

**Ernährung und Raum:
Regionale und ethnische Ernährungsweisen
in Deutschland**

23. Wissenschaftliche Jahrestagung der
Arbeitsgemeinschaft Ernährungsverhalten e.V. (AGEV)
11. - 12. Oktober 2001, Freising/Weihenstephan

Hrsg.:
Kurt Gedrich und Ulrich Oltersdorf

Bundesforschungsanstalt für Ernährung:
Karlsruhe, 2002

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Ernährung und Raum – Eine Beziehung mit vielen Facetten <i>Gedrich K. und Oltersdorf U.</i>	3
--	---

I. Einführung

Globalisierung und Regionalisierung in der Ernährung – Fast Food versus Slow Food <i>Besch M.</i>	9
--	---

II. Ernährung und Raum – Historischer Rückblick

Von karger Selbstversorgung zur Vielfalt der Supermärkte – Ernährung und Wandel ländlicher Lebensverhältnisse von 1952 bis zur Gegenwart <i>Becker H.</i>	31
Deutsche Küche – eine Fiktion. Regionale Verzehrsgewohnheiten im 20. Jahrhundert <i>Spiekermann U.</i>	47

III. Verzehrsmuster und Raum – Nahrungslandschaften in Deutschland

Regionale Unterschiede hinsichtlich Lebensmittelaufnahme und Nährstoffversorgung in Deutschland <i>Linseisen J.</i>	75
Essen und Trinken im Familienalltag – eine qualitative Studie: Essen hessische Familien hessische Kost? <i>Brombach C.</i>	87
Ethnische Ernährungsweisen und ihre Veränderungen – Ernährungsgewohnheiten von italienischen, griechischen und türkischen Migrantinnen in Süddeutschland <i>Schmid B.</i>	101
Regional essen? Wert und Authentizität der Regionalität von Nahrungsmitteln <i>Ermann U.</i>	121

IV. Lebensmittel und Raum – Zwischen „local food“ und „global food“

Regionalprofile beim Nahrungsmittelkonsum <i>Michels P.</i>	141
Werden regionale Produkte vom Verbraucher bevorzugt? Ergebnisse einer Konsumentenbefragung in Berlin <i>Ulbricht G.</i>	157
Konsumpatriotismus in Ostdeutschland <i>Kutsch T. und Werner S.</i>	167
Kritik an Vorstellungen von der „früher bodenständigen Hausmannskost“ – Alte und junge Globalisierungstendenzen in der Nahrungslandschaft Franken <i>Heller H.</i>	187
Konzentrationsprozesse in der deutschen Ernährungswirtschaft – Ursachen, Verlauf, Auswirkungen <i>Klohn W.</i>	197
Regionale Marketing-Konzepte im Lebensmittelbereich – Bedeutung und Erfolgsfaktoren <i>Hausladen H.</i>	213

V. Lebensmittel, Verzehrsmuster und Umwelt – Die ökologische Dimension

Interdependenz von Ernährung und Mobilität <i>Zängler T. und Karg G.</i>	221
---	-----

VI. Ernährung und Raum – Ausblick

Mehr Transparenz bei der Nahrungsmittelproduktion mit Informationstechnik in der Landwirtschaft <i>Demmel M. und Auernhammer H.</i>	233
Analyse der Einkaufsmobilität privater Haushalte zur Potentialabschätzung der Shopping Box <i>Römmelt S. und Karg G.</i>	251

Autorenverzeichnis	267
---------------------------------	-----

Essen und Trinken im Familienalltag – eine qualitative Studie: Essen hessische Familien hessische Kost?

Christine Brombach

1. Einleitung

Essen und Trinken beinhaltet mehr, als die bloße Versorgung des Körpers mit den lebensnotwendigen Nährstoffen. Essen und Trinken sind Alltagshandlungen, die sich mehrmals täglich wiederholen und als „soziales Totalphänomen“ (Durkheim) weitgehend den Alltag, das Leben, mitbestimmen (vgl. auch Oltersdorf 2001). Welche Bedeutung hat Essen und Trinken für Familien mit zwei berufstätigen Eltern heute? Gibt es „regionale Kostformen“ und kann über die verzehrte Kost etwas über die gesellschaftlichen Bezüge und zwischenmenschlichen Beziehungen (Weber-Kellermann 1958, vgl. auch Teuteberg 1986³¹) ausgesagt werden? Ist regionale Kost Ausdruck einer „regionalen Wiederkehr“ (Lindner 1994), eine Form der kulturellen Identität, die durch Rückbesinnung auf Eigenes, Erfahrenes und Traditionelles Schutz vor Alltagsüberforderungen bietet (vgl. Kleinspehn 1987; Pudiel, Westenhöfer 1991)? Was ist, um die Titelfrage aufzugreifen, „hessische Kost“? Ist es ein Konstrukt gar oder verwirklichen sich darin Heimatideale, Vorstellungen, die im (Ess)Alltag heutiger Familien (scheinbar) obsolet geworden sind?

