

EIN PLÄDOYER FÜRS SELBERKOCHEN

Schon mal die Zutatenliste eines Fertig-Pestogläschens gelesen?

Sonnenblumenöl, Cashewkerne, Karstoffflocken und diverse Aromen haben ja mit der klassischen Rezeptur wenig zu tun – die besteht aus Basilikum, Olivenöl, Knoblauch, Parmesan und Pinienkernen. Blöd nur, dass es sich bei den Originalzutaten um nicht ganz billige Dinge handelt.

Ich hoffe, du glaubst auch nicht, dass Zitronensäure schon zwingendermaßen Zitronen gesehen hat, oder? In dem Fall ist ein Schwammerl namens Aspergillus niger (also das, was da unter Umständen an vergammelten Lebensmitteln klebt und diese überhaupt erst so richtig vergammeln lässt) am Werk – Schimmel also genau genommen.

Man könnte zum Thema „Existenzberechtigung von fragwürdigen Zutaten in industriell gefertigten Lebensmitteln“ wirklich lange Listen verfassen. Man könnte auch stundenlang darüber diskutieren, ob E-Nummern böse oder eh eigentlich nett gemeint sind. Spaßeshalber wäre auch sicher eine Abhandlung über Lebensmittelkennzeichnung per Ampelsystem interessant. Aber was bedeutet das denn alles? Wir lernen Mathematik, Deutsch und Englisch in der Schule, wir studieren, wir beschäftigen uns mit Steuern und sonstigen Geldgeschäften, wir bilden uns eine Meinung über Politik und Gesellschaft, wir betreiben Kunst und Kultur. Und ausgerech-

net beim Thema „Essen“ lassen wir uns das Zepter allem Anschein nach aus der Hand nehmen!? Wir fühlen uns von der Aufgabe die Zutatenliste eines Produkts, welches wir essen wollen, im Vorhinein zu lesen total überfordert. Wir empfinden den Umstand, uns über den Wert und Sinn unserer eigenen Ernährung ein bisschen zu informieren und dafür ein wenig Hausverstand und Einschätzungsvermögen aufzubringen, wahnsinnig belastend. Warum muss ausgerechnet das, was uns zu dem macht was wir sind, womit wir unseren Körper und somit auch unsere Hirnzellen betreiben, immer möglichst billig, gedankenlos und schnell sein? Wir hinterfragen unsere selbstgewählten PolitikerInnen, wir beschäftigen uns mit Bits und Bytes, Social Media und was-weiß-der-Kuckuck-sonst-noch und ausgerechnet beim Essen lassen wir uns von schöngebildeten Serviervorschlägen überzeugen. Wir fressen Sägespäne und Läuse und halten mit Stärke versetzte Milcheiweißprodukte für Joghurt. Schöne neue Welt? Wir hetzen durch unser Leben, verbringen täglich Stunden vor Fernseher und Computer um uns dann dem Burn-Out hinzugeben. Aber Zeit für ein bisschen Kochen, gemeinsames Essen und genüssliches Bauchkraulen haben wir nicht? Schon mal darüber reflektiert, warum wir so gern bei Oma am Küchentisch sitzen und ach-so-ungesunden und zudem angeblich schwerverdaulichen Schweinsbraten mit Knödel und Kraut vertilgen und dann trotzdem glücklich und zufrieden den Mittagstisch verlassen? Nein? Ganz einfach - gescheites, selbstgekoktes Essen macht glücklich, einfach so.

Doch nun kommt das Skurille und auch typisch Österreichische. Während so viele Lebensmittel achtlos im Müll landen, jammern die ÖsterreicherInnen gleichzeitig, dass die Lebensmittelpreise so hoch seien. Auch soll die Währungsumstellung auf den Euro Schuld daran sein, dass so viel Geld für den obligatorischen Lebensmitteleinkauf draufgeht. Doch hierbei geht die Rechnung nicht auf. Statistik Austria hat belegt, dass vom Jahr 2002 bis November 2011 die durchschnittliche Preissteigerung bei zwei Prozent lag. In den zehn Jahren davor, also den letzten Schilling-Jahren, sind die Preise um durchschnittlich 2,4 Prozent gestiegen. Diese Zahlen stimmen leider nicht für die Preise von Nahrungsmitteln und alkoholfreien Getränken, die überdurchschnittlich stark angestiegen sind und heute um ein Viertel mehr als zu Euro-Beginn kosten. Allerdings sind Experten der Meinung, dass diese Preissteigerung auch mit dem Schilling stattgefunden hätte. Den Verteuerungen an den Rohstoff-Weltmärkten kann sich auch Österreich nicht entziehen. Aber es wurde nicht alles teurer, wie eine Studie der Arbeiterkammer Niederösterreich zeigt, die einen Zehn-Jahres-Check gemacht hat. Ein Kilo Reis wurde beim Diskonter zum Beispiel sogar billiger (von 1,01 Euro auf 0,89 Euro).

Viel genießbares Essen landet im Müll und die Leute jammern, dass die Nahrungsmittel so teuer seien. Vielleicht sollten wir doch darauf achten, wirklich nur das zu kaufen, was wir wirklich benötigen. Dann würde weniger Essbares im Eimer landen und am Ende des Monats mehr im Geldtascherl übrig bleiben.

