

Sonntagskolumne Südostschweiz, 21. Mai 2006

Sparen macht satt!

Dieser Werbespruch vor einer Filiale der bekanntesten Fast-Food-Kette der Welt liess mir nicht das Wasser im Munde zusammenziehen, sondern meinen eiligen Schritt Richtung Bahnhof stoppen. Hatte ich richtig gelesen und verstanden? Nochmals liess ich mir den Satz: „Sparen macht satt“, veranschaulicht mit einem riesigen Doppel-Mac-Mac-Hamburger-Bild, im Mund zergehen und verlor damit endgültig den Appetit. Sparen macht satt – noch mehr sparen macht satter – ganz Sparen beim Essen am sattesten? Ist dies so zu verstehen, dass die zukünftigen „Food-Products“ endlich das ultimative „Functional Food“ sind, wobei uns die täglich eingeworfene Pille satt machen soll? Oder ist diese Werbung ganz einfach die Steigerung der „Geiz ist geil Mentalität“, wo billig und sparen zur Maxime unserer durchökonomisierten Welt geworden sind? Vielleicht zeigt „Sparen macht satt“ auch ganz drastisch auf, was mit unserem täglichen Essen und unseren Lebensmitteln geschehen ist. Sie haben jeglichen Wert verloren, sie müssen möglichst billig, möglichst schnell und möglichst verarbeitet unser Hungergefühl stopfen. „Fast-Food“ ist „in“ wie nie und zeigt Folgen wie nie. Einseitige und zu energiereiche Ernährung verbunden mit Bewegungsmangel wird in den Industriestaaten zum Problem; die WHO spricht gar von einer drohenden Epidemie. In der Schweiz sind 37% der erwachsenen Bevölkerung übergewichtig, das sind 2.2 Millionen Menschen. Bei den Kindern trifft es jedes vierte. Das ist alarmierend, denn die Gesundheitsfolgen sind gravierend für die einzelnen und für die ganze Gesellschaft. Doch in der Öffentlichkeit ist unser Essverhalten und die ganze Angebotspalette kaum ein Thema, obwohl es unser Grundbedürfnis ist. Wir müssen dringend wieder lernen, nicht einfach Nahrung zu konsumieren, sondern genussvoll und vielseitig zu Essen, um gut und gesund zu leben. Lebensmittel bedeuten „Mittel zum Leben“. Essen gehört daher in den Mittelpunkt unseres Lebens und ist weder schnell noch billig zu haben. Doch fast niemand nimmt sich mehr Zeit fürs Kochen. Hauswirtschaft wird als Schulfach eingespart. Ueber den Mittag lässt die Arbeit uns nur gerade fürs „Schnelle Essen“ Zeit! Wissen um die Zubereitung und Verarbeitung von frischen landwirtschaftlichen Grundnahrungsmitteln zu vielseitigen Menus geht verloren. Die Nahrungsmittelindustrie hat es uns abgenommen und offeriert uns eine immer reichere Paletten an Fertiggerichten und neuen künstlich hergestellten Design-Produkten für unseren unersättlichen Hunger nach Neuem und nach Mehr. Sollen die immer grösser werdenden Portionen vielleicht auch ein wenig die Leere in unserem Suchen nach dem Sinn des Lebens stopfen? Essen und kochen wir wieder mehr gemeinsam! „Zusammensitzen, Zusammen-essen“ ist ein urmenschliches Ritual, das uns auch geistige Nahrung liefert. Eröffnen wir Schulküchen, wo täglich frische Bio-Produkte zusammen mit Schülerinnen und Schülern zu gesunden, fantasievollen Menus zubereitet werden. Geben wir unseren Bauern den Auftrag, die frische Milch und die knackigen Aepfel gleich selbst auf dem Pausenplatz zu verkaufen. Und bezahlen wir unsern Bauern für ihre Produkte einen anständigen Preis, damit wir einheimische und ökologisch hochwertige Produkte für jede Saison noch lange vor Ort kaufen können. Und lernen wir wieder, dass Lebensmittel das wertvollste unseres Lebens sind, denn ohne sie, sind wir nicht! Ganz einfach. Essen ist Leben. Sparen am Leben macht nie und nimmer satt. Dieses Sparen macht uns alle krank.