Hessen hat im Verlauf seiner Geschichte immer wieder politisch bedingte Landgrenzenverschiebungen erlebt und hat dadurch heute Regionen mit unterschiedlichsten klimatischen und landschaftlichen Gegebenheiten. Es gibt „die“ hessische Küche genauso wenig wie „die“ deutsche Küche³². Die Geschichte Hessens zeichnet sich durch mannigfache territoriale und politische Zersplitterungen, Übernahmen, Neuaufteilungen aus, so dass heute die vielfältigsten Einflüsse anderer regionaler Küchen nachgezeichnet werden können, wie z.B. der thüringischen, fränkischen und pfälzischen Küchen. Um einen Eindruck der heterogenen hessischen Küche insgesamt zu erhalten, müssten weit mehr hessische Regionen einbezogen werden, als es in dieser Untersuchung der Fall ist, z.B. die Regionen Südhessen, Mittelhessen, Nordhessen, Rheinhessen, Schwalm-Eder-Kreis, Werraland, Westerwald, Waldecker Land, Waldhessen, Marburger Land und Uppland. Die hier dargestellte Studie umfasst den oberhessischen Raum um Gießen, das heutige Mittelhessen sowie daran angrenzend den Raum südlich von Friedberg bis Frankfurt, welcher stammeskundlich betrachtet eigentlich fränkisch ist. Volkskundlich gesehen war der oberhessische Raum schon immer chattisch,

³¹ So führt Teuteberg an, dass Ernährungsverhalten eine Handlung ist, die sich „nach dem vollzogenen Akt gleichsam autonom weiter entwickelt und noch am Leben erhält, wenn dieser längst beendet ist“ (Teuteberg 1986, 6)

³² vgl. Spiekermann: Deutsche Küche eine Fiktion. Regionale Verzehrsgewohnheiten im 20. Jahrhundert (S. 47)

d.h. Kernland der hessischen Volksstämme. Mittelhessen ist auch heute noch geprägt durch agrarische Strukturen mit vergleichsweise kleinen landwirtschaftlichen Betrieben, die eine durchschnittliche Größe von 40 bis 60 ha besitzen. Für Mittelhessen wie für Hessen als Bundesland insgesamt gilt, dass es ein Land zwischen Norddeutschland und Süddeutschland ist und zwar nicht nur im geographischen Sinne, sondern vor allem auch hinsichtlich der Alltagsbräuche und der jeweiligen Regionalküchen.

Nord- und Mittelhessen haben relativ lange ihre eigenen agrarischen Strukturen bewahrt, erst in den späten 60er und 70er Jahren sind die anderwärts schon viel früher einsetzenden Rückzugstendenzen von Volksbräuchen im Alltag beobachtbar, einhergehend mit der Modernisierung der Landwirtschaft.

Die Küche Mittelhessens ist eine bodenständige und bäuerlich geprägte Kost. Die Menschen waren arm, gegessen wurde, was selbst produziert werden konnte. Haupterwerbe bildete die Landwirtschaft welche die Grundnahrungsmittel Kartoffeln, Brot, Milch, Schweinefleisch oder Rindfleisch (vorwiegend als gekochtes Fleisch verzehrt) lieferte. Schmand und Schmandkuchen oder auch Schmierkuchen wurden (und werden heute teilweise wieder) in den Backhäusern gebacken, kräftiges, dunkles Roggenbrot und aus Brotteig hergestellte Kuchen bildeten neben den saisonalen Gemüsen wie Bohnen, Kohl, Lauch die Grundlage der Küche. Das Hauptgetränk war neben Wasser der Apfelwein, in Südhessen aber auch Wein.

2. Problemstellung

Ziel der vorliegenden Studie, die Teil einer europäischen Untersuchung zu „Everyday eating in Europe: a four-country qualitative study of urban households“ (EEE4C)³³ ist, war es, Essen und Trinken im familialen Alltagskontext zu untersuchen. Dabei standen die Alltagspraktiken, Strukturen, Muster, Bedeutungen bei der Mahlzeitvor- und Zubereitung von Familien ebenso im Blickpunkt wie das eigentliche Essgeschehen, die Mahlzeit.

