

**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
---------------------------------	-----

Ethnische Ernährungsweisen und ihre Veränderung – Ernährungsgewohnheiten von italienischen, griechischen und türkischen Migrantinnen in Süddeutschland

Brigitte Schmid

1. Einleitung

In Deutschland leben zur Zeit 7,3 Millionen Ausländer, die einem Anteil von 9% an der Gesamtbevölkerung entsprechen. Die meisten der Migrantinnen und Migranten stammen aus der Türkei (29%), aus dem ehemaligen Jugoslawien (15%), aus Italien (8%), Griechenland (5%) und Polen (4%) (Statistisches Bundesamt 2002).

Ein großer Teil von ihnen wurde als ausländische Arbeitskräfte angeworben (1955 – 1973) oder kam im Rahmen des Familiennachzuges nach Deutschland. So lebt die Hälfte der Migrantinnen und Migranten seit mehr als 10 Jahren in Deutschland, 30% sogar bereits seit mehr als 20 Jahren. Neben den langen Aufenthaltszeiten zeigt auch der Anteil der in Deutschland geborenen Kinder und Jugendlichen, dass die Migrantinnen und Migranten ein fester Bestandteil der deutschen Bevölkerung sind. 57,7% der ausländischen Bevölkerung im Alter zwischen 6 und 18 Jahren leben seit ihrer Geburt in Deutschland und wachsen hier auf, in der Altersgruppe bis 6 Jahre sind es sogar 88,8% (Beauftragte der Bundesregierung für Ausländerfragen 2002).

Trotzdem ist über die Ernährungsgewohnheiten der verschiedenen ethnischen Gruppen in Deutschland wenig bekannt. Auch weiß man wenig über die gegenseitige Beeinflussung der Ernährungsweisen. In erster Linie sind zwei Entwicklungen denkbar: Im Zuge der Aneignung von Verhaltensmustern der Aufnahmegesellschaft übernehmen die Migrantinnen und Migranten Ernährungsgewohnheiten der einheimischen Bevölkerung und umgekehrt übernehmen die Deutschen Ernährungsgewohnheiten der ethnischen Gruppen.

Die Frage nach den Ernährungsgewohnheiten der ethnischen Gruppen in Deutschland ist vorrangig aus zwei Gründen von Bedeutung: zum einen basieren die ethnischen Ernährungsgewohnheiten oft auf traditionellen Küchen, die aus Sicht der Ernährungswissenschaft am ehesten einer gesunden, empfehlenswerten Ernährungsweise entsprechen. In diesem Zusammenhang wird häufig die mediterrane Küche als beispielhafte Ernährungsweise angesehen, an der sich die Ernährungsgewohnheiten der deutschen Bevölkerung orientieren sollten (Trautwein, Henninger, Erbersdobler 1998). Zum anderen sind Informationen über die Ernährungsgewohnheiten der unterschiedlichen ethnischen Gruppen wichtig für die prakti-

sche Ernährungs- und Gesundheitsberatung, die selbstverständlich auch von Migrantinnen und Migranten in Anspruch genommen wird. In diesen Institutionen entwickelt sich zunehmend ein Bewusstsein für interkulturelle Angebote (siehe u.a. Beauftragte der Bundesregierung für Ausländerfragen 2000). Ein ganz wichtiger Aspekt ist auch die gemeinsame Identifikation über die Esskultur.

Zwischen Juni 2000 und März 2001 wurden jeweils 100 griechische, italienische und türkische Migrantinnen in München und im Münchner Umland zu ihren Ernährungsgewohnheiten mit dem Ziel befragt, die Ernährungsgewohnheiten dieser drei ethnischen Gruppen darzustellen und migrationsbedingte Veränderungen in der Ernährungsweise zu untersuchen. Das Problem der Veränderung ethnisch bedingter Ernährungsweisen wird im Kontext der sozialen und kulturellen Integration der ethnischen Gruppen in die deutsche Gesellschaft untersucht, weil die Ernährungsgewohnheiten der Menschen durch die Sozialisation und Inkulturation geprägt werden bzw. im Fall der ethnischen Gruppen im Zusammenhang mit der kulturellen Assimilation an die Bevölkerungsmehrheit zu untersuchen ist³⁴.

2. Methodik

Migrantinnen und Migranten sind eine heterogene Gruppe. Um annähernd homogene Ausgangsbedingungen zu haben und den Einfluss der regional unterschiedlichen Küchen in den Ursprungsländern so gering wie möglich zu halten, wurden Migrantinnen aus abgegrenzten Herkunftsgebieten ausgewählt: Italienerinnen aus Süditalien, Türkinnen aus der Westtürkei und Griechinnen aus Epirus und Thessalien. In diesen Gegenden ist die Küche eher mediterran geprägt. Neben der Herkunftsküche war für die Auswahl der Probandinnen die Zugehörigkeit zu drei unterschiedlichen Kulturkreisen bzw. Religionen ausschlaggebend. Während die Italienerinnen zum westlichen Kulturkreis („Abendland“) gehören, sind die Griechinnen und die Türkinnen Angehörige des griechisch-orthodoxen bzw. islamischen Kulturkreises. Schwerpunktmäßig wurden Frauen aus Mehrpersonenhaushalten befragt, um geschlechtsspezifische und haushaltsstrukturelle Einflüsse, die zu geringen Fallzahlen führen würden, auszuschließen. Frauen aus gemischt-nationalen Partnerschaften wurden nicht in die Untersuchung aufgenommen.

Aus methodischer Sicht sind Untersuchungen im fremdkulturellen Kontext eine besondere Herausforderung (Cassidy 1994). Um trotzdem eine möglichst hohe Teilnahmerate und aussagekräftige Daten zu gewinnen, wurden die Untersuchungsinstrumente und die Feldarbeit

³⁴ Besch untersuchte die Frage nach der Veränderung der Ernährungsweisen infolge regionaler und sozialer Mobilität und interkultureller Assimilation am Beispiel ethnischer Minoritäten in den USA. (1993)

auf die jeweilige Bevölkerungsgruppe abgestimmt. Im Vergleich zu anderen Ländern ist in Deutschland sehr wenig Erfahrung in der Vorbereitung und Durchführung von Ernährungserhebungen bei multi-ethnischen Gruppen vorhanden. Aus diesem Grund war es erforderlich, ein eigenes Erhebungsinstrument zu entwickeln und zu testen. Zum Einsatz kamen ein Food-Frequency-Fragebogen und ein 24-Stunden-Recall.

Zur Vorbereitung der Untersuchung wurden Informationen über die traditionellen Küchen Italiens, Griechenlands und der Türkei sowie über die zu erwartenden Ernährungsgewohnheiten der Migrantinnen in Deutschland recherchiert. Dazu wurden Expertengespräche in den Ursprungsländern und Focusgruppen mit Migrantinnen durchgeführt. Auf dieser Grundlage wurde der Food-Frequency-Fragebogen entwickelt und in die einzelnen Landessprachen übersetzt.

Die Datenerhebung führten studentische Interviewerinnen und Interviewer aus den jeweiligen ethnischen Gruppen durch. So konnten sprachliche Schwierigkeiten und kulturelle Barrieren, die häufig die Ursache für die Nicht-Teilnahme von Migranten an Untersuchungen sind, weitestgehend ausgeschlossen werden.

3. Ernährungsweise in den Ursprungsländern der Migrantinnen

Für die Analyse von Veränderungen müssen Kenntnisse der Ausgangssituation vorhanden sein. Im Folgenden wird die Art der Ernährung in den Ursprungsländern der Migrantinnen charakterisiert.

