

# Nahrung und Kultur



Dr. Uwe Spiekermann

Dr. Rainer Wild-Stiftung  
In der Aue 4  
D-69118 Heidelberg

Wirtschafts- und Sozialhistoriker,  
Geschäftsführer der Dr. Rainer Wild-Stiftung, Heidelberg

Meine sehr verehrten Damen und Herren,  
kurz vor Beginn des neuen Jahrtausends sind die Blicke nach  
vorn gerichtet. Neugierig, auch etwas angespannt blicken wir in  
die Zukunft. „Was wird sein?“ heißt es, „Wie werden wir uns  
ernähren?“, „Besser?“, „Gesünder?“. Wer heute etwas über die  
Zukunft zu sagen hat, hat Konjunktur.

Glaubt man vielen Trendforschern, so steht unsere Ernährung  
vor einer Zeit des dynamischen Umbruchs. Wo immer wir uns  
„Zwischen Öko-Kost und Designer Food“ verorten mögen, eine  
gesündere, eine funktionalere Ernährung scheint greifbar nahe.  
Wahrlich schade, dass es da einige Menschen gibt, die meinen,  
dass diese schönen Vorstellungen täuschen. Ich bin so ein  
Spielverderber – auch wenn ich so gerne Teil der hoffnungsfrohen Mehrheit wäre.

Als Historiker muss ich Sie aber leider erstens dafür sensibili-  
sieren, dass viele der vermeintlich aktuellen Trends keineswegs  
geschichtslos sind. Sie lassen sich – sieht man einmal von der  
Gentechnik ab – durchweg bis zum Beginn des 20. Jahrhunderts  
zurückverfolgen. Und sie verlieren dann viel von ihrer aktuellen  
Faszination und Überzeugungskraft.

## Alternative Konzepte unserer Ernährung

Lebensreform

„Öko-Kost“

Veränderung der Lebensweise

Anders essen

Organisches Verständnis  
von Lebensmitteln

2. aid-Forum Bonn 01.06.1999

Wissenschaftlich-technologische  
Ansätze

„Designer Food“

Veränderung der Lebensmittel

Anderes essen

Stoffliches Verständnis  
von Lebensmitteln



Abbildung 2

Als Kulturwissenschaftler muss ich zweitens zugleich darauf hinweisen, dass die gemeinhin behandelten Trends wesentliche Bereiche unserer Ernährung, unseres Essens schlicht ausgrenzen, teils nicht behandeln. Essen lässt sich aber nicht auf Lebensmittel reduzieren, nicht auf neue Produktangebote. Essen ist vielmehr eine sozial und kulturell eingebundene menschliche Handlung, konstituiert ein widersprüchliches Terrain, auf dem die helle Fackel der Ernährungswissenschaft nur wenig Licht gibt. Dieses gilt es aber wahrzunehmen, will man begründete Aussagen über unsere zukünftige Ernährung machen.

Für mich steht daher das wichtigste Wort des Forumtitels „Zwischen Öko-Kost und Designer Food“ an der Spitze: „Zwischen“ den Polen. Die Pole aber scheinen mir dennoch klug gewählt, denn an ihnen lassen sich zwei grundsätzlich unterschiedliche Optionen unserer täglichen Kost verdeutlichen<sup>1</sup>, die vielleicht auch die heutige Diskussion strukturieren können (vgl. Abbildung 1).

Lassen Sie mich mit „Öko-Kost“ beginnen. Dieser Begriff steht für mich nicht allein für spezielle Produkte, mögen diese auch noch so hochwertig sein. „Öko-Kost“ steht zudem für eine andere Art des Essens, für eine andere Lebensweise. „Öko-Kost“ zu essen, bedeutet dann, Essen als Teil eines umfassenderen Geschehens zu verstehen. Das aber hat wahrlich Geschichte, geht weit hinaus über Ökobilanzen und Ernährungsökologie. Schon im 19. Jahrhundert fanden Lebensreformer Erfüllung nicht nur im Essen bestimmter Produkte, sondern vielmehr in ihrer bewussten Askese gegenüber mehrheitlich akzeptierten Lebensmitteln.<sup>2</sup> Das andere Essen sollte zeigen, wie anders man selbst war, wie anders das Leben sein könnte. Der nicht notwendige Verzicht war (und ist) Stein des Anstoßes, die irritierte und herausgeforderte Mehrheit reagiert regelmäßig mit Hohn und Spott (vgl. Abbildung 2).

Abbildung 1

1 Zu Entwicklung und Perspektiven beider vgl. etwa MÜLLER, Detlef: Lebensmitteldesign – neue Möglichkeiten, neue Trends, Verbraucher Rundschau 1997, Nr. 1/2, 24-30; RECHKEMMER, Gerhard: Novel Food, Designer Food, Functional Food – Modebegriffe oder die Zukunft der Ernährung?, in: Unsere Ernährung im Jahre 2010 – Was werden wir übermorgen essen? Tagungsband. Zum Symposium der Heinz Lothmann-Stiftung vom 09. bis 10.09.1997 in Köln, o. O. o. J. (1998), 92-105; TÖNZ, Ottmar: Vegetarische Ernährung im Trend: Ernährungsphysiologische, ideelle und

ökologische Aspekte, in: Lebensmittel im Wandel. Rundgespräch am 21. Oktober 1997 in München, Bayerische Akademie der Wissenschaft, München 1998, 35-47 (Hg.).

2 Dieser Aspekt wird besonders deutlich bei BARLÖSIUS, Eva: Naturgemäße Lebensführung. Zur Geschichte der Lebensreform um die Jahrhundertwende, Frankfurt/New York 1997. Vgl. auch CHAMBERLAIN, Lesley: Eine zeitgemäße Religion, Slow 9, 1998, 72-75.

Eine andere Lebensweise hat andere Bewertungskriterien, die sich nicht nur in alternativen Qualitätsdefinitionen manifestieren, sondern in alternativen Gesellschaftsentwürfen. Utopien dieser Art schaffen immer wieder immer neue Gestaltungsräume. Sie wollen verändern, wollen in gewisser Weise missionieren. Das geht über Wissen<sup>3</sup>, das geht aber auch durch den Appell an Gemüt und Mitgefühl. Die Lebensreform mag Außenseiter und Aussteiger hervorgerufen haben, doch ihre soziale Basis bildeten stets vorrangig bürgerliche und akademische Gruppen.<sup>4</sup> Hieraus resultiert eine besondere Attraktivität, so dass weit über die eigentliche Basis hinaus Anhänger und Befürworter gewonnen werden können.<sup>5</sup> Es besteht Einigkeit darüber, dass „Öko-Kost“ in den nächsten Jahren deutliche Zuwachsraten aufweisen wird. Doch das vorrangig, weil es sich um Premiumprodukte mit hohem Sozialprestige handelt.<sup>6</sup> Das dahinterstehende alternative Gesellschaftskonzept wird sich dagegen kaum verwirklichen lassen.