Damit wird schon angedeutet, dass es hier nicht nur um die Beschreibung des Phänomens einer „hessischen Kost“ aus der Sichtweise der Befragten gehen soll, sondern auch um die Interpretation und Deutung der jeweils handelnden Menschen in ihrem „Ess-Alltagskontext“. Das Wissen über die Dynamik des Ernährungsverhaltens, welches sich sowohl durch Kontinuität und Tradition als auch Modifikationen auszeichnet, bildete die theoretische Voraussetzung der Untersuchung.

³³ Der deutsche Teil der Studie wurde durch die DFG gefördert und stand unter wissenschaftlicher Leitung von Prof. Dr. A. A. Bodenstedt. Die Zusammenarbeit erfolgte mit Lotte Holm (DK), Sören Jansson (S) und Anne Murcott (GB).

Um es vorwegzunehmen: hier werden keine historischen Untersuchungen dargelegt, es werden auch keine ernährungsphysiologischen Auswertungen der verzehrten Mahlzeiten vorgenommen und überdies soll auch nicht abschließend geklärt werden, was „hessische Kost“ ist, oder welcher Art der Überschneidungen zu anderen Regionalküchen vorliegen oder welche historischen Veränderungen die hessische Kost im Laufe der Zeit erfahren hat. In diesem Beitrag geht es vielmehr um die Beantwortung folgender Fragen:

- **Kennen** Befragte aus dem Gießener-Frankfurter Raum hessische Kost?
- Wie beschreiben sie diese?
- Ist diese Kost Bestandteil ihrer derzeitigen Ernährungsweise?
- **Können** die Befragten diese Kost im Alltag zubereiten?
- Wird diese Kost von allen Familienmitgliedern gleichermaßen verzehrt und akzeptiert?
- Gibt es Modifikationen dieser Kostform im Vergleich zu früher, was sind mögliche Gründe?

3. Methoden

In dieser Studie wurden 4 Paralleluntersuchungen von Familien (zwei berufstätige Eltern, mindestens 1 Kind zwischen 13 und 16 Jahren) in Kopenhagen, Frankfurt/Gießen, London und Stockholm zusammengeführt. Anhand eines aide-memoires wurden qualitative Interviews mit derjenigen Person durchgeführt, die hauptsächlich für die Nahrungsvor- und zubereitung zuständig ist. Der Erhebungszeitraum in Deutschland war Oktober 1998 bis März 2000.

Die Erforschung des Ernährungsalltags, der alltäglichen Speisen, Mahlzeiten, dem Essen vor- und nachgelagerten Tätigkeiten setzten ein tiefes Eindringen in den Alltag der zu Untersuchenden voraus. Erst dann kann der Essalltag, der so sehr mit dem Privatleben der Familie verbunden ist, eingehend untersucht werden. Grundlegendes Prinzip derartiger Untersuchungen ist eine prinzipielle Offenheit und Kommunikativität zwischen den Befragten und der Befragerin um zu einem lebensnahen, der jeweiligen sozialen Wirklichkeit entsprechenden Bedeutungs- und Sinnzusammenhang des Essalltags zu gelangen (Lamnek 1995; Strauss, Corbin 1996).

Alle Interviews wurden mit der Sequenz eröffnet: „Wie verlief ihr gestriger Tag nach dem Aufstehen?“ Der freie Erzählfluss des Interviewpartners wurde möglichst lange beibehalten und erst nach Abschluss der Erzählphase, die den Tag vor dem Interview beschrieb, vertiefend anhand des aide-memoires nachgefragt. Vier Themenkomplexe bildeten den Rahmen des aide-memoires:

- Gesundheit und Nahrung
- Ökonomie und Nahrung
- Stellenwert und Bedeutung von Familienmahlzeit
- Nahrung und Symbolik.

Im Anschluss an die Interviews wurden ausführliche Erzählprotokolle angelegt, die sowohl den Ort des Interviews als auch die Gesprächsatmosphäre, Dauer, Vor- und Nachgespräche beschrieben, um so ein möglichst umfassendes Bild des Alltagskontextes der Befragten zu erhalten. Bis auf drei Interviews wurden alle Gespräche in den Wohnungen der Befragten durchgeführt. Alle Interviews wurden in vollem Wortlaut transkribiert und anhand hermeneutischer Verfahren ausgewertet.

4. Ergebnisse

Insgesamt wurden 40 Interviews ausgewertet. Alle Befragten waren Frauen, da sie sich trotz ihrer eigenen Berufstätigkeit als Zuständige für die Versorgung ihrer Familien sehen. Die Frauen hatten zwischen 1 und 4 Kindern, überwiegend waren die Frauen halbtags beschäftigt. Insgesamt sind 19 Familien „hessisch“, d.h. beide Elternteile sind in Hessen aufgewachsen, 5 Familien sind „nicht hessisch“, d.h. beide Elternteile stammen aus anderen Bundesländern und 16 Familien haben einen hessischen Elternteil. Die Befragten können überwiegend als Mittelschichtangehörige charakterisiert werden.

