

# Genuss statt Körperfrust

*Vom Ernährungswissenschaftler bis zum Sternekoch: Experten waren beim „Talk im Hirsch“ der Lust am Geschmack auf der Spur*

Von Constanze Werry

**Schwetzingen.** „Das Gewicht wird zu 80 bis 90 Prozent durch die Gene bestimmt.“ Ein allgemeines Aufatmen ist zu hören – dann sinken die bis dahin gespannt wartenden Zuschauer von „Talk im Hirsch“ gemächlich in ihre Stühle zurück. An einem Abend, bei dem sich alles um Essen und Genuss drehte, hätte der erste Gast von Moderator und RNZ-Redakteur Rolf Kienle, der Ernährungswissenschaftler und Buchautor Uwe Knop, wohl keine erlösenderen Worte finden können.

Weitere Gäste waren der Sternekoch Tommy Möbius vom Restaurant „Ente“ in Ketsch, Harald Schlumpp vom legendären Hockenheimmer Johanneshof sowie Cyriacus Schultze von Slow Food Rhein-Neckar. Jeder der vier stand dabei für einen anderen Aspekt zum Thema Genuss.

Knop war insbesondere daran gelegen, das Thema Essen und Genuss vom Stressfaktor Figur zu lösen. „Wie man eine bestimmte Augenfarbe hat, hat man auch einen ge-

netischen Set-Point“, erläuterte der Ernährungswissenschaftler und meinte damit: Es gibt ein biologisches Wohlfühlgewicht. Auch von „guten“ und „schlech-

ten“ Lebensmitteln hält Knop rein gar nichts. Es gäbe keine Beweise für die gängigen Thesen – weder für die Fünf-mal-täglich-Obst-und-Gemüse-Kampagne

der Deutschen Gesellschaft für Ernährung noch den Mythos, dass Kohlenhydrate reinste Dickmacher seien.

Mit seiner saloppen und vor allem humorvollen Art brach auch Tommy Möbius – der nach nur vier Monaten in der „Ente“ einen Michelin-Stern erkochte – eine Lanze für den Genuss. Dabei verhehlte er aber auch nicht, dass der seinen Tribut fordere – zumindest wenn man als Koch für den Genuss anderer Sorge. So verbrachten er und seine „Rasselbande“ nicht selten 16 Stunden hinterm Herd.

„Um sehr gut zu kochen, kommt es auf die innere Einstellung an – man muss täglich an seine Grenzen gehen.“ Entsprechend hochwertig wie die Zubereitung müssten aber natürlich auch die Zutaten sein. „Regionales“ gelte dabei ja als das Zauberwort, so Kienle. „Regionales fängt in Rügen an und hört in Bayern auf“, stimmte Möbius schmunzelnd zu und erklärte: „Vor allem in der Sterneküche erwarten die Gäste einfach auch bestimmte Dinge – aber es gibt halt keine Saib-

linge im Hockenheimmer See.“ Und ergänzte: „Erdbeeren im Winter finde ich aber auch unmöglich – keine Frage.“

Beim Thema Lebensmittelqualität stimmte dann auch Harald Schlumpp in den Chor der Genießer ein. Der Gastwirt sieht speziell auch die Erzeuger in der Pflicht. „Indem man angibt, woher etwas ist, haben die Produzenten eine gewisse Verpflichtung“, so der Gastwirt. „Den Herrn Metro kann ich nicht darauf ansprechen, wenn etwas nicht in Ordnung war – und die Dame an der Kasse interessiert das auch nicht – aber bei regionalen Erzeugern kann ich hergehen und sagen ‚hey – das war jetzt nicht so super‘.“

„Die Qualität von Lebensmitteln ist die Voraussetzung für Genuss“, konstatierte anschließend Cyriacus Schultze. Doch gehe es beim Geschmack nicht allein um „ist gut“ oder „ist nicht gut“. „Man sollte wissen, warum etwas gut ist – zum Beispiel indem man sich die Frage stellt, woher etwas kommt.“ Gerade in Blick auf die Massentierhaltung müsse man sich einmal überlegen, was Fleisch kosten müsse, wenn es gut, sauber und fair produziert wird. „So ein Stück Fleisch ist dann auch ein sinnlicher Genuss.“



Fünf Männer, ein Thema: Um Ernährung ging es beim Schwetzingen „Talk im Hirsch“. Auf dem Foto v.l. Sternekoch Tommy Möbius, Harald Schlumpp vom Johanneshof, Ernährungswissenschaftler Uwe Knop, Cyriacus Schultze von Slow Food und Gastgeber Rolf Kienle. Foto: Lenhardt