Diese Skepsis lässt sich historisch gut begründen, vergleicht man die heutige Situation zum Beispiel mit der in den 1930er Jahren.<sup>7</sup> Damals hatte die Lebensreformbewegung schon einmal Marktanteile wie in den 1990er Jahren<sup>8</sup> – und es schien, dass sie weiter steigen sollten, war eine natürliche, saisonale, regionale und vorwiegend pflanzliche Kost doch vorrangiges politisches Ziel.<sup>9</sup> „Öko-Kost“ bedeutete damals vor allem eine Vielzahl von Vollkornprodukten, Gemüse- und Fruchtsäfte, Margarine aus ungehärtetem Pflanzenfett, hefefreies Gebäck, vollfetter Kakao, brauner Reis, Rohrzucker, Nussfette und ungeschwefelte Süßfrüchte, dazu kamen je nach Saison Frischprodukte; das sind Waren, die heute teilweise konventionell erscheinen, doch in den 1920er Jahren mit dem zuletzt vielzitierten Hippokrates-Zitat „Unsere Nahrungsmittel sollen Heilmittel und unsere Heilmittel sollen Nahrungsmittel sein“ in den Reformhäusern angeboten wurden<sup>10</sup> (vgl. Abbildung 3).



*Abbildung 3*

Der Zweite Weltkrieg beendete die Phase schnellen Wachstums jedoch, und danach gelang es der Lebensreformbewegung lange nicht, den Niedergang der Bewegung zu bremsen. Erst in den späten 1970er Jahren begann ein neuerlicher, sich bis heute erstreckender Wiederaufstieg. Dieser geht einher mit langsam wachsender Marktorientierung, mit einer wachsenden Palette von Öko-Lebensmitteln, die auch Convenienceaspekte besser berücksichtigen. Der Erfolg ist gepaart mit einer Anspruchsdilettion, in der nicht mehr die veränderte Lebensweise, sondern andere, bessere Lebensmittel im Blickpunkt stehen.<sup>11</sup>

Andere, bessere Lebensmittel verbergen sich auch – glaubt man den Herstellern – hinter der Chiffre „Designer Food“. Hiermit verbindet sich – ohne dass ich auf die vielfältigen definitorischen Probleme eingehen möchte<sup>12</sup> – industriell gefertigte, aktuellen Trends von Genuss, Geschmack, Gesundheit und Bequemlichkeit präzise angepasste Nahrung. Nicht eine andere Lebensweise ist das Ziel, sondern andere Lebensmittel. Es gilt nicht „anders“, sondern „anderes“ zu essen. „Designer Food“ ist eine wissenschaftlich-technologische Utopie, zielt auf eine spezifische Rationalisierung und Ordnung unseres Alltags. Die Utopie lebt von dem Versprechen, passgenaue Produkte für die jeweilige Lebensweise herzustellen, damit diese ohne große Änderung

<sup>3</sup> Dafür steht vorrangig das Konzept der Vollwerternährung und der damit eng verbundene Ansatz der Ernährungsökologie. Vgl. SPITZENMÜLLER, Eva-Maria/PFLUG-SCHÖNFELDER, Kristine/LEITZMANN, Claus: Ernährungsökologie. Essen zwischen Genuss und Verantwortung, Heidelberg 1993.

<sup>4</sup> Entsprechend ist z.B. die Vollwerternährung bis heute keine Ernährungsform für Arme. Vgl. BECKER, W./GÜSE, M. L./SCHIMACKE, N.: Vollwerternährung und Sozialhilfe. Das Gesundheitswesen 57, 1995, 201-206.

5 Vgl. hierzu die Selbsteinschätzungen in der äußerst anregenden Arbeit von BEARDSWORTH, Alan/KEITH, Teresa: The vegetarian option: varietes, conversions, motives and careers, Sociological Review 40, 1992, 253-293.

6 Dazu dienen u.a. zunehmende Qualitätssicherungs- und Normierungsmaßnahmen, die auch hinter dem neuen einheitlichen Öko-Siegel stehen. Vgl. beispielhaft MESKIN, Mark S.: Regulating Organic Food, Food Technology 52, 1998, Nr. 7, 144.

7 Eine systematische Analyse der Lebensreformbewegung in dieser Zeit fehlt. Vgl. als Einstieg GORDON, Leo v.: Rohkost oder gemischte Kost? Ein kritischer Beitrag zu modernen Ernährungsfragen, Die Medizinische Welt 7, 1933, 1537-1540, 1571-1574, 1630-1633; KOLLATH, Werner: Vernünftige Ernährung und ihre Propaganda in der Schule, Gesundheit und Erziehung 48, 1935, 292-295; NEUBERT, Rudolf: Die deutsche Lebensreform, Praktische Gesundheitspflege 4, 1935/36, 17-20; WINCKEL, Max: Gegenwarts- und Zukunftsfragen und -sorgen der deutschen Volksernährung, Zeitschrift für Volksernährung 12, 1937, 269-271, 292-293; MÜLLER, Hanns G.: Die deutsche Lebensreformbewegung 1938, Hippokrates 9, 1938, 849-852; SCHENCK, Ernst Günther: Auftrag und Aufgabe der „Wissenschaftlichen Gesellschaft für

naturgemäße Lebens- und Heilsweise e.V.", Hippokrates 10, 1939, 1096-1101. Zu den damals geltenden Richtlinien für die Bewertung von Reformwaren vgl. VOGEL, Martin: Das Forschungs-Institut der Deutschen Lebensreformbewegung, Hippokrates 9, 1938, 854-855, hier 855.

8 Umfangreiches Material findet sich in SPEETZEN, Joachim: Die deutsche Reformwarenwirtschaft, Wiwi. Diss. Hamburg 1942 (Ms.). Für die Neuform-VDR gibt er den Umsatz 1934 mit 42 Mio. RM, für 1936 mit 70-80 Mio. RM an (bei 250.000 festen Kunden) (Ebd., 139). 1938 gab es ca. 1.800 Reformwarengeschäfte (JENGE: Die deutsche Reformwarenwirtschaft, Hippokrates 9, 1938, 855-856, hier 855), 1939 waren es (einschließlich Österreichs) 2.000 (ALTPETER, Werner: Zur Geschichte der Lebensreform, Reform-Rundschau 32, 1964, H. 1-5, hier H. 5, 17). 1998 betrug der Umsatz allein von Neuform 1,3 Mrd. DM, die in 2.510 Geschäften erwirtschaftet wurden (Ernährungsberatung ist Trumpf. Reformhäuser locken mit neuen Angeboten. Weniger Läden. Frankfurter Rundschau 55, 1999, Nr. 73 vom 27.03., 17).

