gleichzeitig wurden sie in verschiedene Aspekte der Unternehmensführung eingeführt. Nun entschied sich die Gruppe die Autowaschanlage fallen zu lassen und sich auf die Teestube zu konzentrieren, die sich dann zum afghanischen Cafe wandelte. Dies war insofern interessant, als ja das einzige männliche Mitglied der Gruppe, der die ursprüngliche Idee mit dem Restaurant hatte, ein Syrer



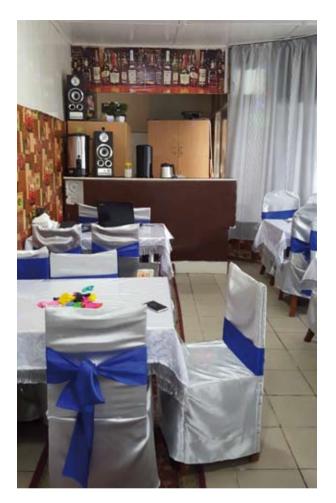
war. Die Frauen überzeugten ihn, bei dem afghanischen Cafe, das nur fünf oder sechs Speisen auf der Karte haben würde, mitzumachen. "Da es kein Cafe in Bishkek gibt, das afghanisches Essen serviert, entschieden wir, alles zu versuchen damit es funktioniert."

Der UNHCR arbeitet seit zwanzig Jahren in der Kirgisischen Republik mit staatenlosen Personen, intern Vertriebenen und Flüchtlingen. 2016 errichtete der UNHCR ein nationales Büro. Die Idee, Unternehmen von Flüchtlingen zu fördern, sollte die Möglichkeit eröffnen, eine Arbeitserlaubnis in der Kirgisischen Republik zu erhalten. Einige der Flüchtlinge mit Mandatsstatus lebten bereits seit mehr als zehn Jahren in dem Aufnahmeland ohne Arbeitserlaubnis.

Mit diesem Projekt sollte der Regierung bewiesen werden, dass Flüchtlinge verantwortliche Menschen sind, die sich ihren Lebensunterhalt legal verdienen können.

Die Gruppe wurde gebeten, einen konkreten Plan mit Budget und Zeitplan zu entwickeln. Der UNHCR war bereit, die Miete und Lebensmittel in den ersten sechs Monaten mit zu finanzieren und Hilfsmittel bereit zu stellen wie einen Kühlschrank und Kochzubehör.

Nach einer gründlichen Machbarkeitsstudie erfolgte die Bewilligung, für
dieses in der Kirgisischenn Republik
außergewöhnliche Projekt mit Flüchtlingen. Nun musste ein geeigneter
Ort gefunden werden, was extrem
schwierig war, da die Anforderungen
hoch waren, angefangen von der
Lage, über Energieanschlüsse bis zu
Sitzmöglichkeiten im Freien, und das
alles bei möglichst niedriger Miete. Die
Zeit lief ihnen davon und kurz vor der



ablaufenden Frist für die Realisierung entschieden sie sich nochmal um, für einen Cateringservice.

Der Internationale Tag der Menschenrechte erwies sich als Glück im Unglück, denn nun konnte die Gruppe ihr Essen allen anbieten, die eine Ausstellung des UNHCR besuchten. Mit einer kleinen Schüssel Pulov traten sie einen Sturm von Essensbestellungen los. Eine der ersten kam von der UN-Belegschaft hart dafür gearbeitet wird.

selbst, und bald gab es Bestellungen an jedem Tag der Woche. Alles lief gut bis sie nicht mehr im Haus eines der Gruppenmitglieder kochen konnten. Erneut begann die Suche nach einem passenden Standort, diesmal beflügelt vom bisherigen Erfolg. Weihnachten stand vor der Tür und sie wurden eingeladen, einen Stand auf dem deutschen Weihnachtsmarkt in Bishkek aufzubauen. Der Glühwein blieb nicht die einzige Attraktion, sondern es war ihr afghanischer Pulov. der blitzschnell ausverkauft war. letzt konnte die Suche mit noch mehr Enthusiasmus und Ausdauer weitergehen.

Schließlich fanden sie den perfekten Standort. Die Frauen der Gruppe nähten sämtliche benötigten Textilien selbst, Tischtücher, Vorhänge und Stuhlkissen. Als alles fertig war, fehlte nur noch die offizielle Einweihung. Kein Geringerer als der afghanische Botschafter in der Kirgisischen Republik wurde eingeladen, die erste Mahlzeit im Restaurant zu kosten. Das Restaurant erhielt den Namen Ariana Cafe und nun wurde auch syrische Küche ins Menü aufgenommen. Die Freude war groß und Essen üppig vorhanden.

