

Nur beim Grosi geht es noch um die Wurst

Ernährung Fleischlos glücklich sind Foodaktivistin Lauren Wildbolz und Vegan-Kochlehrer René Schori. Sie wollen sinnlich für vegane Kulinarik werben, ohne dabei zu missionieren. Derweil bringt die Klimadebatte ebenfalls den Fleischverzicht voran.



Die vegane Küchenkarriere beginnt mit viel Krach. Schnell schüttet René Schori eine Tüte voll Cashewnüsse in den Hochleistungsmixer. Scharfe Messer verwandeln die eingelegten Nüsse zu einer cremigen Masse. «Probiert mal», sagt Schori und reicht den zwölf Teilnehmern des Kochkurses «Täglich vegan» in Winterthur kleine Probierbecher. Vegan täglich, das heisst, für immer nicht nur auf Fleisch, sondern auch auf tierische Produkte wie Milch, Eier und Käse zu verzichten. Und der Milchrahm wird durch Cashewnüsse ersetzt.

Eine ganze Palette von Gerichten hat René, der alle im Kurs duzt, aus- gesucht. Bevor sich aber die Kleingruppen an orientalische Vorspeisen, Lasagne und Kartoffelgratin machen, wird er grundsätzlich: «Es ist heutzutage wichtig, was du isst, aber genauso, wie du isst.» Zu viele veganische Novizen seien einseitig ernährt, würden nicht auf die Balance von Vitaminen, Proteinen und Ballaststoffen achten.

Auch Ruth kennt sich mit der Ernährungspyramide aus. Die pensionierte Hauswirtschaftsleiterin hat früher in Altersheimen gearbeitet. Aber Fleischverzicht, das sagt sie gleich bei der Kennenlernrunde, kommt für sie nicht infrage. «Mein Mann und ich sind Kinder der Nachkriegsgeneration», sagt sie. Den Kurs

besucht sie, da ihre Tochter bei ihren Besuchen aus dem fernen England lediglich noch vegan aufgetischt haben will.

Fleischeslust lässt nach
Tatsächlich verlief die Kurve des Fleischkonsums über lange Zeit im Gleichschritt mit dem Wirtschaftswachstum nach oben. 1949 startet die Schweizer Statistik mit 27 Kilo pro Person und Jahr und erreicht 1987 mit 60 Kilo Fleisch seinen Gipfel. Seither nimmt der Konsum gemächlich ab und lag 2018 bei 52 Kilo. Vor allem der Gesundheits- und Ökotrend hat die Zahl der Fleischabstinenten wachsen lassen. Jeder siebte Schweizer konsumiert keine Fleischprodukte und drei Prozent essen vegan. Besonders die Jungen können sich für diese Essenslehre erwärmen. Zwei Kursteilnehmerinnen berichten von ihren 16-jährigen Söhnen, die vor einem Jahr mit der Botschaft nach Hause gekommen sind: «Ich esse ab jetzt nur noch vegan.»

Mit 14 Jahren hat sich auch Lauren Wildbolz von ihrer Mutter gewünscht, dass bei ihr kein Fleisch mehr auf den Teller kommt. Die heute 38-Jährige hat sich 2010 mit ihrer Kunstaktion «Frisch aus dem Müll» einen Namen gemacht. Die Tauchlehrerin fischte in den Containern nach Lebensmitteln und koch-

te daraus vegane Menüs. Eine Aktion, in der sich Kunst mit dem umweltpolitischen Anliegen, den Foodwaste einzudämmen, verband. Auch das von ihr eröffnete erste vegane Restaurant in Zürich sorgte für Schlagzeilen.

Mit ihrem lebenswürdigen Lächeln und ihren lebhaften Augen kommt Lauren Wildbolz bei den Medien gut an. Ob sie nun beim SRF mit Kurt Aeschbacher diskutiert oder mit Kirchenrat Andrea Bianca über Tierethik und Veganismus debattiert, strahlt sie als Person ihre Botschaft authentisch aus: «Rein pflanzliches Essen ist für alle da, nicht nur für Veganer!»

Tolerant zu Fleischessern

«Tolerant», umschreibt Lauren Wildbolz ihren Umgang mit der fleischessenden Mehrheit. Die Mutter eines sechsjährigen Kindes bekennt sich dazu: Ihre sechsjährige Tochter darf auch mal Cremetorte beim Kindergeburtstag oder beim Grossmami eine Wurst essen.

Längst ist aus der Foodaktivistin von einst eine Geschäftsfrau geworden, die ihr Geld mit festlichen Caterings und Kochkursen verdient. Mit ihrer Arbeit will sie einen positiven Nebeneffekt erzielen: das Vorurteil von der veganen Verzichtsdiät aus der Welt zu schaffen. «Ich versuche mit der Opulenz meiner

«Es ist heutzutage wichtig, was du isst, aber genauso, wie du isst. Stets kommt es auf die Balance an.»