9 Vgl. WIRZ, Franz [G. M.]: Nationalsozialistische Forderungen an die Volksernährung. Die Ernährung 1, 1936, 103-112.

10 AHR, Hans: Das Reformhaus, seine Entwicklung und seine Stellung im Einzel- und Großhandel, Die Volksnährung 2, 1927, 85-87, 138-140, hier 139.

11 Eine veränderte Lebensweise als Grundlage eines gesunden Daseins zu propagieren, ist selbstverständlich nicht auf die Lebensreformbewegung begrenzt. Auch die Ernährungsempfehlungen der DGE zielen hierauf, doch sind sie spezifischer gehalten, konzentrieren sie sich vornehmlich auf den Ernährungssektor.

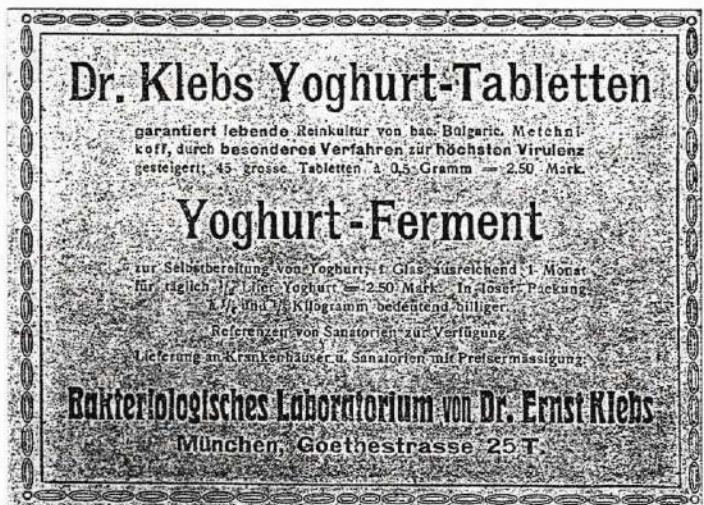


Abbildung 4

beibehalten werden kann.<sup>13</sup> Obwohl von der Werbung als jeweils neueste Entwicklungen gepriesen, zeigen sich auch hier Vorläufer, die bis zur Jahrhundertwende zurückreichen.

Konzentrierte Nahrungspräparate, Functional Food und Lightprodukte kamen sämtlich schon vor dem Ersten Weltkrieg auf, wurden öffentlich kontrovers diskutiert, hatten teils beträchtliche Markterfolge.<sup>14</sup>

Fortschritte in der Lebensmittelanalytik und klinische Untersuchungen bildeten etwa unmittelbar nach 1900 den Anlass, neue Milchprodukte in die Diätetik und den Massenmarkt einzuführen.<sup>15</sup> Mittels Kefir, Kumys und insbesondere dem nun erst bekannten Joghurt begann man die „Darmfäulnis“ zu bekämpfen, um damit die Gesundheit zu kräftigen und somit das Leben zu verlängern.<sup>16</sup> Milchsäurebakterien wurden systematisch gezüchtet, klinisch erprobt und zu gesundheitsfördernden Produkten umgesetzt<sup>17</sup> (vgl. Abbildung 4).

12 Vgl. die folgenden aktuellen Festlegungen, die auf Definitionen des International Life Science Institute zurückgehen: Functional Food: „A food can be regarded as „functional“ if it is satisfactorily demonstrated to affect beneficially one or more target functions in the body, beyond adequate nutritional effects in a way which is relevant to either an improved state of health and well-being, or reduction of risk of disease“ (Functional Food. Definitions, examples, and the place of fermented dairy products, Danone World Newsletter Nr. 18, 1999, o. P. (Internet). Umfassend unterrichtet DIPLOCK, A. T. u.a.: Scientific Conceptus of Functional Foods in Europe. Consensus Document, British Journal of Nutrition 81, 1999, Supplbd. 1, S1-S27); Designer Food: „[...] foods designed to meet a particular objective“ (Functional Food, 1999, o. P. (Internet)); Probiotika: „A probiotic is a live microorganism which, when it is ingested in sufficient quantities, has a positive impact on health, which goes beyond conventional nutritional effects“ (Ebd.); Prebiotika: „This is a fermentable substance which has a beneficial effect on the intestinal flora“ (Ebd.) (Einen guten Überblick über Pro- und Prebiotika findet man im British Journal of Nutrition 80, 1998, 2. Supplbd.); Novel Food: „This is a new of novel product, which is either produced in a different way or has a different composition from that of previously marketed products“ (Functional Food, 1999, o. P. (Internet)).

13 Vgl. etwa SLOAN, Elizabeth A.: The New Market: Foods for the Not-So-Healthy. Food Technology 53, 1999, Nr. 2, 54-58, 60.

14 Auch im medizinischen Bereich wuchs die Bedeutung der Ernährung als Element gesunder Lebensführung, vgl. SCHITTENHELM, [Alfred]: Die Ernährung als Krankheitsursache und Heilfaktor, Münchener Medizinische Wochenschrift 61, 1914, 1631-1634. Eine Zusammenfassung findet sich in dem monumentalen Handbuch von NOORDEN, Carl v./SALOMON, Hugo: Handbuch der Ernährungslehre, Bd. 1: Allgemeine Diätetik (Nährstoffe und Nahrungsmittel. Allgemeine Ernährungskuren), Berlin 1920.

15 Yoghurt wurde in Deutschland seit 1902 von dem Hannoveraner Natura-Werk hergestellt (SPEETZEN, 1942, 83).

16 PODWYSSOZKI, W.: Der Kefir (Ferment und Heilgetränk aus Kuhmilch). Geschichte, Bereitung, Zusammensetzung des Getränks, Morphologie des Ferments und dessen

Trotz breiter öffentlicher Resonanz scheiterte der kommerzielle Erfolg an den mangelnden Kühlmöglichkeiten in Handel und Haushalt. Das Grundkonzept aber ist klar zu erkennen, nämlich isolierte Einzelemente mit gesundheitlichem Zusatznutzen technologisch zu neuen Produkten zu verdichten. Ähnliche Entwicklungen finden sich zuvor bei sogenannten Nährsalzpräparaten, also bei mit Mineralstoffen, insbesondere mit Kalzium angereicherten Backwaren, Kakao und Schokolade.<sup>18</sup> Diese stammten teilweise aus dem Bereich der Lebensreform, waren also damals Öko-Kost.