Die harte Arbeit der Gruppe und des UNHCR hatte sich bezahlt gemacht. Die Gruppe erkannte, dass es möglich ist eine Idee auf den Weg zu bringen, wenn das Budget gut eingeteilt und



Der syrische Flüchtling besaß eine legale Arbeitserlaubnis in der Kirgisischen Republik, die Frauen und Mädchen jedoch nicht. Mit dem Erfolg dieses Projektes wurde es aber möglich mit der Regierung zu verhandeln, um für Langzeitflüchtlinge eine Arbeitserlaubnis zu erreichen. Es hat das Selbstbewusstsein der Gruppe gestärkt und sie überzeugt, dass Veränderung möglich ist. Für andere Flüchtlinge war dies

eine Erfolgsgeschichte, mit der sie sich identifizieren konnten. Die letzte Hürde kann allerdings nur genommen werden, wenn die Regierung den Frauen der Gruppe tatsächlich die Arbeitserlaubnis erteilt. Wir hoffen, dass dies bald passieren wird.

Die zwei Frauen sind Rafika und Gulguthai und die zwei Mädchen sind Kateja und Karishma. Der einzige Mann ist Mohammed Zam Zam. Rafika und Karishma sind Mutter und Tochter. Rafika hat ihren Mann in Afghanistan verloren. Sie kam als Witwe mit ihren drei Töchtern und zwei Söhnen. Alle ihre Kinder gehen entweder zur Schule oder aufs College. Kateja ist verheiratet und hat eine Tochter. Sie ist die Tochter von Gulguthai. Katejas Mann hilft ihr auch in dem Unternehmen. Zam Zam ist mit einer Frau aus der Region verheiratet und hat zwei Söhne. Seine Jungs sprechen arabisch, russisch, kirgisisch und englisch.

Es gibt mehr als 300 Mandats- und Konventionsflüchtlinge in der Kirgisischen Republik. Die meisten von ihnen kamen vor knapp zehn Jahren und sprechen russisch. Die Kinder, die in die regionalen Schulen gehen, sprechen auch kirgisisch. Die Regierung erlaubt allen Kindern zur Schule zu gehen. Dank der Krankenversicherung des UNHCR haben die Flüchtlinge Zugang zu medizinischer Versorgung. Für die bedürftigsten Flüchtlingsfamilien gibt es auch Hilfe

in Form von Bargeld. Mit diesem Projekt für Unternehmensinitiativen hat der UNHCR neun Unternehmen unterstützt – Schafe und Ziegen, ein Nähzentrum, einen Schönheitssalon, einen Kleiderladen, ein Geschäft mit Tierprodukten, Milchkühe, eine Teestube, Autowerkstatt und das Restaurant.

Essen verbindet und fördert den Zusammenhalt in den meisten Gesellschaften. Kirgisen lieben ihr Pulov. Es ist ein Festtagsessen. Und sie mögen auch das afghanische Pulov, da es leichter ist und einige Gewürze enthält. Es gibt viele Gemeinsamkeiten zwischen dem afghanischen und dem kirgisischen Pulov.

Auch Manti, in der Kirgisischen Republik, und Mantu in Afghanistan, eine Art Klößchen, werden angeboten. Die Gemeinsamkeiten der beiden Küchen zeigen allen, dass sie auch als Menschen gar nicht so verschieden sind.

Es gibt den alten Spruch, dass Liebe durch den Magen gehe. Ein Neuer ist, dass Essen Nahrung für die Seele ist.

Wenn Menschen ein Essen gemeinsam genießen können, lernen sie sich besser kennen und daraus wachsen enge Freundschaften. ...



## Kochen gegen das Heimweh

## Rita Bariche

lebt in Frankfurt.

Sie kommt aus Syrien und ist Gründerin und Initiatorin der "Diaspora Cuisine".

Als Administratorin der Facebookgruppe betreibt sie den "Diaspora Cuisine" Blog mit seiner Facebook-Fan-Seite.









www.diasporacuisine.wordpress.com



Rita Bariche und "Abwab", die erste arabischsprachige Zeitung, die in Deutschland erscheint. Zu lesen ist die Zeitung unter der Adresse www.abwab.eu auch im Internet. Foto: Andrea Jellinek

Für Rita Bariche ist Kochen seit jeher die "achte Kunst". Schon in jungen Jahren verbrachte sie Stunden damit ihrer Mutter und ihrer Großmutter beim Kochen zuzuschauen. Sie lernte es einfach durchs Zuschauen, wie die beiden tagtäglich in der Küche arbeiteten. 2013 verließ sie Syrien

auf eigene Faust, sie wusste, dass sie nicht mehr so schnell zurückkehren würde. Sie kam in Frankfurt an mit nur zwei Koffern voller Kleidern und mit einer kleinen Plastiktüte, die, gut verschnürt, ein Bündel von sieben Gewürzen enthielt, die ihre Mutter schon immer ausschließlich mit der



"Baharat", eine Mischung aus Basilikum, Koriander Papfika, Nelken, Zimt, Kardamon, Muskatnuss

Hand zermahlte. Sie hielt nämlich wenig von fertig gemahlenen Gewürzen und glaubte, dass nur ihre eigenen die perfekte Basis für syrische Gerichte bilden könnten.