René Schori
Vegan-Kochlehrer

inszenierten Buffets, den Menschen die pflanzliche Küche schmackhaft zu machen.»

Ohne missionarischen Eifer
René Schori will ebenfalls nicht missionieren, sondern mit neuen Aromen die Menschen von einer rein pflanzlichen Ernährung überzeugen. Vegane Weltanschauung trägt hingegen Anna im Kochkurs zur Schau. Sie trägt ein T-Shirt, auf dem neben Schwein, Rind und Huhn die anklagende Aufschrift steht: «Ist dein Appetit mehr wert als ihr Leben?» Wenige Tage später bei einem Latte Macchiato mit Hafermilchschaumchen im «Tibits» erzählt Schori, wie er einen Traumjob als Küchenchef in einem Seminarhotel hat sausen lassen. Für ihn war es ein No-Go, Fleisch zuzubereiten.

Das Tierwohl ist der zentrale Umkehrpunkt in der Essenbiografie der beiden veganen Profiköche. Das verführt sie aber nicht dazu, den Krieg gegen die Fleischesser auszurufen oder die Karnivoren als lebende «Friedhöfe für Tiere» zu beschimpfen, wie dies in manchen Vegan-Blogs zu lesen ist. Dass hinter dem Entscheid, vegan zu leben, auch spirituelle Beweggründe stecken, räumt Schori gerne ein. Auch für Lauren Wildbolz spielt Spirituelles eine Rolle. Das in allen Weltreligionen vorgegebene Tötungsverbot hat



Fotos: Severin Bigler

sie auf die Tiere ausgeweitet: «Der Mensch mit seinem ethischen Denkvermögen hat eine besondere Verantwortung und sollte weder Tier noch Mensch töten.»

Klimapolitik auf dem Teller

Auch wenn sich viele Menschen nicht zu diesem spirituell verankerten Tötungsverbot entschließen können, hofft Wildbolz darauf, dass sie ihren Fleischkonsum reduzieren. Das sei wirksam gegen den Klimawandel, sagt sie. Und die Wissenschaft gibt ihr recht: Das Ergebnis einer neuen Studie der Universität Oxford bringt zutage, dass vegan essen um ein Vielfaches wirkungsvoller ist als der Verzicht auf Auto und Flugreisen. Schliesslich stammen über 20 Prozent aller Treibhausgas-Emissionen von der tierproduzierenden Landwirtschaft.

Lauren Wildbolz ist auch zehn Jahre nachdem sie als Foodaktivistin gegen Foodwaste auftrat, politisch: Vegan essen ist für sie nur dann wirklich konsequent, wenn ökologische und ethische Überlegungen hinzutreten. Dazu gehört für sie auch: regional und biologisch einkaufen. Selbst bei ihren opulenten Buffets verzichtet sie darum auf Avocados. Delf Bucher

«Der Mensch mit seinem ethischen Denkvermögen sollte weder Tier noch Mensch töten.»

Lauren Wildbolz
Vegan-Köchin und Food-Aktivistin

Videoportrait: Vegan kochen mit Lauren Wildbolz unter reformiert.info/blumentopf

Bill Gates setzt auf den Vegan-Boom

Noch sind es erst drei Prozent, die in der Schweiz auf Fleisch und Milchprodukte verzichten. Aber dass ein Megatrend auch Helvetien erfasst, lässt sich an der Zahl der Artikel in der Schweizer Mediendatenbank ablesen. 2009 fanden sich nur 80 Artikel, in dem das Wörtchen vegan vorkommt. 2019 sind es bereits 5225 Artikel. Der Boom erfasst die Firmenzentralen. Nestlé hat den Incredible Burger lanciert und in den USA produziert die Firma Impossible Foods fleischfreie Hamburger für Burger King. Als die Firma Beyond Meat an die Börse ging, steigerte sich ihr Wert um 27-Fache. Mittlerweile hat Coop den Beyond-Meat-Burger im Verkaufsregal und weitere 600 vegane Produkte.

Junge leben fleischlos

Auch Bill Gates oder der Hollywoodstar Leonardo DiCaprio investieren bei Beyond Meat. Überhaupt sind Prominente Treiber des Vegan-Booms. Bill Clinton, Al Gore, Greta Thunberg, Serena und Venus Williams sowie Beyoncé ernähren sich vegan. Und das britische Business-Magazin «Economist» berichtet, dass in den USA ein Viertel der unter 25- bis 34-Jährigen Vegetarier oder Veganer sind. bu

«Veganer suchen die Erlösung durch Essen»

Ethik Essen wird immer stärker religiös und politisch aufgeladen. Der Theologe Kai Funkschmidt kritisiert die Entwicklung und macht im Veganismus eine ausgrenzende Heilslehre aus.

Wie kommt ein Theologe und Experte für Weltanschauungsfragen dazu, sich mit Essen zu beschäftigen?