Meist waren es diätetische Produkte, die auch als Lebensmittel genutzt wurden. Doch selbst das Grundnahrungsmittel Brot, welches heute verstärkt als Functional Food vermarktet wird, wurde schon um die Jahrhundertwende mit gesundheitlich relevanten Zusatzstoffen hergestellt.<sup>19</sup>

Neben dem schon deutlich erkennbaren Konzept der Nahrungsmittelreicherung entstanden zudem erste Lightprodukte. „Kampf den Genussgiften in den Genussmitteln“ hieß es; das heißt, Lebensmittel wurden von gesundheitlich schädlichen Stoffen befreit, um so ungestörten Genuss zu ermöglichen.<sup>20</sup> Nach 1900 entstand eine breite Palette von entnikotinierten Zigarren und Zigaretten, von alkoholfreien und -reduzierten Weinen und Bieren sowie von entkoffeinisiertem Kaffee. Die Markenartikel sind teils heute noch wohlbekannt<sup>21</sup> (vgl. Abbildung 5).

Erkrankungen; physiologische und therapeutische Bedeutung des Getränks, Zeitschrift für diätetische und physikalische Therapie 5, 1902, 570-595, 643-657. Zum Joghurt vgl. BOUSTEDT, A. v.: Ueber Yoghurt-Milch, Die Gesundheit in Wort und Bild 5, 1908, 164-166, hier 164. Ähnlich Lactobacillus und Yoghurt, Die Umschau 12, 1908, 456. Später Überblick bei DELITSCH, Heinrich: Der Einfluß von Sauermilchgetränken auf die Bakterien im Darme, Die Umschau 46, 1942, 486-489. Strukturell interessant ist PODOLSKY, Scott: Cultural Divergence: Elie Metchnikoff's Bacillus bulgaricus Therapy and his underlying Concept of Health, Bulletin of the History of Medicine 72, 1998, 1-27.

17 Zeitschrift für physikalische und diätetische Therapie 16, 1912, H. 1, II.

18 Vgl. etwa H. O. Opel's Nähr-Zwieback, Aerztliches Intelligenz-Blatt 26, 1879, 496 bzw. die mit Kalzium angereicherten „Vita-Nova“-Vollkornprodukte der 1894 gegründeten Reformbäckerei „Kreuznacher Grahamhaus Karl Studt“ (SPEETZEN, 1942, 88). Die bekannten Lahmannschen Produkte (aus kondensiertem Gemüsesaft) wurden gezielt propagiert, um den wenig schönen Kochweisen zu begegnen: „Von dem Pflanzen-Nährsalz-Extrakt genügt eine erbsengroße Quantität auf einen Teller Suppe. Kakao und Schokolade werden ganz wie sonst bereitet, sind mäßig im Preis, schmackhaft und – ein Palliativ gegen die Leiden unserer Zeit, als da sind: Blutarmut, Bleichsucht, Skrofulose, Nervenleiden usw.“ (Nährsalz-Präparate, Ratgeber fürs Hauswesen, Beilage zu Monika 22, 1890, 186). Später Präparate verbinden Einzelemente, so etwa Hahns Yoghurt-Kakao, Die praktische Berlinerin 9, 1912/13, H. 11, VI. Zu den zahlreichen Eiweiß-, Kohlehydrat- und Fettpräparaten vgl. BENAROYA, Moise: Die künstlichen Nährpräparate. Ihre Bedeutung für die Kranken- und Kinderernährung, Med. Diss. Berlin 1901. Zur weiteren Entwicklung vgl. MASSATSCH, [C.]: Ausblicke und Ziele der Industrie der künstlichen Nährpräparate, Die Volksnährung 1, 1925/26, 304-307.

19 Vgl. für den häuslich-diätetischen Bereich etwa EBSTEIN, Wilhelm: Vorschriften zur Herstellung eiweißreichen Brotes im eigenen Hause, Deutsche Medicinische Wochenschrift 19, 1893, 413-415; DISQUÉ: Einfache Herstellung von Peptonbrot und Peptongebäcken im Haushalt, Die Therapie der Gegenwart 55, 1914, 288. Für den kommerziellen Sektor vgl. dagegen DORNBLÜTH, Fr.: Aleuronat-Mehl und Aleuronat-Brot, Illustrierte Frauen-Zeitung 18, 1891, 40. Parallel hierzu sind zahlreiche Versuche zu sehen, schmackhafte und gut verdauliche Vollkornbrote zu backen, vgl. LEBBIN, Georg: Ueber ein neues Brotbereitungs-Verfahren, Hygienische Rundschau 10, 1900, 409-415. Im Ersten Weltkrieg begannen intensive Forschungen über Brotzusätze, vornehmlich von Kartoffeln, Stärke, Eiweiß- und Ballaststoffen.

20 Vgl. MEYER, Semi: Entgiftung der Genussmittel, Zeitschrift für physikalische und diätetische Therapie 13, 1910, 424-429; GRAFE, Viktor: Entgiftung unserer Genussmittel, Prometheus 22, 1911, 500-503, 513-516.

21 Fliegende Blätter 128, 1908, Nr. 3262, Beibl., 14.



Abbildung 5

Die Utopie einer wissenschaftlich-technologischen Neukonstruktion von Lebensmitteln wurde in den späten 1920er Jahren noch konkreter. Zu dieser Zeit entstanden aufgrund chemischer Grundlagenforschung erste synthetische Präparate der 1911 entdeckten Vitamine.<sup>22</sup> Während des sogenannten „Vitaminrummels“ begannen Diskussionen über die Vitaminisierung von Lebensmitteln, insbesondere von Margarine und Milch.<sup>23</sup> Synthetische Vitaminpräparate fanden im klinischen Bereich breite Anwendung, dienten zudem der Ergänzung der Alltagskost, auch wenn die heutigen Konsumdaten – ein rundes Viertel der Bevölkerung – wahrlich noch nicht in Reichweite waren.<sup>24</sup> Natürliche Mängel der Ernährung sollten mit neuen Produkten ausgeglichen werden, als „Lebensstoffe“ boten sich die Vitamine hier besonders an. Eine optimierte Ernährung sollte darüber hinaus durch die

22 Zum Hintergrund vgl. SPIEKERMANN, Uwe: Bruch mit der alten Ernährungslehre. Die Entdeckung der Vitamine und ihre Folgen, Internationaler Arbeitskreis für Kulturforschung des Essens. Mitteilungen H. 4, 1999, 16–20.

23 Vgl. etwa Die deutsche Margarineindustrie. Mit einer Untersuchung über das Problem der Ölzölle. Verhandlungen und Berichte des Unterausschusses für allgemeine Wirtschaftsstruktur (I. Unterausschuß) 5. Arbeitsgruppe Außenhandel, Bd. 8, Berlin 1930; SCHEUNERT, Arthur: Zur Frage der Vitaminisierung der Margarine, Die Ernährung 2, 1937, 49–55.

