



Zur Zukunft der Ernährung

# Frischgemüse statt Fabrikernährung

*Nicht nur gesund und wohlschmeckend: Frisches Gemüse ist auch gut für die Figur.  
Foto: Heiner Schrobendorff*

Fast Food auf der Straße, aber doch wenigstens „bio“? Immerhin wäre es dann fast CO<sub>2</sub> frei. Vegan mit genmanipuliertem Soja? Oder regional mit Milch glücklicher Kühe? Was und wie wir in Zukunft essen werden, hängt auch stark damit zusammen, wie wir künftig unsere Zeit einteilen.

**D**ie Kultur des Essens ist ein Spiegelbild unserer Gesellschaft. Sehen wir uns unsere Gesellschaft, insbesondere die Jugend und ihre Eltern an, erahnen wir, wie wir in Zukunft essen werden. Wollten wir anders unsere Nahrung aufnehmen oder gar anders essen, so bedarf es vor allem einer Änderung unserer Arbeitsverhältnisse. Diese bestimmen den Rhythmus des Tages und damit die Aufnahme von Nahrung. Mit einer Kultur des Essens hat das kaum noch etwas zu tun.

Mittagszeit – ich sitze in einem Restaurant mitten im Geschäftszentrum der Welt-Kapitalmetropole New York und beobachte das Treiben auf der Straße. Uniformen hu-

schen an mir vorüber. Dunkle Hosen/Röcke und weiße Hemden/Blusen. Neben dem Outfit haben die an die „Grauen Männer“ in Michael Endes „Momo“ erinnernden Finanzmensen weitere gemeinsame Eigenschaften. Fast alle halten einen „Coffee to go“ in der einen Hand und in der anderen Hand „Food to go“. Ist das die Zukunft, Essen auf der Straße – vielleicht gleich neben dem Obdachlosen? Wächst hier zusammen, was kulturell zusammen gehört? Armut mit Mülltonnenessen in reichster Umgebung mit Reichtum und verarmter Esskultur?

## Schnell und öko?

Eine eindeutige Antwort wird es auf die Frage, wie die Zukunft der Ernährung aussieht, nicht geben. Für die Ernährung in der Zukunft gibt es zunächst einmal eine Vielzahl von Möglichkeiten. Es wird Trends geben, zum Beispiel das gemeinsame Essen auf der Straße – vielleicht ein Fresh Air Fast Food (FAFF). Aber das FAFF wird öko sein. Wenn schon keine Esskultur, dann aber bitte „bio“. Das beginnt beim „Veggie-Burger“ und endet nicht bei der Sellerie- und Möhrenstange, die mundgerecht geschnitzt verputzt werden kann – und das ohne fettige Finger (wie bei Pommes). Und ohne Angst um die Figur und mit dem Zusatznutzen eines guten Ge-

fühls etwas für die Umwelt getan zu haben, weil eben „bio“ und Gemüse als „Functional Food“ gegen CO<sub>2</sub> bevorzugt wird. Ein Nutzen wird nicht mehr reichen. Mehrere Zusatznutzen werden wichtig sein: „Less CO<sub>2</sub>“, „low fat“ sind schon heute selbstverständlich und „added vitamins and minerals“ ebenso. Doch entscheidend wird sein, dass es schmeckt. Beim Anbau wird die Gemüsesorte daher wichtiger werden. Also: Es wird mehr „sanity food“ und „health food“ und weniger „junk food“ geben.

## Regional ist in

Im Trend ist auch „Regionalität“. Dieser wird sich verstärken, weil die Region überblickbar zu sein scheint, das verursacht Vertrauen in das Produkt und außerdem findet man es gut, wenn der bekannte Gärtner von nebenan auch etwas verdient. All das gibt auch ein gutes Gefühl, man fühlt sich sozial und zukunftsorientiert. Niemand sollte glauben, dass bei Einkaufsentscheidungen nur Produkte gekauft werden. Verkauft werden in erster Linie möglichst gute Gefühle. Dieser Trend wird sich verstärken.

Der Zusatznutzen eines Lebensmittels wird wichtig sein; auch der Geschmack gehört inzwischen dazu. Eigentlich sollte der im Mittelpunkt stehen. Steht er aber nicht,

wie man an langweiligen, fettigen und geschmacklosen Pommes erkennen kann. Zusatznutzen wie Geschmack, Anbau, Regionalität, Glaubwürdigkeit und Gesundheit werden an Bedeutung gewinnen – neben der sozialen Akzeptanz. Das Essen der Zukunft ist öko und schnell zugleich.

