

Vortrag bei/für AMC / Kontakt - Frau Berg 06721/180-239
22.02.1997 Frankfurt

Oltersdorf: Bedeutung des Kochens in der Zukunft

Einleitung / Vorspeise / "Entree" allg. Begrüssung

(Definition - Kochen / (nicht im engen Sinn als eine Gartechnik / Garen mit viel Wasser - gar nicht im AMC Sinn) / sondern "Kochen" als Metapher für Umgang von Nahrung im Haushalt / (Vor- Zubereitung - Nachbereitung - Bereitstellung - damit man/frau essen kann)

FOLIE: Die Vielfalt von Techniken/Aufgaben / (Übersicht aus dgh-Buch)

Inhalte des Vortrages sind für sich einzeln betrachtet recht simpel; doch ich hoffe in der Zusammenstellung nach diesem kleinem Entree, Ihnen 3 Gänge eines Gedankenmenüs anzubieten, das ihnen mundet. Wie aus einzelnen LM verschiedene Menüs gekocht werden können, so möchte ich bei Ihnen aus vielem bereits bekannten Erkenntnissen, bei Ihnen Gedankenbilder (in ihrem Kopf) über die Zukunft des Kochens induzieren (erzeugen), die Ihr Interesse finden (die ihnen schmecken, munden).

Beginnen will ich mit einer kurzen Zeitreise in die Vergangenheit; denn aus Abläufen was war, kann die Zukunft besser abgeleitet werden, man kann Entwicklungen fortschreiben.

Der (vorgeschichtliche) Mensch war (wie alle tierische Lebewesen) darauf angewiesen Nahrungs(energie) zu erwerben, zu sammeln und zu verzehren (veratmen). Grundlage dafür ist die Assimilation der grünen Pflanzen (grüner Farbstoff - Chlorophyll; aus Mineralstoffen, CO₂, Wasser + Sonnenenergie = Grundlage des Lebens).

Zum Sammeln und Jagen ist bereits "Know how" nötig; doch ursprünglich wurde Alles roh verzehrt. Vor ca. 500.000 Jahre wurde das Feuer nutzbar gemacht (Peking Mensch; in Europa - ca. 200.000 Jahren). Dies wurde auch zur Nahrungszubereitung genutzt (Steingruben-Kochen von Suppen; Grillen). Die Nahrung wurde bekömmlicher und von größerer Verfügbarkeit. Das Kochen ist eine wesentliche Kulturleistung von Menschen. Essen ist mehr als bloße Energie- und Stoffaufnahme, sondern dient auch dem sinnlichen Genuß und ist eine soziale Veranstaltung. ("Tiere - Frösche - trinken keinen Wein/Champagner").

Nun ein Sprung zum Zeitalter der "industriellen Revolution" und zum ersten Gang.

1. Gedanken-Gang: "Das Kochen verschwindet aus dem Haus ...

... und wird industrialisiert)

Die Nahrungskette (vom Anbau bis zum Verzehr/Verdauung) wird zerlegt. Es gibt heute Nahrung für Massen (Massennahrung). Eine richtige Massenproduktion setzte erst nach dem ersten Weltkrieg ein, und zwar durch

- Zerlegung in einzelnen Arbeitsschritte - Taylorismus / Spezialisierung, und durch

- Standardisierung (Ford: Auto - Thin Lizzie) - Fordismus / Professionalisierung.

Früher war die Ernährung für viele (Arme) monoton ("Kartoffel in der Früh; des Mittags in der Brüh, des Abends samt dem Kleid ("Pellkartoffeln"), Kartoffeln in Ewigkeit"); jedoch für andere (Wohlhabende) reichhaltig und verschwenderisch ("Rekordtafeln im Hof", Entwicklung der Kochkunst am Hof und Übergang in den gut bürgerlichen Haushalt).