3.1 Die türkische Küche (vgl. u.a. Koctürk-Runefors 1990 und Bolstorff-Bühler 1983)

Im Westen der Türkei basiert die Küche auf Gemüse und ähnelt der mediterranen Ernährung, weiter östlich, in Zentral- und Ostanatolien, basiert die Landwirtschaft mehr auf Getreideanbau und Viehhaltung, so dass die Küche dort reicher an Getreideprodukten und tierischen Fetten ist. Neben Gemüse sind Getreideprodukte aus Weizen, v.a. Brot, zentrale Grundnahrungsmittel. Daneben gibt es eine Vielzahl von Speisen aus Getreide, wie z.B. Börek. Reis, Nudeln und Bulgur werden ebenfalls häufig konsumiert. Kalte Gemüsegerichte werden mit Pflanzenöl (meist Olivenöl) zubereitet und enthalten kein Fleisch, warme Gemüsegerichte werden mit Butter und Fleisch gekocht. Beliebt sind auch gefüllte Gemüse (z.B. Paprika, Auberginen, Weinblätter, Weißkohl, Tomaten) mit Reis und/oder Hackfleisch. Rohes Gemüse, Salat oder TurŪ (sauer eingelegte Gemüse) sind Bestandteil der meisten Mahlzei-

ten. Suppen sind beliebt. Fleisch wird äußerst sparsam verwendet. Abgesehen von Festtagen wird das Fleisch gewöhnlich in kleinen Stücken gegessen (z.B. als Hackfleisch). Bedeutende Fleischarten sind Schaffleisch, Geflügel und Kalb-/Rindfleisch. Gläubige Muslime essen kein Blut und Schweinefleisch und trinken keinen Alkohol. Frische Milch wird überwiegend nur zum Kochen verwendet; Milchprodukte werden hauptsächlich als Käse oder Joghurt gegessen. Wichtigstes Küchenfett im Westen der Türkei sind pflanzliche Öle, wobei Olivenöl hauptsächlich für die Zubereitung von Gemüse verwendet wird, ansonsten werden die Speisen auch häufig mit anderen Pflanzenölen gekocht. Obst wird häufig als Dessert gegessen, Nüsse spielen als Knabberwaren oder für die Zubereitung von Süßspeisen eine wichtige Rollen. Der Geschmack der Speisen entsteht durch Zutaten und Gewürze, wie Zwiebeln, Tomaten/Tomatenmark, Petersilie, Minze und Knoblauch. Das populärste Getränk ist der schwarze Tee.

3.2 Die griechische Küche (vgl. u.a. Matalas 2001)

Getreideprodukte und Gemüse sind die zentralen Lebensmittelkategorien in der griechischen Küche. Brot ist das Hauptlebensmittel und begleitet jede Mahlzeit, daneben sind Kartoffeln, Reis und Nudeln wichtige Stärketräger. Typisch sind auch „Pita“, Gerichte aus einem Wasser-Mehl-Teig, der dünn ausgerollt und mit Spinat, Käse, Kräutern oder Fleisch gefüllt wird. Hülsenfrüchte sind ein wichtiger Bestandteil in der griechischen Ernährung, v.a. in ländlichen Gegenden. Häufig werden auch Gemüse und Obst gegessen. Eine wichtige Nahrungsquelle stellen auch heute noch wilde Kräuter dar, die von den Familien in ländlichen Gegenden gesammelt und als Salat oder als Füllung für Pita verwendet werden. Viele Griechen sind laktoseintolerant, deshalb sind die wichtigsten Milchprodukte Käse und Joghurt. Für Fleischgerichte wird überwiegend Schaffleisch, Schweinefleisch oder Geflügel verwendet; Rindfleisch ist eher selten, da in vielen Regionen die Voraussetzungen für eine intensive Viehhaltung nicht gegeben sind. Häufig werden Fisch und Meeresfrüchte gegessen. Wein ist unter den Erwachsenen das populärste Getränk, Olivenöl ist der wichtigste Fettlieferant. Geschmackslieferanten sind Zwiebeln, Tomaten/Tomatenmark, Olivenöl, Petersilie und Oregano. Die griechisch-orthodoxe Religion beinhaltet viele Speisevorschriften, darunter ist vor allem eine Vielzahl von Fastentagen zu erwähnen, an denen auf verschiedene Lebensmittel verzichtet wird, darunter häufig auf tierische Produkte. Streng gläubige Griechen fasten jeden Mittwoch und Freitag, sowie 40 Tage vor Weihnachten, 48 Tage vor Ostern und 15 Tage im August vor dem Fest ‚Maria Himmelfahrt‘.

3.3 Die italienische Küche (vgl. u.a. Ferro-Luzzi 1989)

Hinsichtlich der Ernährungsgewohnheiten ist Italien zweigeteilt: In Norditalien liegt das Zentrum der Milchwirtschaft und des Getreideanbaus, der Süden Italiens ist dagegen weitaus mehr durch die mediterrane Ernährung geprägt. Weizen ist die zentrale Getreideart Italiens, aus dem in erster Linie Teigwaren und Brot hergestellt werden. Reis und Mais verwenden vor allem die Norditaliener in ihrer Küche. Gemüse ist ein zentraler Bestandteil der italienischen Küche. Die Hauptanbaugebiete liegen im Süden Italiens. Das Wurstwarensortiment besteht zum größten Teil aus Schinken, Rohwurst wie z.B. Salami oder luftgetrockneten Spezialitäten (Bresaola, Coppa). Schweinefleisch und Rindfleisch sind die beliebtesten Fleischarten, im Süden Italiens wird auch Schafffleisch gegessen. Unter den Milchprodukten nimmt der Käse eine Vorrangstellung ein. Die Unterschiede zwischen der nord- und süditalienischen Küche werden vor allem in der Fett- und Ölverwendung deutlich. Im Norden wird mehr mit Butter gekocht, im Süden übernimmt das Olivenöl die Hauptrolle in der Küche. Der Geschmack der Gerichte beruht auf der Zugabe von Zwiebeln, Petersilie, Knoblauch, Basilikum, Salbei und Rosmarin. Kaffee und Wein sind weit verbreitete Getränke.

4. Merkmale der Stichprobe

Aus Übersicht 1 geht hervor, dass der überwiegende Teil der Befragten in den Ursprungsländern geboren wurde. Im Durchschnitt leben die befragten Frauen bereits seit ca. 20 Jahren in Deutschland. Vor allem in der griechischen Gruppe lässt sich aus der Aufenthaltsdauer schließen, dass ungefähr die Hälfte der befragten Frauen der sogenannten „ersten Gastarbeitergeneration“ angehört, die noch vor dem Anwerbe-Stopp im Jahre 1973 nach Deutschland kamen. In der italienischen Stichprobe ist der Anteil der Frauen der „ersten Gastarbeitergeneration“ mit 42% ähnlich hoch. Dagegen weisen die befragten türkischen Frauen mit durchschnittlich 17 Jahren vergleichsweise kürzere Aufenthaltszeiten in Deutschland auf. Dementsprechend liegt auch das Durchschnittsalter der türkischen Migrantinnen mit 35 Jahren unter dem der italienischen (40 Jahre) und der griechischen Frauen (42 Jahre).