4.1 Kennen die Befragten hessische Kost?

Die Frage nach dem „Kennen von hessischer Kost“ könnte auch weiter gefasst lauten: Welche Vorstellungen und Meinungen haben die Befragten von einer hessischen Kost? Bei dieser Frage stehen die hinter einer Handlung vermuteten Deutungen und mögliche Gründe für Annahme oder Ablehnung einer Kost im Vordergrund.

Drei handlungsleitende Konstrukte können bei den Befragten beschrieben werden:

1. **Typisierungen** (Kost wird als Gegebenes gehalten, ohne Wertung),
2. **Idealisierungen** (positive Einstellung zu einer hessischen Kost),
3. **Stigmatisierungen**, Vorurteile (negative Einstellung zu einer hessischen Kost).

Typisierungen, Idealisierungen oder Stigmatisierungen sind Vorstellungen, Deutungsmuster, die es den Handelnden ermöglichen, differenzierende Strategien für ihren Essalltag zu entwickeln: Es sind Konstrukte, die darüber entscheiden, ob eine Kostform als solche im jeweiligen Essalltag praktiziert, abgelehnt oder modifiziert wird.

Die Typisierung der hessischen Kost soll folgendes Beispiel einer hessischen Familie veranschaulichen:

„Ich koche wie meine Mutter, Kartoffeln gab es bei uns immer zu essen, Fleisch gab’s weniger, ich hab sehr oft auch bei meiner Großmutter gegessen, sie hat auch sehr wenig Fleisch dann gemacht, da gab’s auch immer Gemüse und Kartoffeln.“ Und weiter führt diese Frau aus: *„Schmandkuchen, das ist so’n Brotteig mit Kartoffelquarkmasse und das wird dann im Ofen gebacken...als ich noch ich Gemeindeschwester war (bis ca. Anfang 80er) wurde das auch noch im Backhaus gemacht. Wenn die Frauen Brot gebacken haben und dann wurde dann auch noch so’n Schmandkuchen reingeschoben und anschließend gab’s noch Streuselkuchen oder Apfelkuchen...“*

Typisierende Konstrukte nehmen etwas als „normal“ und „für gegeben“, ohne Wertung, sie wirken daher als umsetzbare und annehmbare Handlungsanleitungen, da sie nicht außerhalb einer Wertungsskala liegen.

Als **Idealisierung** wird hier eine überwiegend positive Einstellung verstanden, die emotional verankert ist und bei bestimmten Anlässen eine Rolle spielt, etwa an Weihnachten oder Familienfesten. Hessische Kost wird dabei mit einer „guten alten Zeit“ mit „Familie“, mit „Intimität, Nähe, Vertrautheit“ in Verbindung gebracht.

So führte eine Frau aus: *„An den Weihnachtstagen macht meine Mutter immer Sauerkrautauflauf mit Kartoffeln, das gibt es dann immer bei meiner Mutter, schon seit jeher, so mit Dörrfleisch. Und da kommt die ganze Familie zusammen“.*

Stigmatisierungen betreffen sowohl einzelne Komponenten einer hessischen Kost, wenn bestimmte Gerichte abgelehnt werden: *„es ist zu fettig“*, oder: *„die Soßen enthalten zuviel“*.

Mehlpampe, das mach ich nicht“ oder betreffen die hessische Kost insgesamt, wie es eine Familie aus Niedersachsen kommentierte:

„also ich finde, die Hessen kochen sehr lasch. So das hat nich genug Geschmack,...so richtig hessisch, also da würd ich einiges nicht essen...z.B. Handkäs mit Musik, so Wirsing mit so Wurst...“

Sowohl die Typisierungen, Idealisierungen und Stigmatisierungen lassen erkennen, dass die hessische Kost für die Befragten eine Kost ist, die hauptsächlich aus Gemüse und überwiegend auf Kartoffelbasis beruht. Die Kenntnis hessischer Gerichte von Nicht-Hessen war eher begrenzt auf Gerichte, die auch über die politischen hessischen Landesgrenzen hinaus bekannt sind wie Grüne Soße, Handkäse mit Musik und Rippchen mit Kraut. Hessische Familien oder Familien mit einem hessischen Elternteil berichteten über lokale Gerichte wie Specksoße, Dippekuchen, Schmierkuchen, Hoink oder Schlachtessen, die sie teilweise zu bestimmten Anlässen essen, etwa bei Familienfeiern, die den Rahmen für derartige Gerichte bieten.