Mit der Industrialisierung der Nahrungsproduktion erfolgte eine Konzentration auf wenige Ausgangsprodukte (Weizen; Milch - Kuh, Schwein; Kartoffel; Zucker, Alkohol - 2/3 aller Energien). Daraus entsteht eine unglaubliche Vielfalt (Folie - Innovationsreport von MADAKOM). Es entsteht eine Vielfalt aus der Einfachheit der Ausgangs-Lebensmittel.

Diese Entwicklung zur Massennahrung hat bewirkt, daß das Nahrungsangebot (bei uns) sicher, preiswert und ausreichend (eher im Überfluß) ist. Es herrscht Nahrungssicherheit (food security). Das Angebot allein reicht nicht, sondern Menschen müssen auch damit richtig umgehen können. Dies ist noch nicht gewährleistet. Der Umfang an ernährungsabhängigen Krankheiten zeigt, daß das Ziel Ernährungssicherheit (nutrition security) noch nicht erreicht ist (gerade wieder Ernährungsbericht 1996).

Diese "Vermassung" erfolgt auch in anderen Lebensbereichen: Massentourismus, Massenmedien, usw.

Eine "Demokratisierung der Ernährung" (Luxus, Champagner für Alle) mit größerer Abwechslung für Alle setzte in Deutschland erst nach dem Zweiten Weltkrieg ein. Ein Symbol für den Beginn dieser modernen Ernährung ist der "Hawaii-Toast" (mit den gekauften Zutaten: Toast-Brot; Scheibletten-Schmelzkäse; Ananasscheiben + Cocktailkirsche aus der Konserve).

Die Nahrung als Naturprodukt wird (für einen immer größeren Anteil in der Bevölkerung) immer fremder. Der Kontakt zur Nahrung (außer über Medien/Kopf) beginnt für die meisten heute im Supermarkt. Die Zeitverwendung - fürs "Kochen" (Frau 90-120min am Tag; dazu ca.30min Einkauf) und fürs Essen als solches (ca. 90 min; Mann + Frau gleich) wird immer kürzer. (Trend in USA: Weekend-dinner bei 33% der Frauen in 15-30min fertig). Es wird immer mehr Vorgefertigtes eingekauft; dies hat Zukunft (wie z.B. geschälte Kartoffeln; geschnittener Salat (TOP TEN TRENDS)). Die Nahrungskette wird in immer kürzere Abschnitte der Nahrungskette zerlegt.

Immer mehr (vor allem junge Menschen) können nicht mehr Kochen. Dies zeigen die Ergebnisse der

- IGLO-Forum-Studie (FOLIE)

und auch einer mehr qualitativen, intensiven Studie von Frau SELLACH mit dem Thema "Wie kommt das Essen auf den Familientisch?".

Die Ergebnisse zeigen, daß es für das Erlernen der "Kulturtechniken" des Haushaltes kaum noch einen Ort gibt. Früher lernten "Mädchen" praktisch nebenher durch die "Mutter" als Vorbild. Heute wird von vielen Seiten der Hausarbeit ein negatives Image verpasst (niederwertig, schmutzig; das Bild einer benutzten Küche, der Abwasch, wer räumt auf?). Die Kompetenzen für Haushaltsführung gehen verloren. Auch Bildungseinrichtungen sehen hier keine Priorität mehr. Solche "Lebens-Basis-Qualifikationen" werden sehr unterschätzt.

Es gibt auch Hinweise darauf, daß das Können des Kochens im Nahrungshandwerk verloren geht, da auch hier immer mehr "Convenience" Einzug hält ("Handwerk ohne Hände; Köche-Verein klagt über den Abstieg in der Kochkunst).

2) Gedanken-Gang: Kann es Leben ohne Kochen geben?

