



KULTURTAGE IN HEIDELBERG

April 2011

Thema:

Esskultur in Heidelberg

Inhalt:

- Programm in Heidelberg
- Auseinandersetzung mit dem Thema Esskultur – Besuch der Dr. Rainer Wild- Stiftung
- Esskultur in Heidelberg – Umfrage in der Bevölkerung Auswertung
- Fragebogen Umfrage
- Rezept Kartoffelsuppe mit Zwetschkuchen

Programm in Heidelberg:

Montag: Umfrage in der Bevölkerung zum Thema „Esskultur in Heidelberg“

Gemeinsames Abendessen im Restaurant Vetter

Dienstag: Besuch der Dr. Rainer Wild-Stiftung in Heidelberg:

Vortrag zum Thema Esskultur/ Diskussion

Gemeinsamer Apéro in der Jugendherberge Heidelberg

Mittwoch: Auswertung der Umfrage in Heidelberg

Themensammlung zur Berichtsverfassung

Besuch des Wochenmarkts in Heidelberg

Esskultur- Kultur beim Essen

In Heidelberg befassten wir uns mit dem Thema Esskultur. Wir stellten uns die Fragen, was Esskultur überhaupt bedeutet und ob und wie sich unsere Esskultur von derjenigen anderer Kulturen unterscheidet. Um diese Fragen beantworten zu können, besuchten wir in Heidelberg die Dr. Rainer Wild-Stiftung für gesunde Ernährung. Frau Dr. Lisa Jansen hielt für uns einen Vortrag zum Thema „Esskultur - Kultur beim Essen“.

Wichtig dabei ist, dass man die Esskultur vom normalen Essen unterscheidet. Esskultur geht weit über die tägliche Nahrungsaufnahme hinaus und sollte nicht als Grundbedürfnis angeschaut, sondern viel mehr als Verhalten verstanden werden. In vielen asiatischen Ländern ist es zum Beispiel üblich mit den Händen zu essen, in Europa gilt dies grösstenteils als unanständig. Um das Thema Esskultur überhaupt richtig zuordnen zu können, sollte man sich mit ein paar Kernfragen beschäftigen.

Esskultur umfasst das gesamte kulturelle Umfeld der Ernährung des Menschen. Dazu gehören Tischsitten, Rituale, Zeremonien, Spezialitäten und damit die kulturelle Identifikation.

Für die Esskultur ist es wichtig wo-, wie-, wann-, warum-, mit wem- und was wir essen. Was wir essen und was nicht, in welchen Zubereitungsformen und zu welchen Mahlzeiten ist gesellschaftlich bedingt. Der Mensch bestimmt, was er aus dem bestehenden Nahrungsangebot zu sich nimmt. Diese Wahl steht im Zusammenhang mit kognitiven und psychosozialen Faktoren, darunter ökonomische und gesundheitliche Überlegungen, persönlicher Geschmack, Gewohnheiten und emotionale Befindlichkeiten. Eine wichtige Rolle spielen dabei Bezugspersonen und das soziale Umfeld. In arabischen Ländern beispielsweise spielt das gemeinsame Essen eine wichtige Rolle, dort gilt unter anderem ein altes ungeschriebenes Gesetz das besagt: „Diejenigen Personen, mit denen man am Esstisch sass, die bekämpft man nicht“.

Auch die Akzeptanz eines Lebensmittels und die Zubereitungsart sind kulturabhängig. Das Essen von Hundefleisch ist in China normal, in unserer Kultur ist es undenkbar, dass wir dieses Haustier verzehren. In Afrika wird verbreitet über dem offenen Feuer gekocht, während sich die westliche Welt mit Molekularküche auseinandersetzt.

Esskultur ist kein fester, statischer Wert, denn jede Kultur verändert sich im Laufe der Zeit. Der ständige Wandel ist auch in unserer Esskultur in Europa zu beobachten. Unsere Grossmutter kochte das Lieblingsessen ihres Mannes, unsere Mutter jedoch kocht das was ihre Kinder am liebsten essen. Und heute? Heute bleibt für die Nahrungszubereitung oft nur noch wenig Zeit oder es wird sogar nur noch für besondere Anlässe gekocht.

Zum Schluss betrachteten wir Bilder zum Thema Essgewohnheiten aus verschiedenen Ländern. Auf diesen Bildern wurde das gesamte Essen für eine Woche einer Familie ausgelegt. Anhand dieser Bilder waren die Essgewohnheiten und somit die Esskultur dieser Familien sehr gut auszumachen. Als Beispiel eine (typische) amerikanische Familie: Ihr Tisch war reichlich mit Esswaren gefüllt, darunter dominierten Fertigprodukte. Frische Nahrungsmittel wie Früchte und Gemüse waren praktisch keine zu finden.

