

Brotsuppe und Weltpolitik zur Fastenzeit

PROLOG/ Brotsuppe zubereiten, geniessen, reden: «reformiert.» lud mit Blick auf die Fastenzeit zum Gespräch über drängende Themen rund um Lebensmittelproduktion und Ernährung.

Jeanne Pestalozzi wiegt die geschälte Zwiebel in ihrer rechten Hand, schenkt ihr ein Lächeln, bevor sie sie mit schnellen Bewegungen klein hackt. Neben ihr schneidet ebenso behände Jules Rampini Rübli und Sellerie. In das rhythmische Klacken der Messer hinein sagt Jeanne Pestalozzi, Präsidentin der evangelischen Entwicklungsorganisation Brot für alle: «Essen ist mehr als Sattwerden.»

Geschick kooperieren die beiden bei der Zubereitung der Brotsuppe, die später aufgetischt wird. Und ebenso geschickt werfen sie sich Stichworte zu, über das Essen, über Überfluss, Hunger und Gerechtigkeit. Für beide spielt Kochen eine wichtige Rolle in ihrem Leben.

Bergbauer Rampini – im Nebenamt ambulanter Theologe – und Pestalozzi sind bewährte Familienköche. Und beide haben bereits in den 1970er-Jahren durch entwicklungspolitisches Engagement ihren Südblick geschärft.

KOCHEN UND KENNENLERNEN. Jetzt betritt der ehemalige Küchenchef George Angehrn die Küche. Er wundert sich, dass die Suppe noch nicht auf dem Herd steht, und gibt gleich erste Anweisungen: «Nun müssen wir das Brot rösten.»

Der in Amerika aufgewachsene Sohn von Schweizer Einwanderern hat zwölf Jahre im Zürcher Nobelhotel Dolder gekocht und amtierte dort weitere dreizehn

Jahre als Chef de cuisine. Dann suchte er den Kontrast. Er hängte die Sterne-kochmütze an den Nagel, um fortan für die hungrige Schar von Randständigen zu kochen. «Unfassbar, wie viele Lebensmittel weggeschmissen werden», sagt er.

Die neuesten Nachrichten passen wie eine geschickt gewählte Hintergrundmusik zum Gespräch rund ums Essen. Gerade wurde bekannt, was vom Bund beauftragte Abfallforscher in privaten Kehrichtsäcken so alles gefunden hatten. Während die Schweizer Recyclingweltmeister beim Sammeln von Papier oder PET sind, schmeissen sie ungerührt Massen von Lebensmitteln weg. Dreissig Kilo waren es pro Person im Jahr 2012. In

der Schweiz werden also jährlich 251 000 Tonnen Nahrungsmittel entsorgt.

«Foodwaste» wird das Vergeuden international genannt. Und es ist auch ein wichtiges Thema von Lauren Wildbolz, Künstlerin und Betreiberin eines veganen Cateringservice in Zürich. Ausser Atem kommt sie in die Küche des Restaurants im Zürcher Kreis 5, das sie ab und zu für ihre veganen Events nutzt. «Kein Wein in die Suppe», ruft sie und erzählt strahlend, dass sie schwanger sei.

ESSEN UND SCHWATZEN. Im letzten Jahr hat Wildbolz für ihre Bachelorarbeit an der Hochschule der Künste während zwei Wochen in Zürich zu gratis Mahlzeiten mit einwandfreien Produkten aus dem Abfall eingeladen. Die Veganerin sagt: «Foodwaste ist ein noch grösseres Problem als der Fleischkonsum.»

Der Duft der Brotsuppe lockt zum Essen und das Quartett setzt sich an den langen Tisch in der Gaststube. Doch vor dem Essen geht es noch um etwas Inszenierung für den Fotografen. «Nehmt die Löffel in die Hand», ruft Patrick Guttenberg und hantiert mit seinem Blitz. Dann sagt er: «Nicht zu sehr den Kopf wegrehen. Und schwätzet miteneand.»