4.2 Können die Befragten hessisch kochen?

Können setzt Kennen und praktische Kocherfahrung sowie Umsetzbarkeit, die Praktikabilität im Alltag voraus.

Befragt danach, wo sie Kochen erlernt haben gaben die meisten Frauen an, dies bei ihrer Mutter gelernt zu haben, viele kochen in den Grundzügen so, wie ihre Mütter. Einige Frauen empfinden sogar ihre Kochweise als dann besonders gelungen, *„wenn es so schmeckt wie bei meiner Mutter“*.

Die divergierenden Anforderungen an die Frauen, die zum einen in ihrer Berufstätigkeit begründet ist und zum anderen die Versorgungsleistungen für die Familie umfasst, bilden die Rahmenbedingungen für die Nahrungszubereitung und Versorgung der Familie. Konfligierende Ansprüche lassen sich quer bei allen Befragten in folgenden Bereichen erkennen:

- Zeit (sowohl die Zubereitungszeit als auch der Zeitpunkt der Mahlzeiten)
- Geschmacksvorlieben der Familienmitglieder
- Autonomie der Kinder
- Gesundheit.

Diese genannte Reihung ist dabei von Bedeutung für die Befragten.

Anforderungen im Alltag: Zeit

„Zeit“ ist hier unmittelbar zu sehen, nicht nur im Sinne der Tages- oder Jahreszeit, sondern als Verfügungszeit für die Mahlzeitvorbereitungen und die Dauer der Mahlzeiten.

Eine warme Mahlzeit wird in allen befragten Familien täglich gekocht, aber immer unter einem erheblichen Zeitdruck. Kaum länger als 30 bis 45 Minuten stehen für die Vorbereitung zur Verfügung, es muss „schnell“ gehen. Verfügungszeit ist für die Befragten das wichtigste Kriterium bei der Vorbereitung der Mahlzeit. Dadurch ist ein Rahmen vorgegeben, dem sich alles andere unterordnen muss:

Die Kinder kommen hungrig aus der Schule und nach dem Selbstverständnis der Mütter sollen und müssen die Kinder eine frisch gekochte, warme Mahlzeit bekommen:

„...alles dauert nur ´ne halbe Stunde mittags, alles was ich koche,...weil die Kinder kommen ja beide um halb zwei mit mir nach Hause und dann ham die Hunger wie verrückt und dann essen wir wirklich um zwei. Also Blumenkohl kochen oder Kartoffeln schälen, ist alles nicht drin, oder ich mach es morgens und stell die Kartoffeln mit Salz eben auf den Herd, das ich dann, wenn ich reinkomme, ... sofort den Herd anknipse, ... aber ich mach im Grunde nur schnelle Gerichte...“

Hessische Gerichte bedürfen in der Regel einer wesentlich längeren Zubereitungszeit. Kartoffeln müssen beispielsweise geschält und gehobelt, Gemüse gewaschen und geputzt werden, bevor der eigentliche Kochvorgang einsetzen kann. So dauert die Zubereitung von Dampfkraut oder Sauren Kartoffeln (aus rohen Kartoffeln) mit Bindesteckewurst (geräucherte Bratwurst) über eine Stunde. Die Art der gekochten Gerichte beschränkt sich unter der Woche auf Speisen, die sich in der Verfügungszeit zubereiten lassen: Nudelgerichte, Kartoffeln als Pellkartoffeln mit (meist) tiefgefrorenem Gemüse, Aufläufe und Suppen, die am Abend vorher vorbereitet werden können oder Reispfannen mit Kurzgebratenem.

Anforderungen im Alltag: Geschmacksvorlieben der Familienmitglieder

Da zur Mittagsmahlzeit meist nur die Mütter und die Kinder anwesend sind, ist es für die Mütter ausschlaggebend, was die Kinder mögen, denn die Mühen der Mahlzeitvorbereitung sollen auch honoriert werden:

„was ich halt sehr belastend empfinde..ist, dass die Auswahl der Essen unheimlich eingeschränkt ist, ...weil jeder bei irgend 'ner Gelegenheit sagt, das ess ich nicht; und ja man versucht ja schon, das Essen relativ stressfrei zu halten und ...wenn man gekocht hat, dann sitzt jemand mit so 'ner Nase am Tisch, das bereitet nicht unbedingt Freude... Und dann versucht man, schon auch die Sachen zu kochen, die halt auch gemocht werden...“