Übersicht 1: Aufenthaltsdauer und Alter der befragten Migrantinnen (in %)

Merkmal	Ausprägung	Italienerinnen (n=100)	Griechinnen (n=100)	Türkinnen (n=100)
Aufenthaltsdauer in Deutschland	In Deutschland geboren	10	7	4
	Unter 11 Jahren	29	21	35
	11 bis 24 Jahre	19	23	34
	Über 24 Jahre	42	49	27
	Durchschnittliche Aufenthaltsdauer in Jahren	22	23	17
Alter	Unter 20 Jahren	0	0	5
	20 bis unter 30 Jahren	17	18	29
	30 bis unter 40 Jahren	35	26	34
	40 bis unter 50 Jahren	30	26	17
	50 bis unter 60 Jahren	9	23	13
	60 Jahre und älter	9	7	2
	Durchschnittliches Alter in Jahren	40	42	35

(Quelle: Eigene Erhebung, 2000/2001)

Zusätzlich zur Aufenthaltsdauer wurde die Eingliederung der Migrantinnen in die Bundesrepublik untersucht. Übersicht 2 zeigt die Ergebnisse zur kognitiven, strukturellen, sozialen und identifikativen Assimilation der Migrantinnen, die in Anlehnung an Treibel analysiert wurden (1999, 140f). Treibel sieht das Erlernen der Sprache des Aufnahmelandes als entscheidende Voraussetzung für die Eingliederung der Migrantinnen an (1999, 142). Die Selbsteinschätzung der mündlichen Sprachfertigkeit zeigt, dass die Griechinnen, gefolgt von den Italienerinnen und schließlich den Türkinnen ihre deutschen Sprachkenntnisse am besten beurteilen. Jeweils rund 40% der Italienerinnen und Griechinnen geben an, gut Deutsch zu sprechen. Unter den befragten Türkinnen ist es lediglich ein Viertel.

Zur Analyse der beruflichen Position der Migrantinnen wurden 5 Kategorien gebildet, die mit Ausnahme der Kategorie „Beamtin“ als gesellschaftliche Statusgruppen aufzufassen sind. Die Beamtinnen wurden nicht differenziert nach Dienstgrad erhoben, so dass eine Einordnung in eine der Statusgruppen nicht möglich ist. Sie werden separat ausgewiesen. Frauen,

die zum Zeitpunkt der Befragung nicht erwerbstätig waren, wurden nach der letzten beruflichen Position gefragt.

In der griechischen Gruppe verrichtet die Hälfte der Frauen Hilfstätigkeiten, in der türkischen Gruppe sind es 44% und in der italienischen 37%. Zusammen mit der nächsthöheren Statusgruppe, den gelernten Arbeiterinnen und den Angestellten mit einfacher Tätigkeit gehören jeweils zwei Drittel der Italienerinnen und Griechinnen und Dreiviertel der Türkinnen zu den beiden niedrigsten beruflichen Statusgruppen.

Die Intensität interethnischer Kontakte wurde über die Zusammensetzung des engsten Freundeskreises der Migrantinnen bestimmt. Überwiegend ist der engste Freundeskreis der befragten Frauen ethnisch homogen. Insgesamt zählen 79% der türkischen und 80% der griechischen Frauen mehr Landsleute als Deutsche zu den besten Freunden, in der italienischen Gruppe ist dieser Anteil mit 62% geringer. Am häufigsten geben die türkischen Frauen an, dass fast ausschließlich Landsleute zu ihren engsten Freundinnen und Freunden gehören.

Die letzte Stufe der Eingliederung in eine Gesellschaft setzt einen Identitätswandel voraus. Damit ist die „endgültige“ gefühlsmäßige Abkehr von der Herkunftsgesellschaft und auch von einer im Aufnahmeland entwickelten ethnischen Identität verbunden (Treibel 1999, 150). Das Wir-Gefühl bezieht sich dann nicht mehr auf die Herkunfts- oder Migrantengruppe, sondern auf die Aufnahmegesellschaft. Verschiedene soziologische Studien zeigen, dass die Mehrheit der Migrantinnen und Migranten diese „Endstufe“ weder in Deutschland noch in anderen westeuropäischen Ländern erreicht hat (Treibel 1999, 150f).

Analog zu diesen Forschungsergebnissen fühlt sich die überwiegende Mehrheit der befragten Migrantinnen als Italienerinnen, Griechinnen oder Türkinnen. Tendenziell – jedoch mit geringem Unterschied – haben sich mehr Italienerinnen und Türkinnen gefühlsmäßig von ihrer Herkunftsgesellschaft entfernt und beschreiben sich eher als Deutsch-Italienerinnen oder Deutsch-Türkinnen. Zu diesen „Bindestrich-Identitäten“ bekennen sich 12% der Türkinnen, 11% der Italienerinnen und 7% der Griechinnen.

Im Unterschied zu den klassischen Einwanderungsländern, wie etwa den USA, sehen sich viele der befragten Migrantinnen als Einwohner „auf Zeit“. Obwohl die meisten tatsächlich bleiben, besteht der Wunsch, „irgendwann“ in das Heimatland zurückzukehren. 51% der griechischen Frauen, 36% der Italienerinnen und ein Viertel der türkischen Frauen haben die Rückkehr in ihr Ursprungsland vor.

Übersicht 2: Eingliederung der befragten Migrantinnen (in %)

Merkmal	Ausprägung	Italienerinnen (n=100)	Griechinnen (n=100)	Türkinnen (n=100)
Deutsche Sprachkenntnisse	Spreche nicht gut Deutsch	18	8	48
	Spreche Deutsch, aber es ist einfacher, in der Landessprache zu sprechen	41	51	25
	Spreche gut Deutsch	40	41	27
	Keine Angabe	1	0	0
Berufliche Position	Ungelernte Arbeiterin ³⁵	37	49	44
	Facharbeiterin, Angestellte mit einfacher Tätigkeit ³⁶	29	17	34
	Meisterin, Angestellte mit qualifizierter Tätigkeit ³⁷	15	8	11
	Angestellte mit hoch-qualifizierter Tätigkeit, Selbständige ³⁸	6	13	7
	Beamtin	6	10	2
	Keine Angabe	7	3	2
Zusammensetzung des engsten Freundeskreises	Fast ausschließlich Deutsche	2	0	0
	Mehr Deutsche als Landsleute	7	5	0
	Gleich viele Landsleute und Deutsche	29	14	21
	Mehr Landsleute als Deutsche	47	25	7
	Fast ausschließlich Landsleute	15	55	72
	Keine Angabe	0	1	0
Ethnische Selbst-identifikation	Italienerin, Griechin, Türkin	80	88	82
	Deutsche	3	0	1
	Deutsch-Italienerin, -Griechin, -Türkin	11	7	12
	Anders / Weiß nicht	6	5	5

(Quelle: Eigene Erhebung, 2000/2001)

³⁵ Ungelernte, angelehrte Arbeiterin, mithelfende Familienangehörige ohne Berufsausbildung³⁶ Gelernte Arbeiterin, Facharbeiterin mit Lehre, Angestellte mit einfacher Tätigkeit³⁷ Vorarbeiterin, Meisterin, Angestellte mit qualifizierter Tätigkeit³⁸ Angestellte mit hochqualifizierter Tätigkeit, selbständige Akademikerin, sonstige Selbständige mit Mitarbeitern