24 Aus der Fülle der nicht aufgearbeiteten Literatur vgl. PFANNENSTIEL, W[ilhelm]: Die Bedeutung der Vitamine für die menschliche Gesundheit, Die Medizinische Welt 7, 1933, 945–948; STINER, Otto: Vitamine und Vitaminpräparate, Schweizerische Medizinische Wochenschrift 15, 1934, 1129–1134; SCHROEDER, [Hermann]: Über die jahreszeitliche Bedingtheit von Vitamin-Mangelzuständen und die Möglichkeiten ihrer Überwindung, Hippokrates 8, 1937, 25–29. Zur heutigen Situation vgl. FISCHER, Beate/DÖRING, Angela: Häufigkeit der Einnahme von Vitamin- und Mineralstoffpräparaten. Vergleich nationaler und internationaler Studien, Ernährungs-Umschau 46, 1999, 44–47 (23,5% nahmen 1990/92 Vitaminpräparate; ähnlich lagen die Ergebnisse 1994/95 in Augsburg (18,1% der Männer, 27,5% der Frauen konsumierten Vitamin- und Mineralstoffpräparate), höher dagegen 1995/96 in Brandenburg (25,5% der Männer und 32,6% der Frauen konsumierten regelmäßig).

25 Grundlegend für die zweite Phase des Einsatzes von Jodsalz war HUNZIKER-SCHILD, H[einri]ch: Der Kropf, eine Anpassung an jodarme Nahrung, Aphoristische Gedanken über Wesen und Verhütung des Kropfes, Bern 1915. In Deutschland wurde – von einigen Versuchen in Bayern abgesehen – das Vollsatz nicht eingeführt. Vgl. als Plädoyer für die Einführung FISCHLER, F.: Die Kropfbefreiung der Gesamtbevölkerung.

Anreicherung einzelner Lebensmittel mit Spuren- und Mengenelementen erreicht werden. So etwa durch das seit Anfang der 1920er Jahre diskutierte Jodsalz oder aber – noch früher – durch die Anreicherung mit Kalzium.<sup>25</sup> Gesundheit war stets das Hauptargument, um diese Produkte zu propagieren.

Ich könnte hier fortfahren, die Palette der Beispiele zunehmend verbreitern, zumal im Zweiten Weltkrieg eine umfassende Vitaminisierungspolitik betrieben wurde.<sup>26</sup> Doch es dürfte auch so deutlich geworden sein, dass die uns im Felde des „Designer Food“ vorgeführten Zukunftsszenarien eine beträchtliche Vorgeschichte haben, dass sie Resultate von Denkansätzen sind, die aus dem kausalen und materiellen Denken der Jahrhundertwende resultieren. Angesichts der bisherigen Erfahrungen mit wissenschaftlich-technologischen Versprechungen halte ich es entgegen aller aktuellen Begeisterung für höchst unwahrscheinlich, dass „Designer Food“ und speziell „Functional Food“ zentrale Elemente unserer zukünftigen Ernährung sein werden. Die Verheißen von Gesundheit und Genuss haben schon zu häufig getrogen. Und angesichts der Schwierigkeiten, die Bedeutung einzelner Stoffe und Stoffgruppen im komplexen Gesamtgefüge der Ernährung präzise zu fassen, wird sich ein zunehmendes Gesundheitsbewusstsein wohl kaum allein auf diese neuen Produkte konzentrieren.

Ich habe Ihnen bisher zwei Konzepte vorgestellt und diese ziemlich strikt voneinander geschieden. So ist das üblich, das erleichtert die Übersicht, ermöglicht klare Gut-Böse-Schemata. Hier Öko, da die Industrie. Dadurch entstehen bestimmte Expertenkreise, die Diskussion konzentriert sich auf ein Gespräch zwischen Wissenschaft und Wirtschaft. Polare Konzepte dieser Art haben eine einfache Funktion: Sie grenzen vielfach das aus, was „zwischen“ den Polen steht: Das Handeln der vielen, der Ernährungsalltag des fiktiven Wesens „Verbraucher“. Gesellschaftliche Bedingtheiten unserer Ernährungsweisen werden so zu Randgrößen, Esskultur bleibt ein an sich unbekanntes Feld.<sup>27</sup> Das wird deutlicher, wenn wir auf die Gemeinsamkeiten von „Öko-Kost“ und „Designer Food“ eingehen.<sup>28</sup> Beide deuten menschliches Essen in der jeweils gegebenen Form als defizitär,

Eine eugenische Forderung, Deutsche Medizinische Wochenschrift 65, 1939, 121–124. Zusammenfassend, aber einseitig und unsystematisch: WEBER, Bernhard Alfred Richard: Entwicklung der Gesetzgebung zur Jodsalzprophylaxe in Deutschland. Med. Diss. Marburg 1981. Zum Kalzium vgl. USENER, Walter: Über die biologischen, diätetischen und pharmakologischen Wirkungen des Kalziums. Berliner klinische Wochenschrift 57, 1920, 1144–1149. Für die Trinkwasserchlorierung sprachen dagegen nicht gesundheitliche, sondern hygienische Gründe, vgl. SPITTA: Zur Geschichte der Trinkwasserchlorierung, Reichs-Gesundheitsblatt 3, 1928, 533–535; HASSE, L. W.: Über die Chlorung von Wasser. II, Das Gas- und Wasserfach 72, 1929, 217–222 sowie aktuell DANIEL, Otto: Mikrobielle und chemische Risiken des Trinkwassers. Mitteilungen aus dem Gebiete der Lebensmitteluntersuchung und Hygiene 89, 1998, 684–699.

26 Vgl. FALKE, Berthold/LEMMEL, Gerhard: Vitaminisierung der Lebensmittel. Die Ernährung 4, 1939, 417–425; Vitamin-C-Aktion für Schulkinder – eine kriegswichtige Maßnahme, Wiener klinische Wochenschrift 46, 1940, 636–637; THALER, A./SCHULTE, K. E.: Zur Frage der Vitaminisierung der Margarine, Vorratspflege und Lebensmittel-Forschung 4, 1941, 264–269; ERTEL, Hermann: Zu den gegenwärtigen, vorsorglichen Maßnahmen der Vitaminversorgung, Die Ernährung 6, 1941, 105–107.

27 Wer hier weiterführend nachlesen will, sei auf BARLÖSIUS, Eva: Anthropologische Perspektiven einer Kulturosoziologie des Essens und Trinkens, in: WIERLACHER, Alois/NEUMANN, Gerhard/TEUTEBERG, Hans Jürgen (Hg.): Kulturthema Essen. Ansichten und Problemfelder, Berlin 1993, 85–101 bzw. DIES.: Essen und Trinken als Gegenstand kulturwissenschaftlicher Forschung, in: WEGGEMANN, Siegrid/ZICHE, Joachim (Hg.): Soziologische und humanethologische Aspekte des Ernährungsverhaltens. Strategien und Maßnahmen, Frankfurt a. M. 1993, 59–63 verwiesen.