Anforderungen im Alltag: Autonomie der Kinder

Den Kindern werden eigene Geschmacksvorlieben und Mitbestimmungsrechte beim Zeitpunkt der Mahlzeiteinnahme zugestanden, es ist Teil der Erziehungsvorstellungen der Mütter, ihren adoleszenten Kindern zunehmende Autonomie zuzubilligen. So sollen die Kinder lernen, selbstverantwortlich für ihre Gesundheit zu sein, ihren Süßigkeitenkonsum selbst zu regulieren und darüber entscheiden zu können, was und wie viel, wann und mit wem sie essen möchten, ob innerhalb oder außerhalb der Familie. Die Interessen der Kinder sind nicht immer deckungsgleich mit denen der Müttern, Kompromisse müssen oft neu ausgehandelt werden, die für alle tragbar sind. Beispielsweise dann, wenn die Kinder vegetarisch leben wollen. Die meisten Mütter unterstützten ihre Kinder dabei, versuchen, praktikable Lösungen zu finden, die allen Familienmitgliedern gleichermaßen gerecht werden. Allerdings wird nur in dem für die Mütter als machbar empfundenen Rahmen gehandelt. In der Regel werden für vegetarische Kinder keine eigenen Gerichte extra gekocht. Die Autonomiebestrebungen der Kinder findet auch dort Grenzen oder werden von den Müttern unterlaufen, wo die Mütter Gefahren für ihre Kinder sehen: Beispielsweise wurde während der BSE-Krise auf Lieblingsgerichte mit Rindfleisch verzichtet oder bei als ungesund empfundenen Essenswünschen der Kinder eigene Vorstellungen umgesetzt:

„Eigentlich sollten die Kinder entscheiden, aber die wünschen sich immer das gleiche, Spaghetti, Lasagne, Pizza. Also, wenn ich frag, kommen immer diese drei, und es muss ja mal was Gesundes sein, und dann entscheide ich, ... dass es abwechslungsreich, es darf net immer nur Nudeln geben, es muss mal Kartoffeln, Reis, also ich könnt' ..., ich ess sehr gern Nudeln, aber net nur. Dann muss man gucken, ob Salat in letzter Zeit da war oder n` Nach-tisch mal wieder dran ist.“

Anforderungen an den Alltag: Gesundheit

Es ist selbstredend für die Mütter, dass sie alles für sie Mögliche tun, um ihre Familien gesund zu ernähren. Allerdings bleibt alltagspragmatisch Gesundheit im Alltag eher nachrangig, denn Zeit- und Geschmacksanforderungen sowie die Autonomiebestrebungen der Kinder sind vorrangige Kriterien der Mütter für das Kochen der Mahlzeiten. Gesundheit tritt dann in den Vordergrund, wenn ein Familienmitglied krankheitsbedingt die Ernährungsweise umstellen muss, aber auch dort wird versucht, die Erkrankung und das Essen „normal“ zu handhaben:

„Der mittlere Sohn leidet an Zöliakie...und ich sag mal so, im normalen Alltag sind wir so eingerichtet, also es gibt höchstens mal diese Situation, dass wir mittags Nudeln essen, dann hat er seine eigenen Nudeln..ich koche halt so,dass für alle das gleiche auf 'm Teller is, dass er da so ne Extrarolle spielt, das versuchen wir zu umgehen...es ist nichts besonderes mehr, es ist für keinen [der Familienmitglieder, C.B.] was spezielles, keiner schont ihn deshalb.“

Alle Befragten haben eine Vorstellung von „gesunder Ernährung“, die jedoch im Alltag nicht immer umgesetzt wird oder umgesetzt werden kann. Die genannten Vorstellungen sind bei allen Befragten weitgehend deckungsgleich: Ernährung sollte fettarm, reich an Gemüse und Obst und fleischarm sein. Für viele der befragten Mütter ist die Inkongruenz ihres Wissens von einer gesunde Ernährung und ihrer Kochpraxis unbefriedigend, bedeutet sogar Stress und häufig schlechtes Gewissen. An Wochenenden wird nachzuholen versucht, was im Alltag kaum möglich ist: es wird Salat und frisches Gemüse zubereitet, um damit ausgleichend zu wirken.

„Wir sind keine Vegetarier, wir sind auch nicht so absolut auf dieser Vollwerternährungswelle, wir mischen das, ne gesunde Mischvergiftung muss es sein...am Wochenende gibt es viel Gemüse“

Oder auch: *„unter der Woche gibt's kaum Salat, dazu ist die Zeit zu knapp, aber wenigsten TK-Gemüse, am Wochenende gibt es schon mal eher Salat“*

4.3 Unterschiede zur eigenen Kindheit

Obgleich fast alle Befragten angaben, Kochen bei der Mutter gelernt zu haben, und einige nach ihrer Einschätzung häufig so kochen, wie die eigenen Mütter, sehen die Befragten Unterschiede in ihrer heutigen Kochweise im Vergleich zu früher.