«Schwätzed miteneand» – das Motto hatte Jeanne Pestalozzi schon beim Kochen ausgegeben: «Neben dem Essen gibt es nichts Schöneres, als beim Essen zusammen zu reden.» Die vier werden das an diesem Abend ausgiebig tun, werden ethische Frage wie Haare aus der Suppe fischen und sich zugleich darüber freuen, wie das Essen Leib und Seele zusammenhält. **DELFT BUCHER**

LAUREN WILDBOLZ, 33

hat an der Hochschule der Künste Zürich ihren Bachelorabschluss mit einem Projekt zur Lebensmittelverschwendung gemacht. Sie betreibt einen veganen Cateringservice, gibt Kochkurse und studiert weiter.

JULES RAMPINI, 52

ist Theologe und biologischer Kleinbauer. Mit seiner Frau war er für Hilfsprojekte in Peru tätig; das Paar hat dort auch seine Kinder adoptiert. Im Nebenamt engagiert sich Rampini für entwicklungspolitische Fragen.

JEANNE PESTALOZZI, 62

war sechzehn Jahre lang Kirchenrätin der reformierten Zürcher Kirche. Schon in dieser Funktion mehrheitlich mit Hilfsprojekten befasst, ist sie seit 2012 Präsidentin der Entwicklungsorganisation «Brot für alle».

GEORGE ANGEHRN, 62

ist in den USA aufgewachsen. Auf einem Abstecker ins Priesterseminar folgte die Gastro-Ausbildung und Kochkarriere in der Schweiz. Nun leitet er den Betrieb des «Ur-Dörfli der Sozialwerke Pfarrer Sieber».



Die Zutaten für die Suppe: Brot, Zwiebeln und Knoblauch, Lauch, Karotten und Sellerie

Diskutieren mit dem Löffel in der Hand

ESSEN/ Fair einkaufen und sich bewusst ernähren ist nicht immer einfach – und lohnt sich doch. Ein Gespräch über Utopien und Märkte, das schlechte Gewissen und den Genuss des Essens.

Ein Drittel aller Lebensmittel gehen auf dem Weg zu unseren Tellern verloren. Was können wir gegen diesen alltäglichen Skandal tun?

LAUREN WILDBOLZ: Man könnte eine ganze Kette von Gratisrestaurants eröffnen mit den Lebensmitteln, die allein schon in der Schweiz fortgeworfen werden. Doch das wäre keine Lösung. Denn das Problem des Foodwaste fängt schon in der Produktion und nicht erst in den Lebensmittelgeschäften an. Privat koche ich nie mit aus Containern gefischten Lebensmitteln. Aber ich nehme im Laden die Tomate mit dem schwarzen Fleck, damit sie nicht im Abfall landet.

JEANNE PESTALOZZI: Zu Zeiten der Ölkrise kauften mein Mann und ich einen riesigen Garten mit Haus und waren wild entschlossen, uns selber zu versorgen. Wir scheiterten: Der Garten liess sich auf die Länge nicht mit unserem Alltag vereinbaren. Heute gibt es aber gute neue

Ansätze. Zwei unserer Söhne machen bei Orto Loco mit: Leute, die in der Stadt leben, haben zusammen einen Acker gepachtet und eine Gemüsegärtnerin angestellt, der sie tatkräftig zur Seite stehen.

Oft ist ein nachhaltiges Leben aber auch mit Verzicht verbunden.

JULES RAMPINI: Meine Frau und ich lebten zehn Jahre lang in Peru und betreuten dort Strassenkinder. Wir haben in dieser Zeit gelernt, mit wie wenig man auskommen kann. Als Bergbauer versuche ich, konsequent im Einklang mit der Natur zu wirtschaften. Wir leben einfach, haben aber alles, was wir brauchen.

GEORGE ANGEHRN: Ich lerne bei Köchen, die sehr sorgfältig mit Lebensmitteln umgehen. Abfall gab es in diesen Küchen kaum. Das habe ich auch im Dolder so gehalten. Jeder Fleisch-, Fisch- und Gemüseabschnitt, alle Gräten und Knochen wurden zu Fonds verarbeitet. Doch dann nahm das Shareholder-Value-Denken überhand. Plötzlich hiess es, wir müssten mit weniger Personal auskommen. Die Kinder waren damals schon gross. Meine Frau und ich kamen deshalb überein, dass wir auch mit viel weniger Geld leben können. Also heuerte ich als Koch im Ur-Dörfli der Sozialwerke von Pfarrer Sieber an.