Claus Leitzmann  
Maike Groeneveld

## Gesundheit kann man essen

Bioaktive Stoffe in Lebensmitteln



Abbildung 6

als gesundheitlich bedenklich, als verbesserungswürdig.<sup>29</sup> Beide setzen ihre Interpretationen gleichsam absolut, grenzen damit die Motive der Mehrzahl der Bevölkerung so zu essen, wie sie essen, faktisch aus. Beide verstehen den einzelnen als uninformativ und träge, misstrauen dessen eigenständigem Handeln, bieten ihm statt dessen Patentrezepte für die rationale Gestaltung des Alltags. Zwischen Ernährungsalltag und den Basiskonzepten besteht ein hierarchisches Gefälle, in dem man sich wechselseitig gut einrichtet. Die einen essen, die anderen diskutieren.

Manchmal machen Kleinigkeiten bestimmte Sachverhalte deutlicher. Auf den Abbildungen 6 und 7 wird mit dem gleichen Slogan einmal die Vollwerternährung empfohlen, im zweiten Fall dagegen für Functional Food geworben.<sup>30</sup>

Was fehlt hier? Mir fehlt ein verstehender Blick von unten, vom Denken, Fühlen und Handeln der Essenden selbst. Ein Blick, der Ernährung und Essen nicht auf Lebensmittel reduziert, son-

28 Die wechselseitige Kritik betont natürlich die Unterschiede: „Wir haben also den merkwürdigen Zustand bei uns: durch die Nahrungsmittelindustrie wird ein großer Teil der Volksnahrungsmittel biologisch entwertet, und die chemische Industrie gibt die fehlenden Vitamine wieder. Als hoffentlich unerreichbares Ziel einer solchen Gedankensrichtung kann man die „synthetische Tomate“ ahnen. Zwangsläufig hat die Arbeit der „Veredelungsindustrie“ mit allen ihren Folgen das Einsetzen der chemischen Industrie zwecks biologischer Ergänzung zur Folge. Besser aber als dieser komplizierte Umweg wäre doch wohl ein Verfahren, das die einwandfreie Gewinnung und Erhaltung der Volksnahrungsmittel gesetzmäßig erstrebte und das jene technischen Verfahren verbieten würde, die zwar zu längerer Haltbarkeit der Nahrungsmittel führen, gleichzeitig aber eine biologische Minderwertigkeit zur Folge hätten.“ (KOLLATH, [Werner]: Therapeutische Ausblicke der modernen Vitaminforschung, Therapie der Gegenwart 75, 1934, 148-152, hier 150).

29 Zu unmittelbaren Bezügen vgl. HARDING, Fred/HARDING, Mervyn: The Vegetarian Perspective and the Food Industry. Research on vegetarian diet has profoundly influenced food industry, Food Technology 46, 1992, Nr. 10, 114, 116, 121; PUMBERGER, M.: Erfassung, Lagerung und Homogenisierung von Getreide aus dem ÖKO-Anbau, Getreide, Mehl und Brot 52, 1998, 142-143; MERIMELSTEIN, Neil H.: Minimal Processing of Produce, Food Technology 52, 1998, Nr. 12, 84-86. Zur wechselseitigen Kritik vgl. beispielhaft MASCHKOWSKI, Gesa/LEITZMANN, Claus:



Abbildung 7

dern als mit Sinn verbundenes Tun versteht und erklärt. Die Art, wie wir essen, ist nämlich nicht allein abhängig von den gegebenen Angeboten. Sie ist vielmehr von der Art, wie wir leben, nicht zu trennen. Essen ist Teil eines Sichzurechtfindens in der Welt, zeigt ein lebenspraktisches Arrangement zwischen unseren Wünschen und den wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Möglichkeiten.

Für mich bedeutet dies, dass wir andere, weitere Informationen haben müssen, die die gängigen Marktdaten, soziologischen Standardkategorien und Ergebnisse der heterogenen Erhebungen zum Ernährungsverhalten der Bevölkerung ergänzen und hinterfragen. In Großbritannien und den skandinavischen Ländern werden seit fast zwei Jahrzehnten verstehende, qualitative Verfahren eingesetzt. Sie fragen danach, warum Menschen so essen, wie sie essen, versuchen die dahinter stehenden kulturellen Codes, die bestehenden Vorstellungen, Mentalitäten, Traditionen zu ergründen.<sup>31</sup>

Ziele der Gentechnik im ernährungsökologischen Kontext, in: BEHRENS, Maria/MEYER-STUMBORG, Sylvia/SIMONIS, Georg (Hg.): Gentechnik und die Nahrungsmittelindustrie, Opladen 1995, 121-149.

30 Titelseite von LEITZMANN, Claus/GROENEFELD, Maike: Gesundheit kann man essen. Bioaktive Stoffe in Lebensmitteln, München 1996 bzw. von Nutritio. Ernährungsmagazin der Nestlé Schweiz Nr. 37, 1999.

31 Vgl. etwa die schon klassischen Texte von MURCOTT, Anne: On the social significance of the „cooked dinner“ in South Wales, Social Science Information 21, 1982, 677-696; CHARLES, Nikkie/KERR, Marion: Women, Food and Families, Manchester/New York 1988. Für Skandinavien vgl. etwa die Texte von PRÄTTÄLÄ, Ritva: Outlining Multidisciplinary Food History, in: FÜRST, Elizabeth u. a.: Palatable Worlds. Sociocultural food studies, Oslo 1991, 17-31; HOLM, L[otte]: Cultural and social acceptability of a healthy diet, European Journal of Clinical Nutrition 47, 1993, 592-599 (Gesunde Kost wird von den Probanden als äußerst voluminös, aus vergleichsweise normalen Lebensmitteln bestehend und schmackhaft bewertet. Überraschend auch die Diskrepanz in der Bewertung, welche Lebensmittel gesund sind). Vgl. auch die Ergebnisse einer eher konventionellen Studie wie die von JOHANSSON, Lars: Healthy dietary habits in relation to social determinants and lifestyle factors, British Journal of Nutrition 81, 1999, 211-220.