5. Ergebnisse

5.1 Lebensmittelbeschaffung

Eine grundlegende Voraussetzung für die Beibehaltung ethnischer Ernährungsweisen ist die Verfügbarkeit der gewohnten Produkte. Zu Beginn der „Gastarbeitermigration“ mussten die Migrantinnen und Migranten häufig auf ihre gewohnten Lebensmittel und Gerichte verzichten. Viele waren ohne ihre Familien in Deutschland, sie hatten in ihren provisorischen Unterkünften keine Kochgelegenheit und das Lebensmittelangebot in den Geschäften war bei weitem nicht so gut sortiert wie heute. Um diesen Mangel zu beheben eröffneten die Migrantinnen und Migranten immer mehr Lebensmittelgeschäfte, in denen sie ihre gewohnten Produkte verkauften. Nachdem die ethnischen Lebensmittelgeschäfte anfangs hauptsächlich die eigenen Landsleute mit Lebensmitteln und traditionellen Produkten versorgten, stammt heute auch ein großer Teil der Kundschaft aus der deutschen Bevölkerung. Insgesamt ist heute das Lebensmittel- und Speisenangebot im Rahmen der zunehmenden Internationalisierung der Ernährungsgewohnheiten weitaus vielfältiger geworden, ethnische Produkte und Gerichte sind keine Raritäten mehr (Ziemann 1998, 103 ff.).

Wie aus Abbildung 1 hervorgeht, sind die ethnischen Geschäfte für alle drei Migrantinnengruppen eine wichtige Einkaufsquelle: Die Hälfte der befragten Griechinnen und 70% der Italienerinnen kaufen häufig Lebensmittel in den Geschäften ihrer Landsleute ein. Für die Türkinnen ist das türkische Geschäft die Haupt-Einkaufsstätte. Discounter und Supermärkte spielen in allen drei Gruppen eine große Rolle. Dagegen werden deutsche Lebensmitteleinzelhandelsgeschäfte, wie z.B. Bäckereien oder Metzgereien, häufig von den italienischen und griechischen Frauen besucht, die türkischen Frauen kaufen dort bedeutend seltener ihre Lebensmittel ein.

Neben den ethnischen Lebensmittelgeschäften müssen bei der Lebensmittelbeschaffung der Migrantenhaushalte auch eigene Lebensmittelimporte aus den Herkunftsländern berücksichtigt werden. Die Ergebnisse der Befragung zeigen, dass die überwiegende Mehrheit der Migrantinnen jedes Jahr in ihr Herkunftsland reist. Fast alle italienischen (96%) und griechischen Migrantinnen (94%) und drei Viertel der Türkinnen bringen von diesen Reisen Lebensmittel nach Deutschland mit. Die importierten Waren erstrecken sich dabei über das gesamte Lebensmittelsortiment.

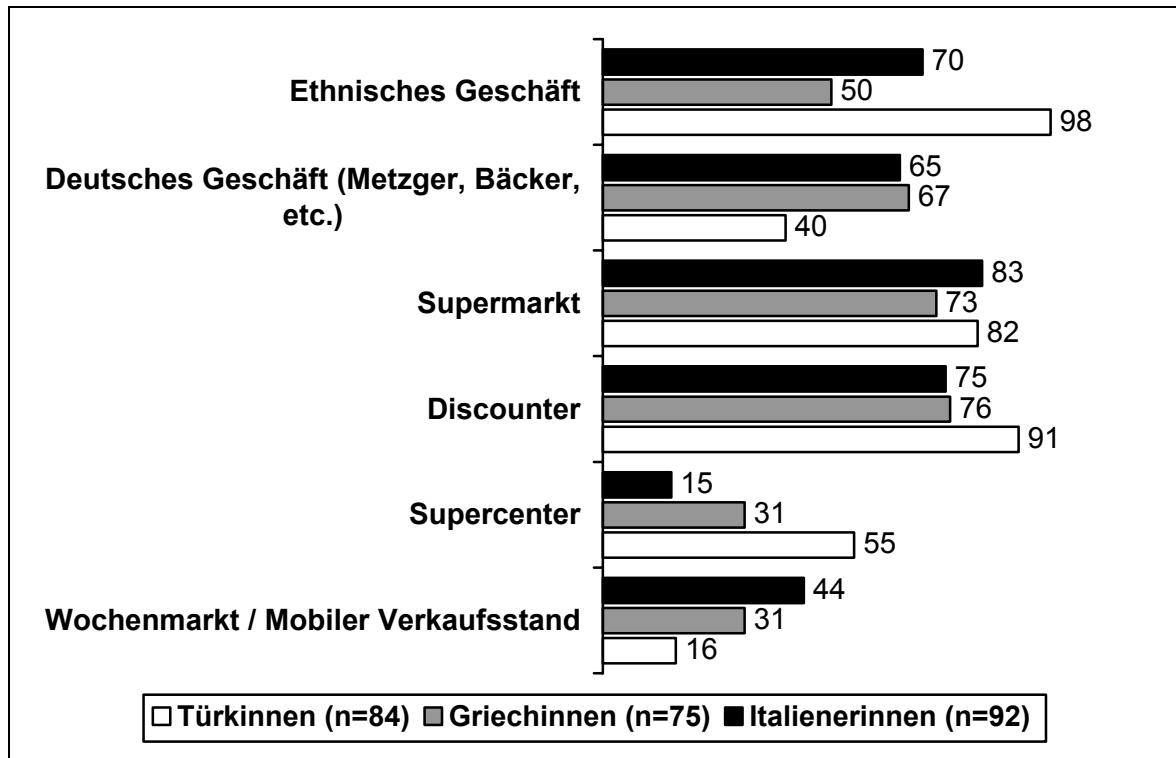


Abbildung 1: Lebensmittel-Einkaufsstätten (in %)

(Quelle: Eigene Erhebung, 2000/2001)

5.2 Überblick über die Verzehrsstruktur

Im Rahmen des 24-Stunden-Recalls wurden in der italienischen Gruppe 786 verschiedene Lebensmittel protokolliert, in der griechischen 776 und in der türkischen Gruppe 981 Lebensmittel. Übersicht 3 zeigt die prozentuale Häufigkeitsverteilung dieser Lebensmittel auf einzelne Lebensmittelgruppen.

Betrachtet man die Verzehrsstruktur der drei Migrantinnengruppen insgesamt, so fällt die Beibehaltung des häufigen Verzehrs von Brot, stärkehaltigen Lebensmitteln und Gemüse auf. Zusammen haben diese ernährungsphysiologisch günstigen Lebensmittelgruppen in der Ernährung der Griechinnen einen Anteil von 43%, bei den Türkinnen von 45% und bei den Italienerinnen von 48% aller protokollierten Lebensmittel.

Zwischen den einzelnen Migrantinnengruppen werden ethnisch bedingte Unterschiede in der Verzehrsstruktur deutlich. Auffallend ist die herausragende Stellung von Brot und Brotwaren in der Ernährung der griechischen Migrantinnen. Auch der vergleichsweise höhere Anteil von Süßwaren in der Ernährung der italienischen Gruppe ist auf den Erhalt ethnischer Ernährungstraditionen beim Frühstück zurückzuführen, das bei den Italienerinnen überwiegend aus Süßwaren besteht (siehe auch weiter unten). Die türkischen Migrantinnen haben den

hohen Verzehranteil von Gemüse beibehalten, ebenso den häufigen Verzehr von Suppen. Beliebt sind u.a. Tarhanasuppe³⁹, Gemüsesuppen oder Suppen aus Hülsenfrüchten, wie z.B. Linsen. Auch der im Vergleich höhere Verzehr von Knabberwaren in Form von Nüssen kennzeichnet die Aufrechterhaltung türkischer Ernährungsgewohnheiten.