Sich bewusst ernähren braucht Zeit. Der Einkauf dauert länger, das Kochen sowieso.

PESTALOZZI: Für mich war es eine Herausforderung, vom Kochen für einen grossen Haushalt umzustellen aufs Kochen für zwei Personen, nachdem die Kinder ausgezogen waren. Ich kaufte oft zu viel ein, immer wieder landeten Gemüse und Salate auf dem Kompost. Fleisch fortzuwer-

fen, finde ich noch viel schlimmer. Inzwischen kaufe ich nur noch Fleisch, wenn ich für Gäste koche und sicher bin, dass der Braten wirklich aufgegessen wird. Wenn die Leute heute oft zu Fertigprodukten greifen, habe ich auch Verständnis dafür. Es ist nicht leicht, Beruf und Familie unter einen Hut zu bringen.

«Eigentlich müssten die Grossverteiler aus all ihren Ladenflächen Märkte für den Direktverkauf machen.»

JULES RAMPINI

ANGEHRN: Es ist auch nicht allen Menschen möglich, sich nachhaltig zu ernähren. Biologische Produkte zum Beispiel kann man sich erst ab einem gewissen Einkommen leisten. Working-Poor kaufen M-Budget. Eine alleinerziehende Mutter

mit Kindern, die arm ist, hat gar nicht die Kraft, sich mit den Fragen auseinanderzusetzen, die wir hier diskutieren.

PESTALOZZI: Trotzdem kann man versuchen, gute Entwicklungen zu stärken. Je höher die Nachfrage an biologischen und fairen Lebensmitteln ist, desto stärker kommen auch die Preise herunter, weil die Produzenten von der Masse profitieren.

ANGEHRN: Mehr Nachfrage führt aber auch zu mehr Druck auf die Produzenten von nachhaltigen Lebensmitteln.

RAMPINI: Am besten wären die althergebrachten Märkte. Wo sich Produzenten und Konsumenten direkt begegnen,

kann billiger eingekauft und zugleich angemessen verdient werden. Wenn es den Grossverteilern ernst wäre mit der Nachhaltigkeit, müssten sie eigentlich aus all ihren Ladenflächen Märkte für den Direktverkauf machen.

WILDBOLZ: Das ist jetzt aber sehr utopisch.

RAMPINI: Ja, klar. Es ist ja auch nur ein Traum von mir.

Herr Angehrn, wird im Ur-Dörfli eigentlich nur mit gependeten Lebensmitteln ums Ablaufdatum gekocht?

ANGEHRN: Nein, wir müssen schon Lebensmittel hinzukaufen. Was die Schweizer Tafel dreimal die Woche liefert, ergibt nicht unbedingt ganze, ausgewogene Mahlzeiten. Im Moment essen wir immer noch viele Weihnachtsguetsli, nach Ostern gibt es dann Schoggi zuhause. Einmal bekamen wir so viele Spargeln, dass sie trotz der Fantasie des Kochs allen verleidet sind.

RAMPINI: Spargeln werden in Peru das ganze Jahr über angebaut. In riesigen Plantagen am Rand der Atacama-Wüste,

«Man soll das Essen geniessen. Es bringt niemandem etwas, wenn man bei jedem Bissen ein schlechtes Gewissen hat.»

GEORGE ANGEHRN

mit Wasser aus Flüssen, die kurz danach ins Meer fliessen. Die Bewässerung ist also nicht so schlimm. Doch abgesehen davon, dass Monokulturen dem Boden schaden, ist das Hauptproblem, dass die Leute dort für sich selber ganz andere



Tischgespräch mit Lauren Wildbolz, Jules Rampini, Jeanne Pestalozzi, George Angehrn (von links)

Lebensmittel anbauen würden. Und die Spargeln können sie sich selbst ohnehin nicht leisten. Ich war schockiert, als ich diese Oasen für die westliche Welt zum ersten Mal gesehen habe.