Die Diskussion über die Zukunft unserer Ernährung böte dabei einen guten Schnittpunkt. Denn bei aller Wissenschaftlichkeit, bei allen ökonomischen Zwängen bilden kulturelle Codes den Hintergrund auch dieser Debatten. Die gegenwärtigen Trenddiskussionen, die Schwerpunkte der Forschungsarbeit sind eher Ausdruck unserer Träume und Wünsche als verlässliche Wegmarken künftiger Ernährungsweisen. Da darf auch das Bundesforschungsministerium mal bis zu 100 Mio. DM für Lebensmittel ausgeben, von denen man hofft, dass sie Krankheiten vorbeugen.<sup>32</sup>

Betrachten Sie einige ausgesuchte Zukunftsszenarien, so finden Sie abseits der einzelnen Lebensmittel regelmäßig sehr abstrakte Begriffe, die das Verhalten der vielen bündeln sollen.<sup>33</sup> Genuss, Gesundheit, Natürlichkeit und Bequemlichkeit – wer würde sich das nicht wünschen? Die Auseinandersetzung beginnt, wenn es darum geht, diese abstrakten Begriffe inhaltlich zu füllen, um die eigenen Produkte zu verkaufen. Am Ende steht der große Geschmack. Und der kann dann wie in Abbildung 8 gezeigt aussehen.<sup>34</sup>

Begriffe spezifisch zu definieren, ist ein klassisches Herrschaftsmotiv. Die meisten Trenddiskussionen sind letztlich ökonomischen Imperativen verpflichtet. So etwa, wenn man danach fragt, wie sich das Produktangebot in Europa künftig entwickeln wird<sup>35</sup> (vgl. Abbildung 9).



Abbildung 8

32 BMB+F Presse-Info vom 08.08.1998. Es handelt sich um Milchprodukte mit erhöhtem gesundheitlichem Wert, Flavonoidreiche Lebensmittel, Konjugierte Fettsäureisomere, Lebensmittel aus transgener Rapssaat, Getreide ohne Zöliakietoxizität, Qualitätsverbesserung von Lebensmitteln durch Carotinoide sowie Lebensmittel auf Basis von Kohlehydratpolymeren. Für den Hinweis danke ich Frau Wolff.

33 [http://www.doebler.de/d\\_trend.htm](http://www.doebler.de/d_trend.htm).

34 Es handelt sich um einen Beipackzettel der Firma Jelly Belly.

35 KATZ, Fran: Top Product Development Trends in Europe, Food Technology 53, 1999, Nr. 1, 38-40, 42.

36 Verwiesen sei nur auf BAYER, Otto/KUTSCH, Thomas/OHLY, H. Peter: Ernährung und Gesellschaft. Forschungsstand und Problembereiche, Opladen 1999, v. a. 51-89.

37 Vgl. hierzu SPIEKERMANN, Uwe: Eßkultur heute. Was, wie und wo essen wir?, in: Gesunde Ernährung zwischen Natur- und Kulturwissenschaft. Die Arbeit der Dr. Rainer Wild-Stiftung, Dr. Rainer Wild-Stiftung, Münster 1999, 41-56 (Hg.) sowie insbesondere FISCHLER, Claude: Food, self and identity, Social Science Information 27, 1988, 275-292. Sinnwidrig auch DERS.: Über den Prozeß der McDonaldisierung, in: mäßig und gefräßig, MAK-Österreichisches Museum für angewandte Kunst, Wien 1996, 250-261 (Hg.).

## Trends der Produktentwicklung in Europa

### 1. Haupttrend: Authentizität

- Natürliche Aromen
- Natürliche Grundstoffe
- Regionalität
- Geschmack

### 2. Haupttrend: Gesundheit

- Ökologische Produkte
- Gentechnikfreie Produkte
- Pre- und Probiotika
- Abkehr von rotem Fleisch

### 3. Einzeltrends

- Wachsender Kostendruck
- Kürzere Produktzyklen
- Dynamik bei alkoholfreien Getränken
- Wachsender Markt für Luxusprodukte
- Wachsende Bedeutung von Geflügel
- Alter dient der Marktsegmentierung

Nach KATZ, Fran: Top Product Development Trends in Europe, Food Technology 53, 1999, Nr. 1, 38-40, 42.

2. aid-Forum Bonn 01.06.1999

Abbildung 9

Ich will hierauf nicht näher eingehen, bin ich doch sicher, dass Professor Kutsch Sie über einige dieser Trends genauer unterrichten wird.<sup>36</sup> Für mich stehen andere Probleme im Mittelpunkt, wenn wir uns über die Ernährung im 21. Jahrhundert Gedanken machen. Diese konzentrieren sich auf soziale und kulturelle Momente. Hier – und nicht vorrangig auf der Angebotsseite – gilt es anzusetzen, um realistischer diskutieren zu können.<sup>37</sup>

Sechs Entwicklungen erscheinen mir besonders bedeutsam. Sie sind allesamt nicht über einen Leisten zu schlagen, also in sich durchaus widersprüchlich.

1. Unsere Grundsituation ist die der Fremdversorgung. Das ist Grundlage einer arbeitsteiligen Gesellschaft, doch trennt sie uns von der Entstehung und Herstellung der Lebensmittel. Wir wissen daher relativ wenig von der Verarbeitung, Herkunft und Zeit unserer Lebensmittel. Die Gefahr eines kritiklosen Verzehrs vorgegebener und auch neuer Angebote wächst, doch zugleich bestehen neue Chancen bewusster und verantwortlicher Auswahl.

2. Wohlstand und eine von Arbeitswelt und sozialen Anspruchs-haltungen geprägte Zeitverwendung befreien uns vom Zwang, Speisen selbst zubereiten zu müssen. Hier wachsen Verfügungs-möglichkeiten insbesondere im Bereich von Convenience-produkten und im Außer-Haus-Verzehr. Zugleich aber verlieren wir wichtige Elemente unserer Kreativität, die Esskultur durchaus kennzeichnen kann. Die sinnlichen Beziehe zum Essen schwinden, verlagern sich auf die beim Essen.

3. In einer individualisierten Gesellschaft hilft Essen zu zeigen, wer wir sind, was wir schätzen, zu wem wir gehören wollen. Die Vorgaben traditioneller Milieus schwinden in einer viel-gestaltigen Gesellschaft. Doch Individualisierung bedeutet nicht allein Freiheitsgewinn und wachsende Selbstverwirklichung. Das selbstbestimmte Ich sucht immer auch Vorgaben, an die

es sich klammern kann. Hier liegt die Einbruchsschneise für kommerzielle, pseudowissenschaftliche und wissenschaftliche Angebote, die individuelles Handeln begründen können. Das Angebot an Sinnstiftung und Handlungslegitimationen wächst, doch zugleich wächst deren innere Heterogenität. Wirtschaft, Wissenschaft und Medien geraten so in strukturelle Legitimationsprobleme.

4. Diese Entwicklungen gelten besonders für Frauen, deren Wissen über Ernährung und Gesundheit ausgeprägter als das von Männern ist. Sie profitieren vom zerbreisenden Patriarchat – und doch stimmt dies nicht nur hoffnungsfroh. Denn Frauen sehen sich verstärkt Anspruchsprofilen gegenüber, denen sie sämtlich kaum genügen können (vgl. Abbildung 10).