Übersicht 3: Verzehrsstruktur

Lebensmittelgruppe	Italienerinnen (n=99)	Griechinnen (n=100)	Türkinnen (n=100)
Anzahl protokollierter Lebensmittel, davon ...	786	776	981
Brot, Brotwaren	17 %	19 %	13 %
Stärkehaltige Produkte (ohne Brot)	13 %	9 %	12 %
Salat, Gemüse	18 %	15 %	20 %
Obst	10 %	10 %	10 %
Süßwaren (inkl. süßes Gebäck, süßer Brotaufstrich)	14 %	12 %	10 %
Fleisch, Wurst	10 %	11 %	9 %
Käse	7 %	9 %	8 %
Frischmilchprodukte	3 %	4 %	3 %
Fisch, Meeresfrüchte	3 %	*)	*)
Suppen	*)	3 %	6 %
Pizza (Italienerinnen) bzw. Pita, Pizza (Griechinnen) bzw. Börek, Gerichte aus Yufka**), Pizza (Türkinnen)	*)	3 %	3 %
Knabberwaren	*)	*)	3 %
Sonstiges	6 %	4 %	3 %

*) Lebensmittelgruppen mit einem Anteil von unter 3% sind unter „Sonstiges“ zusammengefasst

***) Teigblätter

(Quelle: 24-Stunden-Recall / Eigene Erhebung, 2000/2001)

5.3 Verzehrsstruktur auf Mahlzeitebene

Die ethnisch bedingten Unterschiede in der Verzehrsstruktur zeigen sich auch auf Mahlzeitebene. Dort werden traditionelle Lebensmittelkompositionen deutlich, wie am Beispiel des Frühstücks in Übersicht 4 dargestellt wird. Das Frühstück der Italienerinnen spielt eine untergeordnete Rolle. Es wird weniger gegessen und die Vielfalt der verzehrten Lebensmittel ist geringer als bei den Griechinnen und Türkinnen. Überwiegend besteht das Frühstück aus

³⁹ Tarhana ist eine Art Suppenmehl. Dafür wird ein Teig aus gemahlenem Getreide, Joghurt und etwas Gemüse (überwiegend Tomaten) und Gewürzen hergestellt. Der Teig wird fein zerrieben und über längere Zeit getrocknet.

süßem Gebäck oder Brot mit süßem Aufstrich. Dagegen frühstücken die Griechinnen und vor allem die Türkinnen mehr und eher „herzhaft“: Käse steht bei beiden Migrantinnengruppen häufig auf dem Frühstückstisch, meist in Form von eingelegtem Weißkäse (Feta bei den Griechinnen bzw. Beyaz Peynir bei den Türkinnen). Bei den Türkinnen trägt der traditionelle Verzehr von Oliven oder anderem rohen Gemüse, wie Tomaten und Gurken, beim Frühstück zum insgesamt hohen Konsum von Gemüse bei.

Übersicht 4: Verzehrsstruktur beim Frühstück

Lebensmittelgruppe	Italienerinnen (n=99)	Griechinnen (n=100)	Türkinnen (n=100)
Anzahl protokollierter Lebensmittel, davon ...	122	144	299
Süßwaren (inkl. süßes Gebäck, süßer Brotaufstrich)	43 %	24 %	11 %
Brot, Brotwaren	35 %	42 %	26 %
Käse	5 %	17 %	22 %
Gemüse	*)	*)	21 %
Cerealien	5 %	*)	*)
Obst	4 %	*)	*)
Fleisch, Wurst	*)	7 %	7 %
Joghurt	4 %	*)	*)
Eier, Eierspeisen	*)	*)	6 %
Kartoffeln	-	-	3 %
Sonstiges	4 %	10 %	5 %

*) Lebensmittelgruppen mit einem Anteil von unter 3% sind unter „Sonstiges“ zusammengefasst

(Quelle: 24-Stunden-Recall / Eigene Erhebung, 2000/2001)

5.4 Verzehrshäufigkeiten ausgewählter Lebensmittel

Die Zusammensetzung des Lebensmittelverzehrs wird in den Abbildungen 2 bis 5 für die Lebensmittelgruppen „Stärkehaltige Lebensmittel“, „Fleisch und Wurst“, „Fette und Öle“ und „Getränke“ detailliert dargestellt.

Italienerinnen

In der Gruppe der stärkehaltigen Lebensmittel sind Teigwaren – neben Brot – zentrale Produkte (vgl. Abb. 2). In der Kategorie „Fleisch“ wird am häufigsten Schweine- oder Geflügel-

fleisch gegessen (vgl. Abb. 3). Der Verzehr von Rind- und Kalbfleisch ist relativ niedrig, allerdings wurde ein Teil der Interviews während der BSE-Krise durchgeführt, so dass wahrscheinlich die Probandinnen in dieser Zeit den Konsum von Rindfleisch eingeschränkt hatten. Der Konsum von Wurstwaren ist relativ hoch. In der Kategorie „Getränke“ dominiert Kaffee neben Wasser. Wein ist das am häufigsten getrunkene alkoholische Getränk (vgl. Abb. 4). Olivenöl ist weiterhin der bevorzugte Fettlieferant (vgl. Abb. 5).

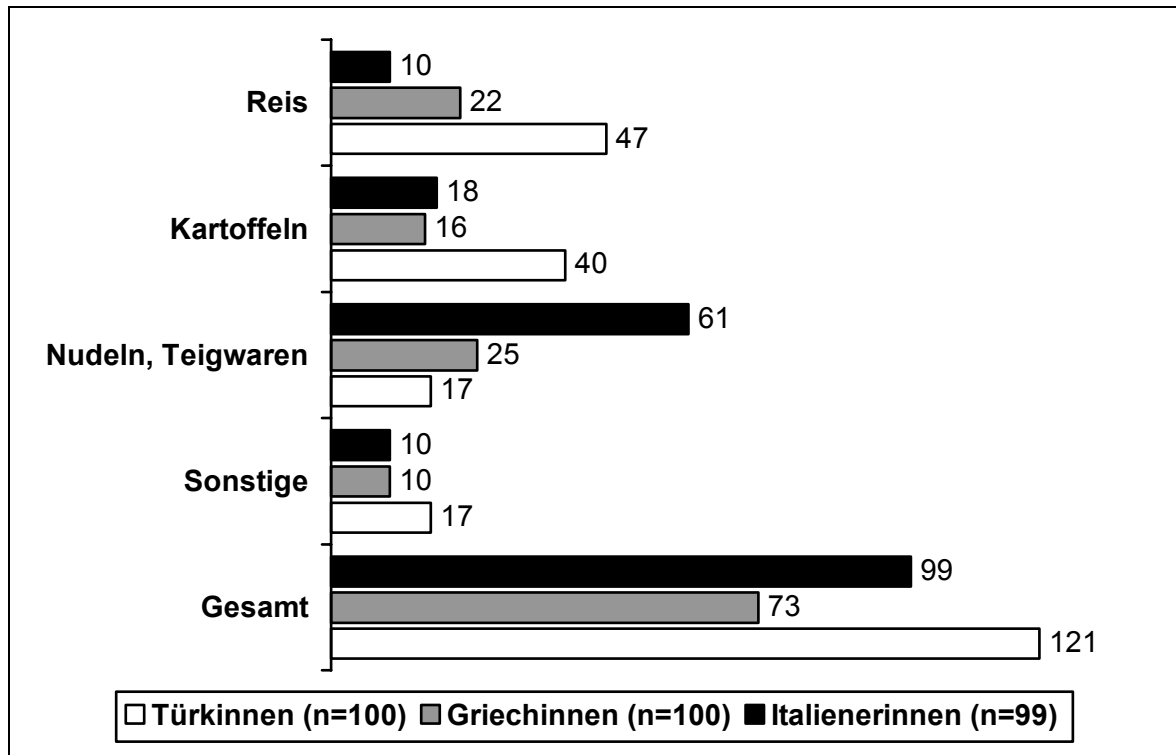


Abbildung 2: Verzehrshäufigkeit stärkehaltiger Lebensmittel (ohne Brot)