Begründungen für diese Unterschiede lassen sich nach Deutung der Befragten zwei Ebenen zuordnen:

- der eigenen Erfahrungsebene
- außerfamiliären Rahmenbedingungen.

Die eigene Erfahrungsebene

Viele der befragten Frauen haben als Kinder eine Esserziehung erfahren, die sie als strenger empfinden, als sie es heute selbst mit ihren Kindern handhaben. Ihnen wurde nicht die Autonomie zugestanden, Zeit, Art und Menge der Speisen zu bestimmen. Vielfach gab es sogar Speisen, die in der Kindheit abgelehnt wurden und auch heute nicht gekocht werden:

„Essen wurde bei mir zu Hause strenger gehandhabt, also ich musst bestimmt Dinge essen, also was auf den Tisch kam...also dann bin ich jahrelang nicht mehr drangegangen...grad so Gemüsesachen, Wirsinggemüse, Schwarzwurzel oder so Sachen... diese Braten, diese Sonntagsbraten mit dieser so 'ner brauen Soße...“

Handlungsleitend sind auch stigmatisierende Konstrukte, die eine Kostform der Kindheit als „fett“, „schwer“, „bürgerlich“ einstufen:

„Äh, ich würde sagen, zu meiner Mutter sehe ich ganz gravierende Unterschiede. Und zwar hat meine Mutter, die hat noch so 'ne richtige bäuerliche Kochweise, viel Fett möglichst...und Gemüse immer gekocht. Während ich auf Fett stark verzichte und Gemüse auch sehr oft roh habe....“

Außerfamiliäre Rahmenbedingungen

Als Gründe für die Unterschiede werden neben sozialen auch wirtschaftliche Veränderungen genannt. Die meisten der befragten Frauen hatten Mütter, die Hausfrauen waren, diese konnten (und mussten) mehr Zeit für die Nahrungszubereitung aufbringen, ebenso hat sich

das Marktangebot (Tiefkühlkost, Mikrowelle) in den letzten 30 Jahren verändert. Die Befragten waren sich aber auch darin einig, dass ihre Eltern anderen finanziellen Bedingungen und Erziehungen unterlagen als sie selbst:

„und dann kommt noch hinzu, meine Eltern die haben auch noch diese Hungersnot nach dem Krieg und während dem Krieg mitgemacht, und die können auf gar keinen Fall irgendwelche Lebensmittel wegwerfen, da wird aber auch wirklich das letzte Restchen aufgehoben und wieder angewärmt und irgendwann gegessen. Während ich schon mal sage, ach das Restchen hier aufzuheben, das lohnt sich nicht, weg damit“

4.4 Modifikationen einer hessischen Kost?

Kochen die befragten hessischen Familien heute (mittel)hessische Kost und, falls ja, gibt es Modifikationen zu früher, wie sie es im Elternhaus als Kinder erlebt haben?

Die meisten hessischen Gerichte sind in der Zubereitung zeitintensiv, lassen sich daher unter heutigen Bedingungen unter der Woche kaum umsetzen. Wie den Interviews zu entnehmen ist, sind deshalb aber die hessische Gerichte nicht obsolet, sie werden aber den jeweiligen Erfordernissen angepasst:

- Ohne „rituellen Lasten“ oder: ohne die Aufladung mit stigmatisierenden Werten:

„Also wir kochen sicherlich auch hessisch, aber nicht so diese Riten, dass man Sonntag einen Braten, wir kochen natürlich nicht international oder so häufig jedenfalls nicht, aber so diese Riten, die dazu gehören, samstags gibt's Linseneintopf, also irgendwelche Eintöpfe samstags oder Suppen, das mein ich mit typisch... also viel Fleisch“ .

- Modifikationen erfolgen durch zeitsparende Zubereitungstechniken, etwa Dampftopf oder Mikrowelle. Was längere Zubereitung erfordert, wird auf Wochenenden und Feiertagen verlegt, dann werden bestimmte Gerichte zubereitet oder Kuchen gebacken, die bei allen Familienmitgliedern besonders geschätzt werden:

„...Rollbraten am Wochenende“, „Kartoffelsalat mit Dörrfleisch zu Geburtstagen“ oder auch „Schlachtessen bei besonderen Gelegenheiten“.