Rita Barriche bewahrte diese Gewürze wie ein Vermächtnis ihrer Mutter auf, als ihr "soul food". Sie begann zu kochen und es ihrer Mutter nachzumachen. Sie stellte sich dieser Herausforderung auch, um damit das Heimweh und Alleinsein zu besiegen. So konnte sie nach einem langen anstrengenden Arbeitstag ein Stück Heimat auf ihren Tisch bringen und ihrer Seele etwas Frieden geben.

Die Idee einer "Diaspora kitchen" wurde geboren, als Rita Barriche begann, Fotos von ihren selbst gekochten syrischen Gerichten auf ihrer Facebook Seite zu veröffentlichen. Plötzlich meldeten sich ihre über die ganze Welt verstreuten Freund\*innen, erzählten von ihrem Heimweh und stellten Bilder von ihren syrischen Gerichten ein – und jedes bedeutete eine Rückversicherung ihrer Identität.

Heute beteiligen sich an der Facebook-Seite mehr als 8.000 im Exil lebende Syrer\*innen aus allen Ecken der Welt, von Sydney bis Bangkok nach San Francisco. Die meisten von ihnen leben aber aktuell in Deutschland. Sie kochen, teilen ihre Rezepte und geben sich Tipps, was sich als brauchbarer Ersatz für die originalen Zutaten empfiehlt und wo diese Alternativen zu bekommen sind. Aber was am wichtigsten ist, sie beginnen wieder miteinander zu reden - nachdem unterschiedliche politische Meinungen zum Geschehen in Syrien dies lange Zeit schwer gemacht hatten. Da kommunizieren Menschen eines Landes. die in der Heimat vielleicht nie miteinander zu tun gehabt hätten, wegen unterschiedlicher Wohnorte, Herkunft, Religion, Beruf und unterschiedlichen politischen Meinungen.

Die "Diaspora Cuisine" stellt für syrische Flüchtlinge und Ausgebürgerte einen offenen und dennoch intimen Raum für eine Diskussion bereit, welche die geografische und kulturelle Vielfalt ihrer Mitglieder widerspiegelt – und das auf eine einander zugewandte, integrative Weise. Heute kommen



Live-Kochshow, 2.10.16 im Radialstern V, Berlin

täglich zehn, zwanzig und mehr Beiträge herein, die sich auf unterschiedlichste Art mit Kochen beschäftigen: Kunst, Gedichte, Literatur, Fotografie, Kochrezepte, Dekoration usw. Ziel des Projektes ist es, aus der syrischen Kultur alle Themen, die sich um ihre reiche und vielfältige Küche drehen, abzubilden und den syrischen Flüchtlingen und Ausgebürgerten ein lebendiges und hoffnungsvolles Bild ihrer Identität zu vermitteln. Das Kochen mit seinen spezifischen Traditionen stellt für die im Exil Lebenden ein starkes Band zu ihrer Vergangenheit her, bestätigt sie in ihrer Gegenwart und ist auch ein Mittel zur Integration in ihre



Rita Bariche im Expertinnengespräch

neue Gastgesellschaft. Rita Bariche will nun in Frankfurt als start-up eine Catering-Firma von Frauen mit Migrationsgeschichte aufziehen. Darin sollen Frauen nicht nur ihre Kochkenntnisse erweitern, sondern auch Projektmanagement lernen. Sie selbst hat in Deutschland eine schwierige Berufslaufbahn hinter sich: Sie war Bankerin, hat in Deutschland in einer Gesellschaft zur Finanzierung von Entwicklungshilfe gearbeitet. Nach ihrem Asylgesuch hat sie keine Arbeitserlaubnis mehr bekommen und nach der Anerkennung als Flüchtling auch keine Arbeit in ihrem Bereich gefunden. Deshalb hat sie einen



SALATET SHAWANDAR/Rote-Bete mit Tahini-Dressing. Foto: Andrea Jellinek, www.get-hungry.com

Übersetzungsservice aufgebaut, übersetzt zum Beispiel französische Bücher ins Arabische.

Rita Bariche gehört auch zu den Macher\*innen der Zeitung "Abwab" (dtsch: "Türen"). Sie soll Flüchtlingen helfen, die deutsche Gesellschaft besser zu verstehen. Die meisten Artikel sind in arabischer Sprache, einige auch in Deutsch. In der Auflage von 70.000 Exemplaren wird das Blatt zum Beispiel in Flüchtlingsunterkünften verteilt. Es finanziert sich über Werbeeinnahmen. Rita Bariche ist in dieser Zeitung vor allem für das Thema Kochen zuständig. Sie informiert über

saisonale Angebote in Deutschland, trägt die Namen von Gewürzen und Fleischsorten auf Arabisch und Deutsch zusammen, berichtet von türkischen Lebensmittelläden. Sie versucht Antworten zu geben auf die Fragen, die sich Flüchtlinge im Alltag stellen: "Was bedeutet Bio? Was ist ein Christstollen? Was ist Spargel oder Rhabarber? Wie kann ich Frühstück machen mit den Dingen, die ich hier im Supermarkt finde?"
Auch in dieser Arbeit unterstreicht sie, dass Integration auch über Kochen und Essen funktioniert.

Gudrun Cyprian