(absolute Nennungen; Quelle: 24-Stunden-Recall / Eigene Erhebung, 2000/2001)

Griechinnen

Der Erhalt griechischer Ernährungstraditionen manifestiert sich im hohen Verbrauch von Hackfleisch (vgl. Abb. 3), das für traditionelle Gerichte, wie gefüllte Gemüse, verwendet wird. Das bevorzugte Küchenfett ist weiterhin Olivenöl (vgl. Abb. 5).

Türkinnen

In der Ernährungsweise der türkischen Migrantinnen dominiert unter den Stärketrägern neben dem Brot weiterhin der Reis (vgl. Abb. 2). Neben Wasser ist schwarzer Tee das wichtigste Getränk (vgl. Abb. 4). Pflanzliche Öle dominieren in der Küche der türkischen Migrantinnen, allerdings wird Olivenöl seltener als andere pflanzliche Öle verwendet (vgl. Abb. 5).

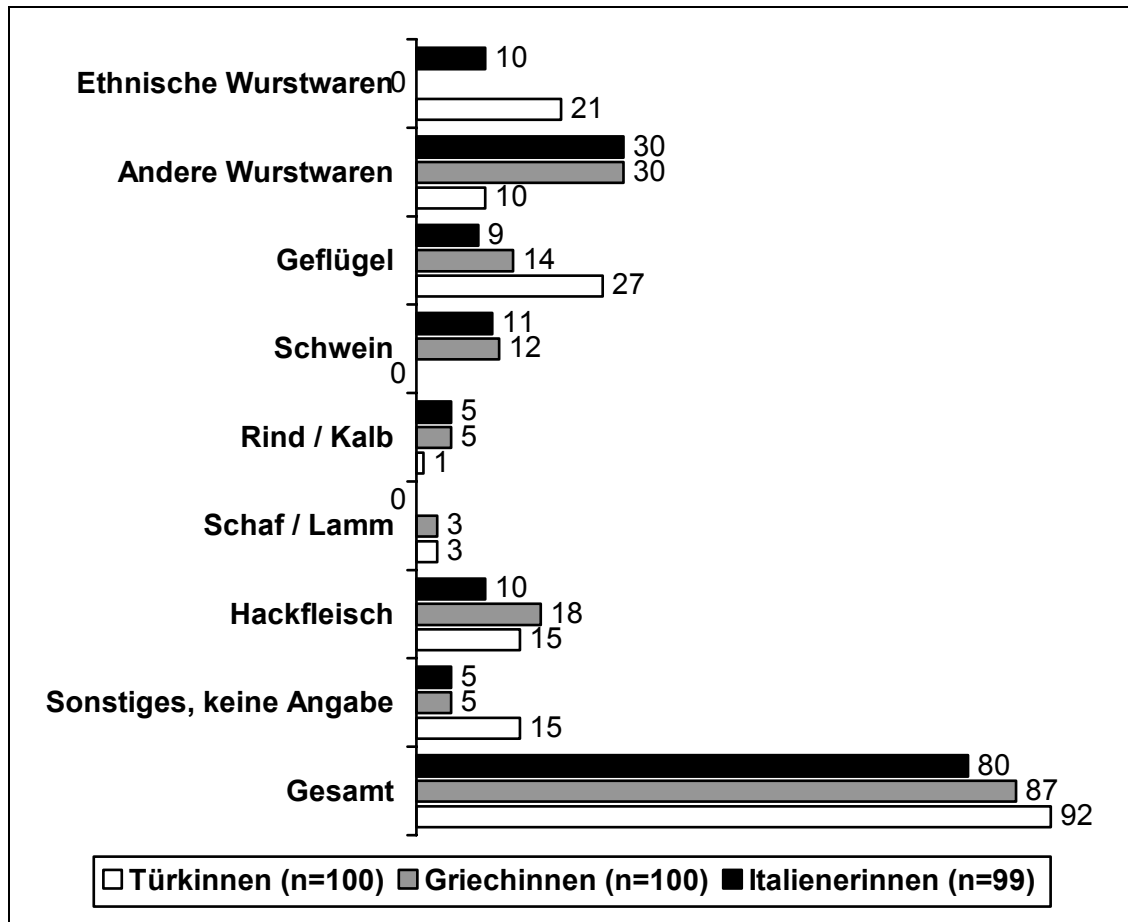


Abbildung 3: Verzehrshäufigkeit von Fleisch und Wurst

(absolute Nennungen; Quelle: 24-Stunden-Recall / Eigene Erhebung, 2000/2001)

5.5 Religiöse Nahrungsvorschriften

Die Religion hat für die befragten türkischen Frauen eine größere Bedeutung als für die Griechinnen und Italienerinnen. In der Befragung gaben drei Viertel der Türkinnen an, dass die Religion einen sehr wichtigen Stellenwert in ihrem Leben habe, bei den Griechinnen waren es knapp zwei Drittel, bei den Italienerinnen nur 45%. Das Alkohol- und Schweinefleisch-

verbot des Islam wird auch in Deutschland weiter befolgt: die befragten Türcinnen trinken kaum Alkohol und essen kein Schweinefleisch. Ethnische Wurstwaren (wie z.B. Sucuk), die ohne Schweinefleisch hergestellt werden, werden den in Deutschland üblichen Produkten vorgezogen. Aus Angst vor „verunreinigten“ Produkten gehen Muslime mit industriell verarbeiteten Lebensmitteln sehr kritisch um. Sie lehnen nicht nur Lebensmittel ab, die Alkohol, Blut oder Schweinefleisch enthalten, sondern auch Lebensmittel, die diese Zutaten in Form von Gelatine oder tierischen Fetten (Mono- und Diglyzeride) enthalten könnten. Als Konsequenz achten viele Muslime beim Einkauf sorgfältig auf die Zutatenlisten und E-Nummern.

Religiöse Fastenzeiten werden am häufigsten von den Türcinnen und Griechinnen berücksichtigt. 84% der befragten Türcinnen hielten sich im Jahr 2000 an den Fastenmonat Ramadan. In dieser Zeit wird zwischen Sonnenauf- und Sonnenuntergang nichts gegessen und getrunken. 79% der Griechinnen fasteten vor dem griechischen Osterfest, bei den Italienerinnen fasteten nur 15% vor dem Osterfest.