Die (primäre) Organisationsform für die Daseinsbewältigung (Bedarfsbefriedigung) ist der Haushalt. Traditionelle Haushalte haben alles selbst gemacht; sie hatten dazu interne Dienstleistungen gehabt (Großfamilien/Sippen - Dienstpersonal). Die Aufgaben sind vielfältig und als solche praktisch unveränderlich.
(FOLIE: Blossé-Reisen S.109)

Heute werden die Dienste vermehrt von außen eingekauft ("Outsourcing"). Der moderne Haushalt führt die "neue Hausarbeit" als Management- und Organisationsarbeit ein.
(FOLIE - Thiele-Wittig)

Allein im Bereich "Kochen" ist ein unübersehbarer "Wissenstransfer" von Lebensmittel- und Ernährungswissenschaft in den Haushalt potentiell vorhanden (es gibt viele entsprechende Bücher zur angewandte Lebensmitteltechnologie/Wissenschaft, die im Haushalt eingesetzt werden könnten; erinnern an erste FOLIE - jeder dort aufgeführte Schritt ist technisch zu optimieren, geschieht auch industriell). Dies im Haushalt alles umzusetzen ist unmöglich, bestenfalls in einigen Teilbereichen wäre dies denkbar.

Durch eine Gegenüberstellung der Alternativen von Selbst-Kochen "do it yourself" und Fremd-Kochen ("out-sourcing") zeigen sich verschiedene Vor- und Nachteile.
Diese sind in der folgenden FOLIE gegenübergestellt.

Es wird durch "outsourcing" Mittel und Zeit gespart. Doch was man an Ökonomie gewinnt, verliert man an Fähigkeiten.

So bleibt als Antwort:

Ja, es kann Leben ohne Kochen geben; doch es wird ein "ärmeres" Leben sein.

Vor- und Nachteile vom Selber- und Fremdkochen

(bei gleichem Produkt - z.B. Brot, Kartoffelkloß, etc. - jeweils aus der Sicht des Haushaltes bzw. Verbrauchers)

BEREICH	"do it yourself"	"Outsourcing"
Material (z.B. Lebensmittel)	höhere Kosten im allgemeinen, außer in Hochsaison	niedrige Kosten (kann günstiger einkaufen)
Miteileinsatz (z.B. Geräte)	höhere Kosten	niedrige Kosten
Zeitaufwand	hoch	gering
Wissen/Fertigkeiten	hoch	gering
Management/Planung	hoch	gering
Vertrauen/Sicherheit	hoch	"verunsichert"
Qualitätskontrolle, objektiv, Gesundheit	niedrig	hoch
Qualitätskontrolle, subjektiv, Geschmack	hoch	niedrig
Bedarfsanpassung	hoch, individuell	niedrig, standardisiert
Kommunikation	hoch	niedrig
Sinnentraining	hoch	niedrig
Kreativität	hoch	niedrig
(Eß)Kultur	hoch	niedrig

(Oltersdorf, 1996)

3) Gedanken-Gang: "Kochen macht Sinn(e)"

Der Mensch nimmt mit all seinen Sinnen die "Umwelt" wahr. Heute werden einige Sinne bevorzugt genutzt. Das sind Sehen und Hören - das sind die "FERN-(SEH)-SINNE". Die Distanz (zwischen Menschen und Mensch und Natur) wird überbetont, es erfolgt mehr Außenorientierung.

Auge (Visuell): Print-Medien; Kunst-Unterricht - Seh-Unterricht /

Ohr (Audio): Musik-Unterricht - Hör-Unterricht

Audio-Visuell: Video, PC, Multimedia / virtuelle Welt im Kopf ("Cyber-Space")

Es fehlt der Umgang mit den NAH-SINNEN, mit dem Körper und die Eigenorientierung. Das sind: tasten, riechen, schmecken. (Kochunterricht stellt ein Training der NAH-SINNE dar - s.u. Kochtraining in Frankreich).

Die einseitige Nutzung von Sinnen hat negative Auswirkungen für Menschen (analog - wer sich nicht bewegt, immobil ist - wird krank, schwach). So wurde im April auf der Tagung "Gesundheit und Medien" (in Köln) von Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung betont, daß Tast-, Geruchssinn und motorische Fähigkeiten von audiovisuellen Medien kaum angesprochen werden. Studien belegen, daß die einseitige Nutzung menschlicher Fähigkeiten die Krankheitsanfälligkeit erhöht. Heute haben viele Kinder bereits typische Erwachsenen-Krankheiten: chronische Verdauungsstörungen und Nervosität/Unruhe ("hyperkinetisch").