ANGEHRN: Hier ist jetzt ja Quinoa so angesagt, alle wollen das Getreide essen, ich weiss das von meiner Frau, die sich

sind dabei faire Arbeitsbedingungen für die Produzenten im Süden. Soja einzukaufen hingegen, um damit unsere Kühe zu füttern, ist völliger Blödsinn.

Was essen Ihre Kühe, Herr Rampini?

RAMPINI: Nur Milch von der Mutter und Gras auf der Weide. Ich produziere für Natura Beef. Doch in der letzten Zeit kommt auch von dieser Organisation ein Intensivierungsdruck. Ich habe grosse Mühe damit, wenn man mir vorschreiben will, wie ich die Mutterkuh ernähren muss, damit die Kälber genug schwer werden. In der ganzen Biolandwirtschaft gibt es heute eine Tendenz zur Rationalisierung.

«Man könnte eine Kette von Gratisrestaurants eröffnen mit den Lebensmitteln, die in der Schweiz fortgeworfen werden.»

LAUREN WILDBOLZ

schon lange in einem Weltladen engagiert. Inzwischen ist das Quinoa so teuer, dass es die gewöhnlichen Leute in Bolivien nicht mehr kaufen können.

WILDBOLZ: Und jetzt müssen sie Genteschmais von irgendwo her essen.

RAMPINI: Apropos Wasser und Boden: Die beschränkten Wasservorräte sind ja schon länger ein Problem. Viel zu wenig wird aber noch über den Boden gesprochen. Jedes Jahr gehen pro Mensch vier Tonnen fruchtbarer Bodens verloren. Das ist dramatisch.

Sollen wir denn nun am besten nur noch regionale Produkte essen und gar nichts mehr kaufen aus dem Süden?

PESTALOZZI: Für mich gehören Lebensmittel aus dem Süden unbedingt auch auf den Einkaufszettel. Die Drittweltländer sind darauf angewiesen, exportieren zu können, damit sie zu Devisen kommen und sich entwickeln können. An der Sonne getrocknete Mangos aus Afrika machen Sinn.

ANGEHRN: Im Weltladen gibt es getrocknete Mangos mit Schokolade überzogen – ah, die sind wunderbar!

RAMPINI: Ich sehe das auch so. Wir brauchen ja Kaffee, Kakao, Gewürze. Wichtig

Scheitern Sie nicht manchmal auch an Ihren eigenen Ansprüchen? Man möchte besser leben, schafft es aber doch nicht so richtig.

PESTALOZZI: Konsequenter sein, ist sehr schwierig. Und jetzt müssen sie Genteschmais von irgendwo her essen.

LAUREN: Als ich angefangen habe, vegan zu leben, habe ich mich in der ersten Zeit so richtig als Guttmensch gefühlt. Aber

«Lebensmittel aus dem Süden gehören auf den Einkaufszettel, damit in der Dritten Welt eine Entwicklung stattfinden kann.»

JEANNE PESTALOZZI

das ist natürlich Quatsch. Ich fliege jetzt mit meinem Partner nach Bali, eine Art Flitterwochen, bevor unser Kind zur Welt kommt. Und auch als ich als Tauchlehrerin arbeitete, flog ich viel herum. Ich kann mich für den Rest meines Lebens nur noch mit dem Volo fortbewegen – diese negative Schadstoffbilanz mache ich trotzdem nie wieder wett.

RAMPINI: Ich bin auch nicht stets konsequent. Immer noch fahre ich häufig mit dem Auto statt mit meinem Elektroveho; für ein normales Fahrrad ist das Napfgebiet zu steil. Sich bewusst zu sein, dass man nicht konsequent ist, kann aber schon helfen, es in Zukunft vielleicht eher zu schaffen.

ANGEHRN: Dass ich selten scheitere, mit dem, was ich mir vornehme, hat vielleicht mit Altersabgeklärtheit zu tun. Ich würde jedoch nie jemanden verurteilen, weil er zu wenig nachhaltig lebt. Man muss die Freude am Leben behalten. Man soll das Essen geniessen. Es bringt niemandem etwas, wenn man bei jedem Bissen ein schlechtes Gewissen hat.