Eine andere Familie, aus Indien, brachte nicht einmal einen kleinen Tisch voll, obwohl sie deutlich mehr Personen waren als die Amerikaner. An Hand dieser Beispiele sieht man, dass auch die finanziellen Verhältnisse und der soziale Status eine grosse Rolle zur Bestimmung der Esskultur spielen.

Esskultur unterscheidet sich von Land zu Land, von Religion zu Religion und von Geschmack zu Geschmack. Für die einen ist Schlangenfleisch eine Delikatesse, für andere einfach nur eklig. Es ist weitgehend Ansichtssache, ob etwas ein Gaumenschmaus oder ein Gaumengraus ist.

Auswertung der Umfrage

Um einen kleinen Einblick in die Heidelberger Esskultur zu erlangen wurden 24 Leute in Heidelberg zwischen 16 und 58 Jahren über die dortige Esskultur befragt.

Typisches Gemüse

In Heidelberg wird sehr viel verschiedenes Gemüse gekauft, jedoch kommt das meiste aus der Region und nicht direkt von Heidelberg selber. Beliebt ist im Frühling der Spargel aus Schwetzingen. Wein wird auch gerne getrunken. Die Weinstrasse in Heidelberg in der Nähe vom Roten Ochsen ist für ihre guten Weine bekannt.

Studentenkuss

Typisch für Heidelberg ist ein süßes Schokoladenkonfekt, der Studentenkuss (Abbildung 1). Er besteht aus mehreren Schichten Schokolade und Biskuit. Kaufen kann man das süße Wahrzeichen der Stadt in der Haspelgasse 16 in der „Chocoladenmanufaktur & Chocolaterie KNÖSEL“ in Heidelberg. Der Studentenkuss wird dort immer noch von Hand nach dem Originalrezept von 1863 hergestellt. Damals beobachteten die Studenten aufmerksam die jungen, hübschen Damen, die in dieser Chocolaterie ein- und ausgingen. Jedoch waren die jungen Damen immer in Begleitung ihrer wachsamen Gouvernanten, sodass die Studenten keine Möglichkeit hatten, ihre Verehrung gegenüber einer Dame auszudrücken. Diese heimliche Sehnsucht entging dem Chocolatier Fridolin Knösel nicht und er überraschte die Studenten eines Tages mit dem Studentenkuss. Als Geschenk überreicht, war es eine Geste der Verehrung. So fein und galant konnten nun die Studenten die süßen Botschaften den Damen zukommen lassen, dass selbst die strengsten Gouvernanten nichts dagegen einwenden konnten. Mit dieser besonderen Geschichte ist der Studentenkuss auch sehr charakteristisch für die sympathische Heidelberger Lebensart.



Abbildung 1: Der Studentenkuss eignet sich auch gut als Souvenir.

Empfohlene Restaurants mit Deutscher Küche

Diese Restaurants mit typischer Deutschen Küche haben uns die Befragten genannt:

Alter Kohlhof, Alt Hendesse, Backmulde, Dorfkrug, Erbprinzen, Füllhorn (vegetarische Küche, biologisch-dynamisch), Hotel zum Ritter, Kulturbrauerei, Mensurstube, Perkeo, Roter Ochsen, Schwarzer Peter, Schwarzer Walfisch, Sudpfanne, The Dubliner, Vetter, Weinkrüger.

Heidelberger Esskultur

Es hat sich herausgestellt, dass die HeidelbergerInnen eine sehr internationale Küche haben und gerne auch einen Mischmasch essen. Wie zum Beispiel die Kartoffelsuppe mit Zwetschkuchen als Dessert (s. Rezept). Es wird allgemein gerne und viel Fleisch (insbesondere Schweinshaxe), Sauerkraut, Kartoffeln, Spätzle und Eis gegessen. Reis trifft man in Restaurants eher selten an. Die Heidelberger achten auf ihre Ernährung und essen gerne vielfältig, viel Gemüse und oft Salat. Jedenfalls haben das alle 24 Befragten angegeben. Diese Aussage der Umfrage widerspiegelt aber nicht unbedingt das Angebot der besuchten Restaurants. Möglicherweise wurde die Frage nicht mit dem tatsächlichen Essverhalten beantwortet, sondern mit dem Wunschverhalten oder dem ernährungswissenschaftlich empfohlenen Verhalten. Wer bekennt sich schon offen zu ungesunden Essgewohnheiten? Der Schneeball (Schokoladenkugel) als Dessert wurde ebenfalls viel genannt, jedoch stammt diese Spezialität aus Rotenburg und nicht direkt von Heidelberg selbst.