Eine Reihe von Entwicklungsstörungen bei Kindern ist auf Defizite in der sensomotorischen Integration zurückzuführen. Die Therapie beinhalten Sinnenschulung (z.B. durch Spieltherapie, dabei wird auch Kochen als Therapie benutzt).

Die Physiologie der Sinne ist gut bekannt (s.Folie/UMDRUCK - Ruf). Im Hirn sind sie an verschiedenen Stellen lokalisiert, und im Kopf entstehen aus den vielkanäligen Informationen "GESTALTEN" - das sind komplexe Bilder bzw. Zusammenhänge. Je mehr Sinne daran beteiligt sind, desto komplexere Bilder entstehen, und desto komplexer können wir wahrnehmen und Probleme lösen ("positiver Systemzusammenhang"). Tiere mögen zwar einzeln "schärfere" Sinne haben, aber sie haben einfachere Wahrnehmungsgestalten und können deshalb weniger differenziert handeln (Probleme lösen, differenzieren, urteilen). Isoliertes Sinnentraining ist von geringerem Nutzen als "mehrkanaliges" (z.B. Gedächtnistraining mittels "Eselsbrücken", einbinden von Informationen in Geschichten).

Der Umgang mit Nahrung, das Kochen erfordert alle Sinne, und dies von Beginn des Lebens. Es trägt somit zur Entwicklung von Kindern bei. Die Muttermilch schmeckt nachdem was die Mutter isst; Standardmilch der Industrie schmeckt immer gleich. Beim Füttern der Kinder gibt es nicht nur Eßgeräusche, sondern auch Unterhaltung, Ansprache und Zuwendung. Essen am Familientisch, Mahlzeit ist Hauptzeit an der Familie zusammen ist und ißt (Whirpool-Studie).

Geschmack und Präferenzen sind mehr gesellschaftlich-kulturell geprägt als genetisch bedingt (das macht uns flexibel; anders manche Tiere; z.B. Panda-Bär und Bambus).

Beim (Selbst-)Kochen wird auch die Zeit-Dimension erlernt und erfahren ("Umgang mit Zeit; Zeitsouveränität). Reifung als Prozeß (unreif, gar, überreif); Bedürfnisbefriedigung kann nicht sofort erfolgen (instant, subito).

Beim (Selbst-)Kochen werden gesellschaftliche Werte (Normen, Kultur) vermittelt. Wir lernen unterscheiden. Je abwechslungsreicher die Nahrung, je differenzierter alle Sinne angesprochen werden, desto abwechslungsreicher wird die Sprache (Vokabular von Weinkennern; WITTGENSTEIN - nur die Dinge zu erkennen, die wir auch benennen können). Es gibt die Regeln und Normen des Essens ("Moral des Topfes"); wir lernen teilen und kommunizieren.

Beim (Selbst-)Kochen wird praktische Erfahrung gelernt. Das Selbsterleben (die Selbsterfahrung) ist nicht ersetzbar (reproduzierbar; durch Theorie). Man muß Sinne erleben (Schmerz erkennen; "gebranntes Kind scheut das Feuer"). Auch die Lerntheorie zeigt; eigene Übungen, Handlungen führen zum "Beibehalten" von Erlernten, Neuen (FOLIE - AMC-Mitarbeiter; von gedacht... gesagt...). Kochen kann nicht theoretisch gelernt werden (absurde Idee Geschmackskurs, Weinkenner - CD-ROM; "Cyber-Cooking") (analog: Text nicht mehr selbst schreiben, weniger Schönschreiben; schlechtere Feinmotorik; - nicht mehr auf Tasten in PC eingeben, sondern "einsprechen" in Computer; Internet - wir unterhalten uns von PC zu PC - isolierte Menschenwelt).