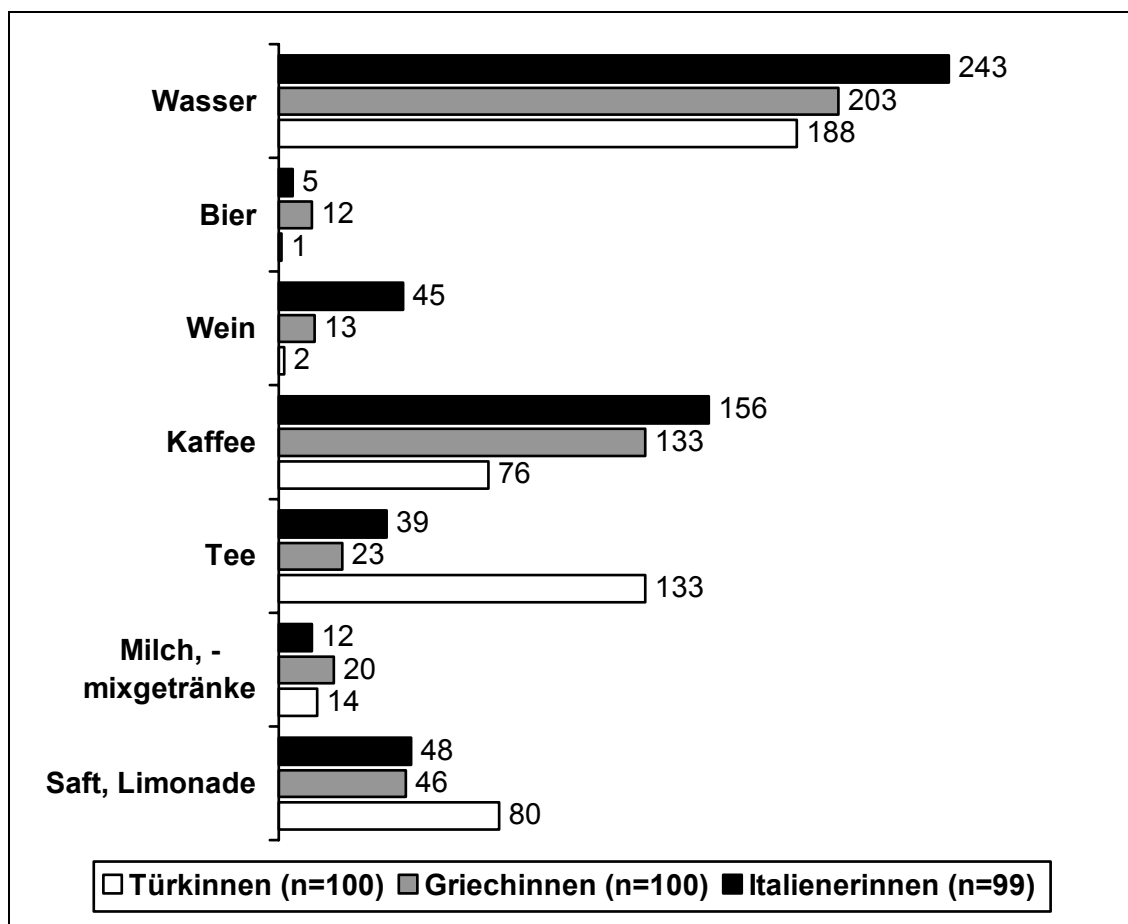
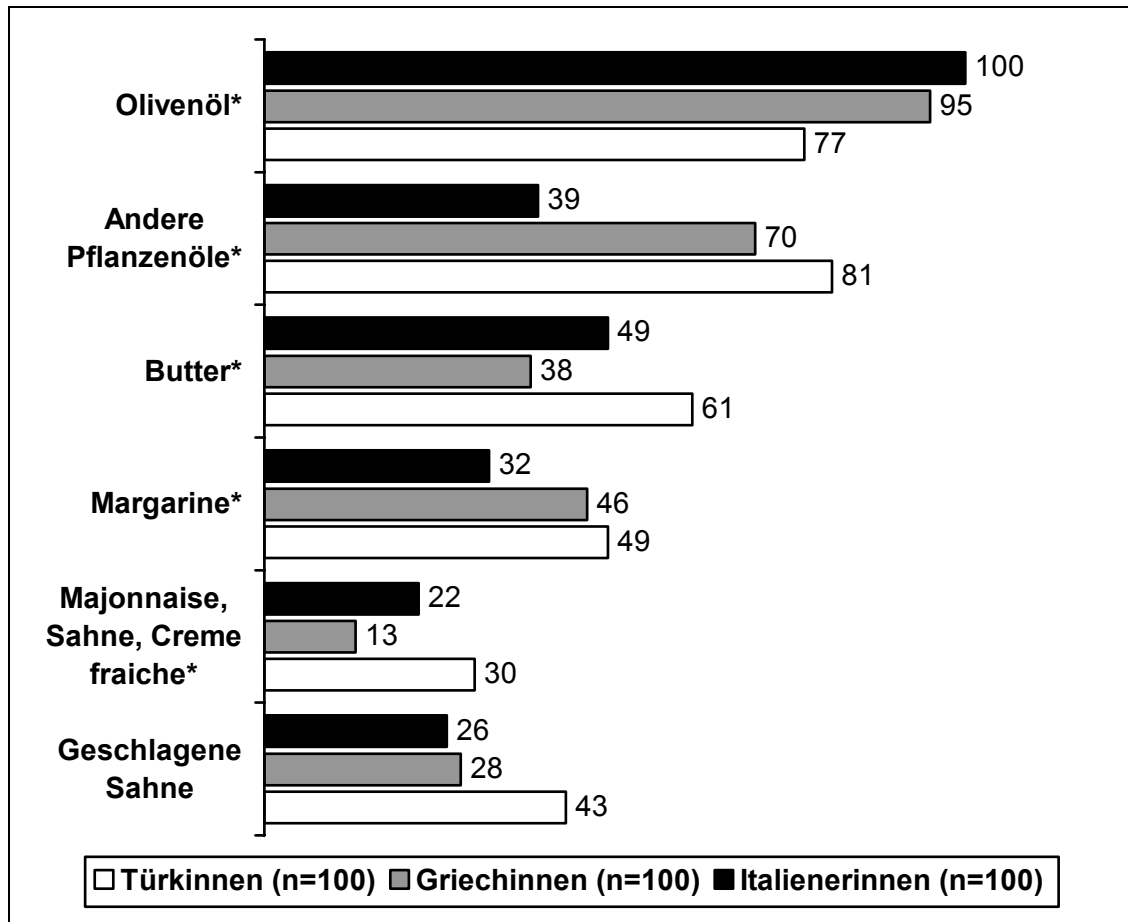


Abbildung 4: Konsumhäufigkeit von Getränken

(absolute Nennungen; Quelle: 24-Stunden-Recall / Eigene Erhebung, 2000/2001)



* gemessen am Verbrauch beim Kochen und bei der Essenszubereitung

Abbildung 5: Häufig verwendete Fette und Öle (in %)

Skalierte Abfrage: 1 = häufig; 2 = manchmal; 3 = selten; 4 = nie

Top-Boxes: „häufig“ und „manchmal“

(Quelle: Food-Frequency / Eigene Erhebung, 2000/2001)

5.6 Wandel der ethnischen Ernährungsweisen

Neben der Beibehaltung traditioneller Ernährungsgewohnheiten zeichnen sich auch Veränderungen in der Ernährung der Migrantinnen ab. Im Vergleich zu den Küchen des Ursprungslandes wird Schaf- oder Lammfleisch in allen drei Migrantinnengruppen selten verzehrt. Sicherlich besteht bei den Türkinnen ein Teil des genannten Hackfleisches aus Schaffleisch, doch weisen die hohen Verzehrshäufigkeiten für Geflügel auf eine Substitution von Schaf- durch Geflügelfleisch hin. In der Gruppe der stärkehaltigen Produkte dominieren zwar in allen drei Gruppen weiterhin die zentralen Produkte (Brot; bei den Italienerinnen zusätzlich Teigwaren), doch haben vor allem die Türkinnen den in Deutschland hohen Kartoffelverzehr übernommen. Auf eine Angleichung an deutsche Ernährungsgewohnheiten