Trotz der schwierigen Fragen rund um unsere Lebensmittel: Was bedeutet Essen für Sie, mit welchen Gefühlen und Erinnerungen ist es verbunden?

ANGEHRN: Der Hackbraten meiner Mutter bleibt der beste, auch wenn er immer auseinanderfällt. Essen bedeutet Geborgenheit. Wie schön war es, von der Schule heimzukommen und das feine Essen zu riechen, das dann bald aufgetischt wurde. Im Ur-Dörfli steht die Küchentür bewusst immer offen. Wegen der Vorfreude.

RAMPINI: Auch für mich gilt: Es gibt keinen besseren Gugelhupf als den meiner Mutter. Ich war sehr stolz, als meine Kinder, je länger ich kochte, umso öfter sagten: Dieses oder jenes Gericht muss ab jetzt immer du machen.

PESTALOZZI: Ich bin mit Frauen aufgewachsen, für die natürliche Ernährung selbstverständlich war. Sie kochten immer frisch und machten viel ein und behandelten auch Krankheiten vorerst einmal mit Wickeln und Tees. Eine eindrückliche Erinnerung ist, wie meine Grossmutter in Paris über dem Gasherd die letzten Federstopfen vom auf dem Markt gekauften Huhn wegbrannte.

WILDBOLZ: Und ich erinnere mich noch genau, wie ich mit vierzehn eine Hare Krishna-Broschüre über Vegetarismus

in die Hände bekam. Die Schlachtbilder in Schwarzweiss haben sich in meinen Kopf so bunt illustriert festgesetzt, dass ich das Heft zuklappte und von da an Vegetarierin war.

Sie haben Kinder, zum Teil schon Grosskinder. Frau Wildbolz wird bald Mutter. Machen Sie sich da nicht noch einmal viel mehr Sorgen um die Zukunft?

PESTALOZZI: Da dürfen wir ja erst recht nicht hoffnungslos sein. Im Gegenteil – wenn man an die Zukunft denkt, ist es umso wichtiger, sich im Rahmen der möglichen Kräfte für das einzusetzen,

«Bioprodukte kann man sich erst ab einem gewissen Einkommen leisten. Working-Poor kaufen M-Budget.»

GEORGE ANGEHRN

was Besserung verspricht – auch wenn es nicht immer funktioniert.

WILDBOLZ: Ich habe gelernt, mich vom Leid und den Problemen auf dieser Welt nicht ständig deprimieren zu lassen, weil ich sonst gar nichts Gutes mehr beitragen kann. Man sollte das Spielerische, den Humor nicht vergessen im Umgang mit dem, was schwierig ist. Diese positive Energie möchte ich meinem Kind mitgeben. Auch Toleranz möchte ich ihm lehren. Es wird zu Hause vegan bekocht werden. Was es ausserhalb ist, ist seine eigene Entscheidung.

ANGEHRN: Jeder soll zum Wohl aller beitragen, was er kann. Und wer finanziell und gesundheitlich stark ist, sollte ein bisschen mehr tun für die Gesellschaft als die Schwachen.

RAMPINI: Ich glaube, dass nicht alle von unseren drei Kindern weiterhin so bescheiden leben möchten, wie sie aufgewachsen sind. Alle haben sie aber Werte verinnerlicht, die wir ihnen vorgelebt haben. **MODERATION: CHRISTA AMSTUTZ, DELFT BUCHER**

Sehen und Handeln

Unter dem Motto «Sehen und Handeln» steht die ökumenische Kampagne in der Fastenzeit von «Brot für alle» und «Fastenopfer» in den nächsten drei Jahren. In diesem Jahr dauert die Kampagne vom 5. März bis am 20. April. Sehen – das heisst sensibilisieren für den Skandal des Hungers, der beinahe eine Milliarde Menschen in der Welt trifft. Handeln – das beginnt mit unserem eigenen Konsumverhalten. Und dieses Motto hat auch den roten Faden für die Tafelrunde mit der Brotsuppe vorgegeben, zu der «reformiert.» eingeladen hat.

www.sehen-und-handeln.ch