FOLIE: Geschmack in Realität enttäuschend

Das selbstschöpferische Handeln (die Erstellung der eigenen Kost) führt zu mehr Selbstbewußtsein; zu mehr Sein als Haben; von konsumistischer Verhaltensweise zu mehr produzierender. Lernen selber Aufgaben zu lösen, nicht auf Lösung der Probleme von außen erwarten.

FOLIE: Becher-Zitat

Die Nachspeise - Schlußbemerkungen

Mit Kochen können wir lernen (Teile unserer) Welt besser zu begreifen. Die "neue Hausarbeit", das Kochen ist ein wichtiges Zukunftsgestaltungsmittel. Dies ist kein Plädoyer für einen "Rückschritt" - es sollen alles so werden wie es früher war. Sondern ein Appell dieses Potential (aus der Kulturgeschichte) der Menschen nicht verkümmern zu lassen, weil es im Moment "mega-out" erscheint.

Kochen ist als eines von vielen Angeboten zu sehen, daß es im und für das Leben gibt. Es stellt eine sehr sinnvolle Ergänzung zu der Betonung der "FERN-SINNE" dar. Das moderne virtuelle Leben sollte durch modernes praktisches Leben ergänzt werden. Die Haushaltsarbeiten haben komplexen "Gestalt-Charakter". Lernen (in der Pädagogik der Küche) Lösung von komplexen

Problemen; Organisations- und Managementarbeit.

FOLIE - BLOSSER-REISEN - Leistungsgestalt im Haushalt

FOLIE - BLOSSER-REISEN - Gestalt des Essens

Die Zukunft erfordert die Lösung von komplexen Problemen - wir müssen mit den Ressourcen der Erde haushälterisch umgehen (nachhaltiges Wirtschaften; sustainable development). Es ist viel zu wenig bewußt - in welchem Ausmaß Stoff-/Ressourcen-Ströme durch den Haushalt gehen (Folie - Stahmer / Studie - St.Gallen)

(Dr.C.Stahmer: Gesamtwirtschaftliche Ernährungsbilanz für private Haushalte"; Gutachten - Stephan Moll)

Es wird zwar in der Überflußgesellschaft suggeriert - nicht nach Sinn zu suchen / sondern nach Geschmack / Sensation./ Vergnügen (Hedonismus)

/ FOLIE - BENSON&HEDGES

doch Probleme der Zukunft erfordern "neue Sinn-Suche"; auch Trendwende - gegen die "Zerlegung" der Welt (David Riesman "Die einsame Masse") - Mensch verliert durch "Außenlenkung" (Out-Sourcing) an "Innenlenkung" (und damit Lebenssinn).

Hier kann KOCHEN (als Teil der Alltags-Selbstbewältigungs-Kompetenz) helfen den Trendumkehre. Wobei Sinnggebung (Selbsttun) sogar noch mit Vergnügen (Hedonismus) eines guten Mahls gekoppelt ist.

Es macht großen Sinn - Kochen zu lernen (so wie es z.B. auch in Frankreich propagiert wird; Institut für Geschmack / Institut du gout / in Tours / Jacques Puisais; Deutschland bzw. Europa-weit: EUROTOQUES). (allgemeiner: Haushalts-Management-Lehre).

So gesehen nimmt die Bedeutung des Kochens im eigenen Haushalt in Zukunft zu. Ob wir dieses Potential des Kochens als praktisches "Lebens-Mittel" nutzen, hängt von uns ab. Ist eine gesellschaftspolitische Entscheidung.

Literatur:

Altendorf, I.: Essen- und Geschmacksprägung in den ersten Lebensjahren. Die Küche als pädagogischer Ort. Heilbronner Stimme, 06.05.1995.

Andritzky, M. u.a. (Hg.): Oikos - Von der Feuerstelle zur Mikrowelle. Haushalt und Wohnen im Wandel. Anabas Verlag, Gießen, 1992.

