

3 frauen (über das) ESSEN

Weit mehr als ein Überlebensmittel

Von Petra Steinmair-Pösel

Essen hat viele Facetten. Wir haben Frauen gebeten, ein wenig von ihrem ganz spezifischen Zugang zu erzählen: die junge Biobäuerin, für die Lebensmittel zu Er-Lebensmittel werden; die Schöpfungsbeauftragte, die sensibel und aufmerksam die ethische Dimension unserer Esskultur beobachtet; die Psychologin, die Frauen mit Essstörungen begleitet und mit ihnen nach Wegen zu lustvollem Essen und „Nahrung für die Seele“ sucht; die Vorarlberger Haubenköchin, die den größten Genuss im Einfachen, Ursprünglichen findet; die Autorin eines interkulturellen Kochbuchs, die um die enge Verwobenheit von Essen und Identität weiß.

Buchtipps



Die „Köche und Köchinnen“ kommen aus dreißig Ländern der Erde und haben in Vorarlberg eine neue Heimat gefunden. Die Bilder sind begleitet von Geschichten von Liebe und Krieg, von Heimat, Heimweh und Freundschaften. „Ein Stück Heimat“ ist erhältlich unter www.familie.or.at/shop/ein-stueck-heimat



Claudia Martin, Biobäuerin,
www.martins-hof.at

Claudia Martin: Biologisch essen

Ich esse für mein Leben gern! Und ich genieße es! Es ist mir wichtig, was ich esse, woher es kommt und wie das Lebensmittel entstanden ist. In der Landwirtschaft werden Lebensmittel zu „Er-Lebensmittel“. Als Bäuerin bekomme ich Lebendiges anvertraut, ich pflege und behüte es und dann, dann kann ich „nur“ noch darauf vertrauen, dass es wächst und gedeiht. „Er-Lebensmittel“ heißt auch: ich erlebe mich abhängig, z.B. vom Wetter; ich muss Rückschläge hinnehmen und darf doch immer wieder erfahren, dass es „ein Anderer“ wachsen lässt. Und da wachsen dann die Freude und die Dankbarkeit mit. Um diesen Zugang bin ich sehr froh. Ich habe aufgehört, bei landwirtschaftlichen Produkten auf den Preis zu schauen. Ich weiß, wie viel Anstrengung und Mittun von Mensch und Tier es bedarf. Erzeugnisse aus einer Landwirtschaft, die ihr Augenmerk auf artgerechte Tierhaltung und ökologische Verträglichkeit legt, dürfen etwas kosten. Denn diese Art der Landwirtschaft erhält unsere Heimat in ihrem Reichtum. Schöpfung zu bewahren heißt auch, sie in ihrer Vielfalt zu bewahren. Die Natur bietet Leben in Fülle und Vielfalt. In unseren Breitengraden sorgen große Konzerne und Supermarktketten dafür, dass alle Nahrungsmittel praktisch jederzeit verfügbar sind und doch ist die Welt der Großkonzerne einfältig. Denn Großkonzerne können nur von der Agrarindustrie beliefert werden, aber nicht vom Bauern von nebenan.

Es ist mir wichtig, aus der Vielfalt der Natur zu schöpfen, im Bewusstsein für Saisonales und Regionales, dann wird Essen zum Geschmackserlebnis; zum bunten Genuss und tut gut!