- Modifikationen erfolgen durch „fettarme Versionen“, ohne „Fett- oder Mehlsauce“: *„ ich würde nie mehr so kochen, wie meine Mutter gekocht hat, mit Schweineschmalz...ich achte sehr auf Fett, ansonsten koch ich wie meine Mutter,...aber samstags gibt's, das ist obligatorisch bei uns, immer Pfannkuchen...“*

- Modifikationen und Anpassungen gibt es auch bei Familien mit einem hessischen Elternteil, etwa dann, wenn ein Partner bestimmte hessische Gerichte sehr gerne isst, die beim Partner auf Abneigungen stoßen:

„Mein Mann isst leidenschaftlich gern Pellkartoffeln, Apfelmehl und Leberwurst [Mann aus Hessen, Frau aus Würzburg, C.B.]. Also da krieg ich, da krieg ich zuviel. Kriegt er, stell ich ihm hin, und wir essen halt dann noch was anderes dazu, nen Hering oder so oder einfach nur Butter und Leberwurst.“ Oder die Männer bereiten sich ihre Lieblingsgerichte selbst zu, wie in einer hessischen Familie, wo der Ehemann sein Lieblingsgericht, Rippchen, Sauerkraut und Kartoffeln an besonderen Gelegenheiten kocht, übrigens das einzige Gericht, das dieser Mann nach den Aussagen seiner Frau selbst kochen kann. Einige hessische Männer schließlich essen ihre (hessischen) Lieblingsgerichte, die die Ehefrau nicht zubereiten will oder kann, bei ihren Müttern.

5. Schlussfolgerungen und Ausblick

Essen hessische Familien hessische Kost? Hessische Kost ist Bestandteil der Alltagskost der befragten hessischen Familien und Familien mit einem hessischen Elternteil.

Mitnichten verschwindet hessische Kost aus dem Alltag, sie wird aber modifiziert und den Alltagsanforderungen angepasst. Hessische Kost wird dort tradiert, wenn Gerichte:

- schnell zuzubereiten sind,
- gut schmecken
- den Vorlieben der Familienmitgliedern entsprechen
- und überdies auch als gesund eingeschätzt werden.

Und wie sehen es die Kinder der Befragten? Welche Einstellungen haben sie, und welche Bedeutung messen sie einer hessischen Kost bei? Gibt es Unterschiede zwischen Enkel und Großeltern? Wie verläuft dort die Weitergabe von Traditionen, Ernährungsverhalten? Was sind mögliche Gründe für Tradierungen bzw. Hinderungsgründe? Das sind zwar noch offene Fragen, aber derzeit werden in Fortführung der Untersuchung die Eltern (F-1 Generation) und die Kinder (F-3 Generation) der Befragten interviewt und daraus Einblicke in die Modifi-

kations- und Kontinuitätsprozesse des Ernährungsverhaltens und der Tradierung der hessischen Kost im Spiegel der Generationen erhofft.

Die bislang befragten Kinder kennen hessische Gerichte, mögen dies zum Teil auch. Inwieweit die Kinder diese Kostform selbst praktizieren werden, bleibt abzuwarten, denn das „Bindeglied“, der Promotor einer „hessischen Kost“, sind diejenigen, die die Nahrung für die Familien zubereiten: die Mütter und Großmütter. Ihrem Engagement ist es zu verdanken, dass hessische Kost Bestandteil der Alltagskost von hessischen Familien ist.

6. Literatur

Herrig G (1974): Ländliche Nahrung im Strukturwandel des 20. Jahrhunderts. Meisenheim/Glan : Anton Hain

Kleinspehn T (1987): Warum sind wir so unersättlich? Frankfurt : Suhrkamp

Lamnek S (1995): Qualitative Sozialforschung. Band 1, Methodologie. 3. korr. Aufl. Weinheim : PsychologieVerlagsUnion

Lindner R (1994): Die Wiederkehr des Regionalen. Über neue Formen kultureller Identität. Frankfurt, New York : Campus

Oltersdorf U, Becker S, Ecke J (2001): Die Karlsruher Ernährungspyramide. Stellenwert der Ernährung für Gesellschaft und Forschung. In: Zeitschrift für Ernährungsökologie 2 (2), 101-103

Pudel V, Westenhöfer J (1991): Ernährungspsychologie. Eine Einführung. Göttingen, Toronto, Zürich: Hogrefe

Strauss A, Corbin J (1996): Grounded Theory: Grundlagen qualitativer Sozialforschung. Weinheim : PsychologieVerlagsUnion

Teuteberg H J, Wiegmann G (1986): Unsere tägliche Kost. Geschichte und regionale Prägung. Münster : Coppenrath

Weber-Kellermann I (1958): Fragebogen zu einer Volkskunde des Nahrungswesens. In: Deutsches Jahrbuch für Volkskunde. Bd. IV, 191-197