Blosser-Reisen, L.: Grundlagen der Haushaltsführung. Burgbücherei Wilhelm Schneider, Baltmannsweiler, 3.Aufl., 1980.

DGH. Lebensmittelverarbeitung im Haushalt. Ulmer Verlag, Stuttgart, 1992.

Dünnewald, H.-B., Freund, W.: Handwerk ohne Hände? Veränderungen der handwerklichen Backwarenherstellung durch neue Technologien. G.Olms-Verlag, Hildesheim, Zürich, New York, 1987.

EHAPA: Kids - Die Entdecker im Food-Markt. EHAPA-Verlag, Stuttgart, 1996.

Eurotoques: Bildungsreform à la carte - Spitzenköche lehren in Schulen das Gourmet-Fach Schmecken. Focus #50, S.83f, 1994.

Harrus-Révidi, G.: Die Kunst des Genießens. Eßkultur und Lebenslust. Artemis & Winkler, München, 1996.

Iglo-Forum-Studie '95: Kochen in Deutschland. Iglo-Forum, Hamburg, 1995.

- IKA (Internationale Kochkunstausstellung, Frankfurt/M.): Kochkunst - Klagen über den Abstieg. Frankfurter Rundschau, 05.10.1995.
- Küster, C.: Wieviel Zeit nimmt sich der Haushalt für die Ernährung. S.84-105 in Oltersdorf, U., Preuß, Th. (Hg.): Haushalte an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend. Campus, Frankfurt/New York, 1996.
- Kunst- und Ausstellungshalle der Bundesrepublik Deutschland (Hg.): Geschmack-Sache. Steidl-Verlag, Göttingen, 1996.
- Malley, J.: Indikatoren für nachhaltiges Wirtschaften. Spektrum der Wissenschaft, S.105-113, Mai 1996.
- Methfessel, B.: Ernährungserziehung, Selbst-Bewußtsein und Eigenverantwortlichkeit - Forderungen und Überforderungen. Hauswirtschaftliche Bildung Heft 2, S.79-87 (1996).
- Mitulla, H.G.: Das Gespräch - die schönste Form der Kommunikation. Ernährungslehre und -praxis (Beilage der Ernährungs-Umschau), Juli 1996, S.B25-B27.
- Ruf, F. (Hg) Die sehr bekannte dienliche Löffelpeise. Mus, Brei und Suppe - kulturgeschichtlich betrachtet. BeRing Verlag, Velbert-Nevigis; 1989.
- Ruf, F., Plattig, K-H: Geruch, Geschmack. S.191-231 in Stute, R.: Lebensmittelqualität, VCH, Weinheim, 1989.
- Sloan, A.E.: Top Ten Trends to watch and work on. Food Technology 48(7): 89-100 (1994).
- Sellach, B.: "Wie kommt das Essen auf den Familientisch?". Hauswirtschaftliche Bildung Heft 2, S.65-72, 1996.
- Stahmer, C. et al.: Umweltökonomische Trends bei privaten Haushalten (Teil 1+ 2). Wirtschaft und Statistik, Nr.9 und Nr.11, S.583-591, 728-742 (1996)
- Steffen, Dagmar (Hg): Welche Dinge braucht der Mensch?, Anabas-Verlag, Gießen, 1995.
- Tembrock, G.: Grundriss der Verhaltenswissenschaften. Grundbegriffe der modernen Biologie. G.Fischer, Stuttgart, NY, 1980.
- Thiele-Wittig, M.: Neue Hausarbeit im Kontext der Bildung für Haushalts- und Lebensführung. S.342-362 in Oltersdorf, U., Preuß, Th. (Hg.): Haushalte an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend. Campus, Frankfurt/New York, 1996.
- Whirlpool Foundation: Ernährer und Familienverantwortliche - Die Doppelrolle der Frauen in Europa. Whirlpool Foundation, Stuttgart, 1996.