Abbildung 2: Markt in Heidelberg



Abbildung 3: Abendessen im Vetter

Kulturtag Heidelberg - Esskultur

Alter:		Geschlecht:	<input type="checkbox"/> m <input type="checkbox"/> w
Wohnort Heidelberg?		Seit wann?	
Wird in der Gegend typisches Gemüse oder Früchte angebaut?			
Nennen Sie typische Gerichte von Heidelberg!			
	Name	Was ist es?	Aus welcher Zeit?
Vorspeise:			
Hauptgang:			
Nachtisch:			
Kennен Sie ein Restaurant in Heidelberg mit typischer Küche? (Name & evtl. Adresse)			
Achten Sie auf spezielle Ernährung wegen Sport? Wenn ja, worauf achten Sie?			
Nennen Sie ohne nachzudenken jeweils ein Begriff der folgenden Paare bezogen auf die Esskultur in Heidelberg!			
<input type="checkbox"/> süss	<input type="checkbox"/> salzig	<input type="checkbox"/> würzig	<input type="checkbox"/> mild
<input type="checkbox"/> mild	<input type="checkbox"/> scharf	<input type="checkbox"/> heiss	<input type="checkbox"/> kalt
<input type="checkbox"/> flüssig	<input type="checkbox"/> hart	<input type="checkbox"/> Kaffee	<input type="checkbox"/> Tee
<input type="checkbox"/> leicht	<input type="checkbox"/> fettig	<input type="checkbox"/> vielfältig	<input type="checkbox"/> eintönig
Vielen Dank für die Antworten!			

Abbildung 4: Fragebogen

Rezept für Kartoffelsuppe mit Zwetschkuchen

Kartoffelsuppe

500 g Kartoffeln und 1 Möhre , 1 Scheibe Sellerie

1/2 TL Kümmel und Salz

Frische Petersilie

1 1/4 l Wasser o. Brühe

40 g Speck

Die geschälten Kartoffeln schneiden und mit den geputzten Gemüse, Salz und Kümmel in Wasser kochen. Den Topf abdecken und alles weich kochen lassen. Speckwürfel in einer Pfanne auslassen und Kräuter hacken. Die Kartoffeln pürieren und mit dem Speck und den Kräutern servieren.

Zwetschgen-Kuchen

Teig:

36 Zwetschgen

200 g Butter

200 g Zucker

1 Päckchen Vanillezucker, 1 TL (gestrichen) Zimt, 1 Prise Salz

220 g Mehl

2 TL (gestrichen) Backpulver

3 Eier und 1 Schuss Rum

Streusel:

180g Butter

150g Zucker

200g Mehl

1 TL (gestrichen) Backpulver, 1 TL (gestrichen) Zimtpulver

150g Mandeln gemahlen

- Zwetschgen waschen, halb aufschneiden auseinander klappen, Stein heraus nehmen und auf die Seite stellen.
- Zimmerwarme Butter mit dem Zucker cremig rühren und nach und nach die ganzen Eier dazugeben und weiter rühren. Das Mehl mit Backpulver mischen und über die Butter-

Eiermasse sieben. Ebenso den Zitronenabrieb, Zimt und Rum dazugeben und alles gut unterheben.

- Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen, Zwetschgen auseinander klappen und mit der Hautseite nach unten nebeneinander auf den Teig legen.
- Backrohr vorheizen auf 180°C oder mit Umluft auf 160°C
- Für den Streusel die Butter würfeln, in einer Rührschüssel alle anderen Zutaten (Zucker, Mehl, Back- und Zimtpulver, Mandeln) hineingeben und mit dem Knethaken des Handrührgerätes zu feinen Bröseln verarbeiten. Die Brösel anschließend mit kalten Händen rasch zu groben Teigstreuseln kneten. Nun den Streusel gleichmäßig über die Zwetschgen verteilen und den Kuchen im vorgeheizten Backofen auf der 2. Schiene von unten ca. 35 - 40 Minuten backen. Wer nicht gerne so viel Streusel mag, kann einfach die Mengen halbieren.
- Nach dem auskühlen nach Wunsch mit Zimtzucker bestreuen und mit frisch geschlagener Sahne servieren.

(Quelle: Das Rezept stammt von der Webpage daskochrezept.de)



Abbildung 5: Kartoffelsuppe mit Zwetschkuchen