Ganz einfach, weil das Essen zur Weltanschauungsfrage geworden ist. Schon vor einigen Jahren ist mir aufgefallen, dass die Leute immer emotionaler übers Essen diskutieren. Quasireligiöse Elemente haben sich in verschiedene Essenslehren eingenistet. Vor allem beim jetzt schnell wachsenden Veganismus hat sich eine starke Subkultur entwickelt. Da sammeln sich Menschen, welche die Erlösung durch Ernährung suchen.

Aber Essensverbote kennen fast alle Religionen.

Das stimmt. Religiöse Speisegebote verfolgten vor allem den Zweck: Sie sollen signalisieren, zu welcher Gruppe ich gehöre und von welcher ich mich abgrenze. Das ist so im hinduistischen Kastenwesen mit seinen vielfältigen Regeln wie auch beispielsweise bei den Juden. Kommt hinzu: Wenn sie beim Einkaufen und Essen ständig daran erinnert werden, welche Speisegebote sie einhalten müssen, werden sie ständig an ihre Religion erinnert.

Und die identitätsstiftenden Rituale des Essens nutzen nun auch die Veganer. Warum kritisieren Sie das?

Meine Kritik wendet sich nur gegen jene, die ihr Konsumverhalten verabsolutieren und dabei die Gnädigkeit vergessen. Als Christen leben wir von der Gnade Gottes. Das macht den Glauben sozialverträglicher, weil wir auch gnädig mit anderen sein müssen. Momentan breitet sich aber eine Tendenz aus, welche die guten Taten über alles stellt. Gut ist der ökologisch korrekte Veganer, und er erzählt es überall, dass er zu den Guten gehört.

Aber sind jetzt nicht die gnädigen Christen plötzlich die besseren Menschen?

Nicht die besseren Menschen, sondern die toleranteren Sünder. Und hier kommen wir auf den Schönheitsfehler zu sprechen, der allen Ersatzreligionen oder säkularen Heilslehren zugrunde liegt: Sie verbleiben immer im Diesseits. Ihnen fehlt eine höhere Bezugsinstanz. Wenn ich einen Gott habe, dem ich gemeinsam mit meinen Mitmenschen gegenüberstehe, gibt es immer eine Instanz, die mich infrage stellt. Und so bin ich am Ende ein Sünder neben anderen Sündern, nicht ihr Richter.

Eigentlich leben doch die Veganer vieles vor, was kirchliche Hilfswerke seit Langem fordern?

Der Gedanke, dass mein Alltagsverhalten ethisch verantwortlich zu sein hat und sich ökologisch auf Weltverantwortungsthemen bezieht, ist in der Tat christlich und wird daher auch von kirchlichen Hilfswerken vertreten. Was aber den christlichen Ansatz von gewissen anderen unterscheidet, ist, dass er ethische Regeln mit Augenmass formuliert – also beispielsweise nicht den Fleischverzicht, sondern nur die Reduzierung des Fleischkonsums fordert.

Wirklich paradiesisch ist nach der Genesis der Fleischverzicht. Denn vor dem Sündenfall ernährten sich auch Adam und Eva vegan.

Es gibt keinerlei Hinweise in der Bibel, dass wir versuchen sollten, wieder ins Paradies einzuziehen. Der Versuch, das Paradies auf Erden zu errichten, führt stets zum Totalitarismus. Entgegenen lässt sich auch mit der Bibel: Das Pessachlamm in der Passionsgeschichte ist ein Vorschein des Himmels – und stellt das Fleischessen gerade nicht infrage.

«Säkularen Ersatzreligionen wie dem Veganismus fehlt die höhere Bezugsinstanz.»

Trotzdem gibt es berühmte christliche Vegetarier wie Albert Schweitzer, die den biblischen Respekt vor der Schöpfung mit Fleischverzicht gleichsetzen.

Der Vegetarismus erwuchs tatsächlich bereits im 19. Jahrhundert in England aus christlichen Bewegungen heraus. Die Propagandisten der fleischlosen Nahrung von damals stammten nicht aus der Arbeiterschaft, die kaum Fleisch zu essen bekam. Auch heute kommen die Fleischverzichtsforderungen aus saturierten Milieus. Das sind Menschen, die aus ihrem Überfluss heraus verzichten wollen. Wenn einer Fleisch aus seinem Speiseplan streichen will, kann er das gern machen. Aber wenn er daraus ein grundsätzliches Prinzip für alle macht, muss man sich jedoch fragen, mit welchem Recht er seine Lebenshaltung für alle anderen verbindlich machen möchte. Wenn Albert Schweitzer dies vertreten haben sollte, könnte ich ihm darin nicht zustimmen.

Interview: Delf Bucher



Kai Funkschmidt, 51

Wenn es um Essenslehren, Fasten und andere religiöse Speisegebote geht, ist Kai Funkschmidt in Deutschland erste Adresse. Für den Theologen von der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschauungsfragen in Berlin ist klar: Veganismus weist quasireligiöse Züge auf und bietet den Menschen ein körperliches Heilungsversprechen wie ein spirituelles Heilversprechen.