Dabei bilden vermeintlich männliche Handlungs- und Gestaltungsmuster den Orientierungsrahmen. Die Folgen für Speisenzubereitung, Mahlzeiteinnahme und Ernährungserziehung sind deutlich wahrnehmbar. Doch Männer reagieren nur in Ausnahmefällen partnerschaftlich.<sup>38</sup> Eine Diskrepanz zwischen Wissen, Norm und Handeln prägt zunehmend unseren Ernährungsalltag.

5. Dieser aber ist geprägt durch langfristige Veränderungen unserer konventionellen Lebensmittel und Lebensmittelgruppen. Ich nenne nur Fragen von Handelsklassen, von Mindestgehalten, von veränderten technologischen Verfahren, neuen Hilfs- und Grundstoffen, von Aromen und Zusatzstoffen unterschiedlicher Funktion. So entsteht ein zunehmend breites Angebot unterschiedlichster Qualität<sup>39</sup>, wandelt sich das Altbekannte. Dieses kann überfordern, belebt die Sehnsucht nach einfachen und vertrauten Speisen und Lebensmitteln.<sup>40</sup> Doch die täuscht in der Regel, macht das Suchen zum Dauerzustand.

6. Das gilt besonders, weil unsere Lebensmittel zunehmend andere Aufgaben übernehmen als zu nähren. Sie werden zu Projektionen unserer Wünsche, werden Projektionsflächen des Alltags. Lebensmittel bilden eigene Symbolwelten, die man kennen sollte, bevor man Änderungen im Ernährungsverhalten propagiert.

Diese sechs Entwicklungen verweisen jeweils auf den soziokulturellen Rahmen, in dem sich unsere Ernährung abspielt und abspielen wird. Neue Fragen stellen sich, solche von Sicherheit und Unsicherheit, von neuen Erfahrungen und der Tragkraft von Traditionen, von wachsenden Möglichkeiten und in sich heterogenen Esskulturnen. Ernährung wird sich im 21. Jahrhundert nicht mehr so einfach auf einen Nenner bringen lassen wie noch vor 50 Jahren, als es erst einmal galt, sich wieder satt essen zu können. Megatrends welcher Art auch immer sehe ich daher keine, statt dessen das Fortlaufen vieler Einzelentwicklungen.

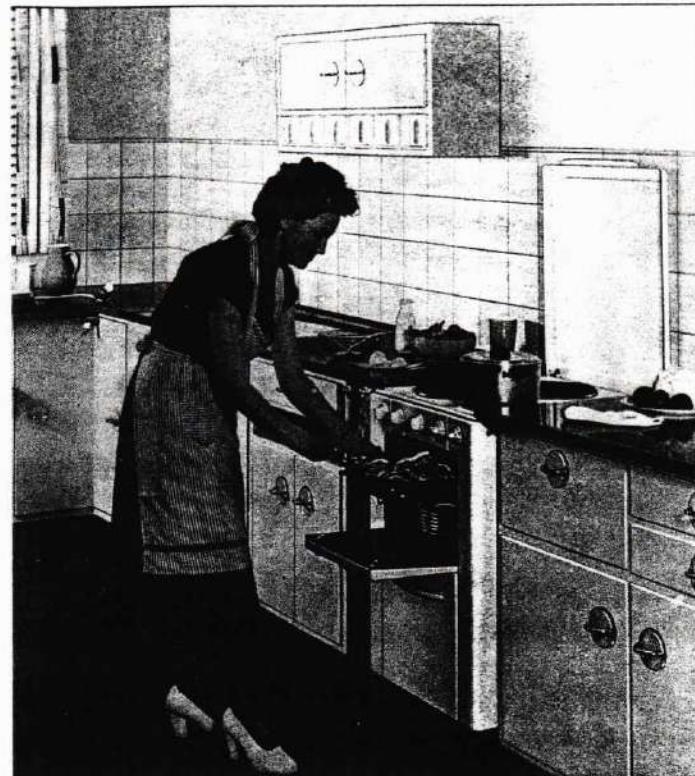
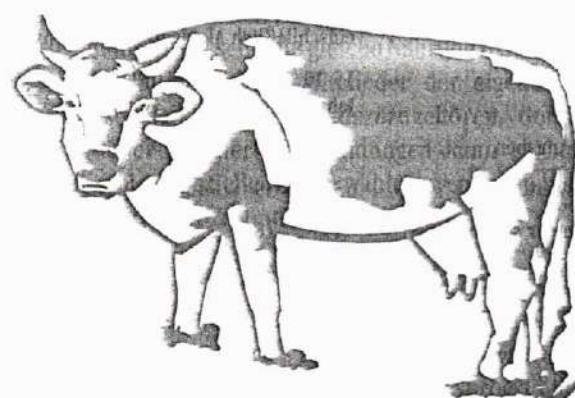


Abbildung 10

„Öko-Kost“ und „Designer Food“ stehen für solche Einzelentwicklungen. Doch sowohl der soziokulturelle Rahmen von Essen und Ernährung, als auch die mit den „neuen“ alten Lebensmitteln verbundenen Utopien sollten unsere Diskussion weiten helfen. Die Art, wie wir essen, ist von der Art, wie wir leben, nicht zu trennen. Im Essen bündeln sich Ziele und Ansprüche gesellschaftlicher Art: Das Ziel einer leidfreien Gesellschaft, in der auch Alte bis kurz vor Lebensende aktiv sein können. Eine Gesellschaft der Gesunden, eine des Genusses und des erfüllten Geschmacks. Eine Gesellschaft des sozialen Ausgleichs, in der niemand Mangel leidet. Und auch eine Gesellschaft internationaler Geschwisterlichkeit, in der Reiche und Arme teilen. Betrachten wir dies vor dem Hintergrund bestehender Machtverhältnisse und unterschiedlicher Interessen, so zeigt sich, wie wichtig eine Diskussion über die Zukunft unserer Ernährung sein kann, denn sie ist eine elementar politische Diskussion. Ihr sollten wir uns – als Wissenschaftler und als Bürger – stellen.



<sup>38</sup> So das ernüchternde Fazit der (vielleicht etwas einseitigen) Studie von SELLBACH, Brigitte: Wie kommt das Essen auf den Tisch. Die Frankfurter Beköstigungsstudie, Baltmannsweiler 1996.

<sup>39</sup> KÜHNE, Petra: Lebensmittel 2000. Wie sehen unsere Ernährungsgewohnheiten im nächsten Jahrtausend aus?, Lebendige Erde 49, 1998, 121-127, hier 121, nennt 74.000 Lebensmittel für das Jahr 1994, gibt allerdings keine Quelle hierfür an.

<sup>40</sup> Neues Orientierungswissen fordert als Konsequenz LEONHÄUSER, Ingrid-Ute: Ernährungskompetenz im Kontext einer Risiko- und Erlebnisgesellschaft, Hauswirtschaft und Wissenschaft 45, 1997, 24-29.