Ein weiterer Trend zeichnet sich ab, der nicht dem oben beschriebenen entgegen stehen muss: „Slow Food“. Damit ist nicht unbedingt die Bewegung gemeint, die sich von Italien kommend weltweit verbreitet. Gemeint ist das gemeinsame Essen guter Ausgangsprodukte – also Produkte höchster Qualität, bei der die Geselligkeit ein wichtiger Faktor ist. Die Hits werden Produkte aus dem eigenen Garten sein. Selber geerntet, gewaschen und angerichtet mit eigenen Kräutern, möglichst in der Gruppe. Aus der Samentüte auf den Tisch und das mit Gartenparty am Gemüsebeet! Mit Öko muss das nichts zu tun haben, sondern mit dem Gefühl „ich bin autark, ich bin stark“. Dieser Trend wird sich mit dem „Urban Gardening“ verbinden und mit einer höheren Bildung verbunden sein. Während man vor wenigen Jahren noch bei wikipedia nachsehen musste, was „vegan“ bedeutet, ist dieser Lebensstil heute voll in Mode. Oder akzeptieren Sie etwa das nach der Mutter schreiende Jungkalb, weil es die Milch der Mutterkuh und ihre Nähe möchte, oder das Ei, das nur deshalb verkauft wird, weil die männlichen Küken geschreddert werden?

### Wenn Männer kochen

Dem steht ein Trend entgegen: Zwar fördert die zunehmende Berufstätigkeit der Frauen den Trend zur Bequemlichkeit und fördert den Absatz von Convenience-Produkten, doch ist festzustellen, dass immer mehr Männer kochen. Trotzdem: Bequemlichkeit und Kompetenzverluste in der Nahrungszubereitung führen dazu, dass zeitaufwendige Gerichte weiter zurückgedrängt werden. Eigentlich erstaunlich: Je teurer die Küchen, desto weniger wird selber gekocht.

### Webtipps



Beiträge zu den unterschiedlichsten Aspekten der Zukunft des Essens gibt es auf: [www.zukunftessen.de](http://www.zukunftessen.de)

Wie die Zukunft der Ernährung bei einer wachsenden Weltbevölkerung aussehen könnte beschreibt „Ökosystem Erde“: [www.oekosystem-erde.de/html/zukunft-landwirtschaft.html](http://www.oekosystem-erde.de/html/zukunft-landwirtschaft.html)

Der Trend zu Obst und Frischgemüse wird sich fortsetzen. Dazu wird auch das gefrostete Gemüse gehören, denn der Trend zum schnellen und zum sofortigen Konsum benötigt gefrostete Nahrung. Man muss nicht planen, wenn der Griff in den Gefrierschrank möglich ist. Die Abo-Gemüsekiste mit Frischgemüse wird dies nicht brechen und eher was für Insider bleiben, auch weil das Fremdbestimmte bei der Abo-Kiste stört.

Der anhaltende Gesundheitstrend wird zu einem weiteren Anstieg des Verzehrs von Obst und Gemüse führen, verzehrsfertige Salat- und Gemüseangebote und innovative Tiefkühlprodukte werden den Trend verstärken.

### Fehlernährung – ein volkswirtschaftlicher Faktor

Gegenüber mehr „sanity“ und „health“ food gibt es ein folgenschweres und volkswirtschaftlich relevantes Problem: die Verfettung und Fettsucht (Adipositas) durch Fehlernährung und (zu) wenig Bewegung. Die Fehlernährung beginnt mit grundlegenden Veränderungen bei der Nahrungsaufnahme und der Esskultur. Die Ursachen für Übergewicht und Adipositas sind bekannt. Positive Energiebilanz, vermehrter Verzehr von raffinierten Lebensmitteln/Nahrung mit hoher Energiedichte, Zunahme der Portionsgröße und Fast Food.

Es reift schon lange die Erkenntnis, dass Ernährung ein Schulfach zu sein hat und das Erlernte in der Mensa praktisch zu verankern ist. Noch fehlt es an politischen Rahmenentscheidungen, wie passenden Lehrplänen oder auch an der reduzierten Besteuerung des Schulessens. Die entstehenden Kosten lassen sich sicher durch geringere Krankenkosten auffangen.



Das ist Fast Food, auch wenn es vegetarisch oder vegan ist – dennoch mag ein „Veggie-Burger“ immer noch besser als ein Hamburger sein.

Foto: divinemisscopa, wikipedia

Der Promi-Koch Johann Lafer hat ein Mensen-Konzept für Schüler entwickelt (Lafer und Koscielny, 2014: „Adieu oder Pausen und leere Schulmensen: Jetzt wird food@ucation serviert.“ In: Georg Sedlmaier (Hrsg.) Vielfalt statt Einfach“, 140 – 151, Book on Demand). Grundlage des Lafer-Beitrags in dem Sammelband ist die Erkenntnis, dass wir über das Schulessen sehr viel wissen, aber kaum etwas umgesetzt wird. Das Konzept geht von der Frage aus: Wie lassen sich Genuss, Kulinaristik und Gesundheit in den Schulalltag integrieren? Das hätte nachhaltigen Wert.

Uwe Meier