übernommen. Auf eine Angleichung an deutsche Ernährungsgewohnheiten deutet auch der hohe Verzehr von Wurstwaren der Griechinnen hin. Wie in der Beschreibung der traditionellen Küchen dargestellt wurde, spielen Wurstwaren in der traditionellen griechischen Küche keine Rolle. Der Verzehr von Fisch ist mit Ausnahme der Italienerinnen sehr gering. Besonders in der griechischen Gruppe deutet sich ein Rückgang des Fisch- und Meeresfrüchtekonsums in Deutschland an. Obwohl in allen drei Gruppen weiterhin überwiegend pflanzliche Öle zum Kochen verwendet werden, werden doch auch Speisen mit den in den Ursprungsländern unüblichen Produkten Mayonnaise, Sahne und Creme fraiche zubereitet. Am häufigsten kochen die türkischen Migrantinnen mit diesen tierischen Fetten. Die türkischen Migrantinnen weisen auch den höchsten Konsum von Saft und Limonade auf.

6. Diskussion

Die dargestellten Ergebnisse beschreiben das Ernährungsverhalten von Migrantinnen, die in kultureller und sozialer Hinsicht wenig assimiliert sind. In bundesweiten, repräsentativ angelegten Studien, die mit Erhebungsinstrumenten in deutscher Sprache arbeiten, ist diese Bevölkerungsgruppe nicht repräsentiert. Die empirischen Ergebnisse ergänzen diese Studien, so z.B. auch die Untersuchung von Gedrich und Karg (2001), die erstmals die Daten der Einkommens- und Verbrauchsstichprobe (EVS) 1993 nach ethnischen Gruppen ausgewertet haben.

Im Vergleich zu Gedrich und Karg wurden in der eigenen Studie trotz der langen Aufenthaltszeiten der Migrantinnen nur relativ geringe Veränderungen in den ethnischen Ernährungsweisen gefunden. Besonders die religiösen Nahrungsvorschriften der griechischen und insbesondere der türkischen Migrantinnen haben sich als äußerst stabil erwiesen. In einem fremden kulturellen bzw. religiösen Umfeld stiften die Ernährungsgewohnheiten ethnische Identität innerhalb der Gruppe und grenzen gegenüber der andersgläubigen Bevölkerungsmehrheit ab. Hingegen liegt laut Gedrich und Karg der Verzehr von Schweinefleisch der türkischen Migrantengruppe in der EVS 1993 sogar über dem Niveau der deutschen Befragten. Dieses Phänomen ist damit zu erklären, dass überwiegend angepasste Migrantinnen und Migranten an der EVS teilgenommen hatten. Dies unterstützt die These, dass die kulturelle und soziale Assimilation über den Grad der Veränderung der ethnischen Ernährungsweisen mitentscheidet.

Die Aufrechterhaltung der ethnischen Ernährungsweisen wird auch durch das vielfältige Warenangebot und die ethnisch homogenen Familienstrukturen, in denen die ausgewählten Migrantinnen leben, unterstützt. Dies bedeutet, dass bei Migranten, die hier als alleinlebende Studierende oder in gemischtnationalen Ehen leben, größere Veränderungen im Ernäh-

ungsverhalten zu erwarten sind (Tuomainen 1996). Dies gilt auch für die Kinder der Migranten, die in Deutschland geboren wurden. Zum Ernährungsverhalten der „zweiten und dritten“ Generation liegen keine Untersuchungen vor.

Die Ergebnisse zeigen, dass aus ernährungsphysiologischer Sicht weniger wünschenswerte Veränderungen im Ernährungsverhalten auftreten, wie z.B. der niedrige Fischkonsum und der hohe Verzehr von Wurstwaren in der griechischen Gruppe oder die häufige Verwendung von tierischen Fetten (Sahne, Creme fraiche und Mayonnaise) in der türkischen Gruppe. Trotzdem geben die ethnischen Ernährungsweisen Anhaltspunkte für Ernährungsmuster, die aus gesundheitlicher Sicht – auch für die deutsche Bevölkerung – wünschenswert sind. Zu nennen sind beispielsweise der hohe Konsum von Getreideprodukten und Gemüse, sowie der hohe Anteil pflanzlicher Öle in der Ernährung.

7. Literatur

Beauftragte der Bundesregierung für Ausländerfragen (2000): Handbuch zum interkulturellen Arbeiten im Gesundheitsamt. Berlin/Bonn

Beauftragte der Bundesregierung für Ausländerfragen (Stand: 15.03.2002):
www.bundesauslaenderbeauftragte.de/daten/tab4.htm

Besch M (1993): Veränderung der Ernährungsweisen infolge regionaler und sozialer Mobilität und interkultureller Assimilation, dargestellt am Beispiel ethnischer Minoritäten in den USA. Weihenstephaner Beiträge aus den Wirtschafts- und Sozialwissenschaften, Heft 6, Technische Universität München, Wissenschaftszentrum Weihenstephan

Bolstorff-Bühler S (1983): Verzehrsgewohnheiten türkischer Mitbürger in Berlin (West). Erhebungen und Empfehlungen als Integrationsbeitrag. Berlin

Cassidy CM (1994): Walk a mile in my shoes: culturally sensitive food-habit research. In: Am. J. Clin. Nutr., 59 (suppl), 190S – 197S

Ferro-Luzzi A, Sette S (1989): The Mediterranean Diet: An attempt to define its present and past composition. In: European Journal of Clinical Nutrition, 43 (Suppl. 2), 13 – 29

Gedrich K, Karg G (2001): Dietary Habits of German versus non-German Residents in Germany, In: Edwards JSA., Hewedi MM: Culinary Arts and Sciences III, Global and National Perspectives. Bournemouth : Worshipful Company of Cooks Centre for Culinary Research at Bournemouth University, 419 – 428

Koçtürk-Runefors T (1990): Changes in Food Habits and Nutritional Status of Immigrants from Turkey in Sweden. In: Somogyi JC, Koskinen EH (Hrsg.): Nutritional Adaptations to New Life-Styles. Bibl. Nutr. Dieta., No. 45, Basel, 157 – 164

Matalas AL (2001): The Mediterranean Diet: Historical Background and Dietary Patterns in Pre-World War II Greece. In: Matalas A et al: Mediterranean Diet: Constituents and Health Promotion. Boca Reton

Statistisches Bundesamt Deutschland (Stand:15.03.2002)
www.destatis.de/basis/d/bevoe/bevoetab4.htm

Tuomainen H (1996): Changing food habits of Ghanaian students in Germany. In: Scandinavian Journal of Nutrition, Proceedings from The First European Workshop on Human Migration and Nutrition (Uppsala, 10-12 May 1995), Vol 40 (2) Suppl no 31, S104-S107

Trautwein E, Henninger K, Erbersdobler, H (1998): Ist die mediterrane Ernährung eine empfehlenswerte Ernährungsweise? In: Ernährungsumschau 45, 359 – 364

Treibel A (1999): Migration in modernen Gesellschaften. Weinheim

Ziemann M (1999): Internationalisierung der Ernährungsgewohnheiten in ausgewählten europäischen Ländern. Frankfurt am Main