raum futures

Kunst, Gestaltung und Lebensformen

Ausgabe 01 / Oktober 2026

Räume teilen.
Sinne schärfen.

Tischgespräche,
Duft und die Kunst
des Zusammenseins.

Der gemeinsame Tisch.



Was wir mit dem Essen gestalten

Auf einem Teller lässt sich etwas anrichten, das man so noch nie gesehen hat. Am Küchentisch muss am Dienstag trotzdem ein Mittagessen stehen. Diese Ausgabe nimmt beides ernst: die Lust, mit Essen etwas zu wagen, und die Bedingungen, unter denen es uns täglich versorgt.

Der Tisch ist dabei unser Ausgangspunkt. Von ihm aus führen die Beiträge in Küchen und Ateliers, auf ein Feld im Spreewald, in den Körper und bis zur Abwasserbehandlung. Jeder dieser Orte eröffnet eine eigene Untersuchung. Ihre gemeinsame Frage betrifft die Lebensform, die wir durch den Anbau, die Zubereitung und das Teilen von Nahrung mitgestalten.

Wie wollen wir essen — und welche Lebensbedingungen brauchen wir dafür?



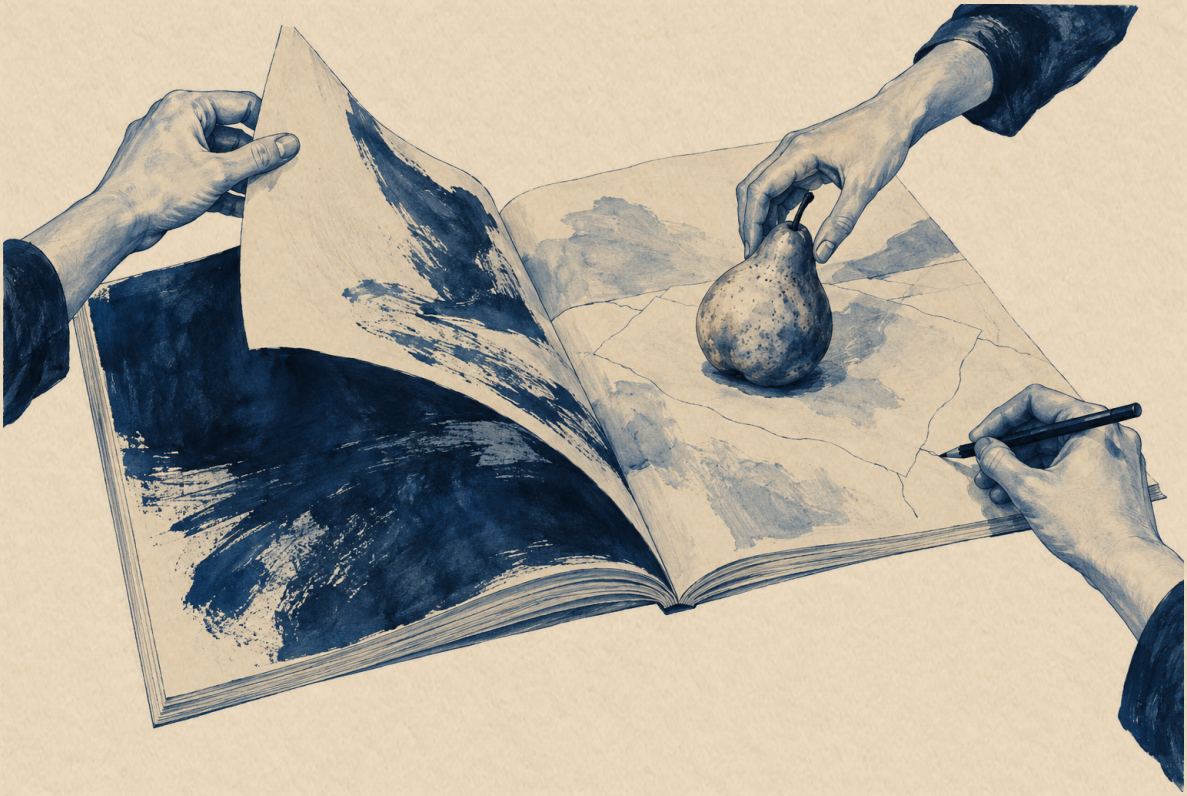
Michelberger Farm · gemeinsame Tafel. Bildnachweis im Register.

Aus dem Editorial

„Am Küchentisch muss am Dienstag trotzdem ein Mittagessen stehen.“

Dein Weg durch das Heft

Sechs Wege führen durch diese Ausgabe. Du kannst einem Gedanken länger folgen, bei einem Bild anfangen oder mit einem Rezept und einem Spiel einsteigen.



Längere Essays verfolgen einzelne Fragen in Ruhe. Werkbetrachtungen und Bildstrecken richten die Aufmerksamkeit auf konkrete Arbeiten; kurze Empfehlungen eröffnen weitere Lektüren. Rezepte, Spiele und Versuche führen zurück in den Alltag. Welche Verbindung daraus für dich entsteht, muss nicht schon beim Aufschlagen feststehen.

Herzlich,
die Redaktion von RAUM FUTURES

Bitte zu Tisch.

Schauen, streiten, miteinander essen. Und zwischendurch selbst etwas versuchen.



Den Tisch anders sehen

06 Bevor jemand abräumt

Drei künstlerische Eingriffe verändern, wer eine Mahlzeit betrachtet, benutzt und mitgestaltet.

10 Wofür wir einen Umweg machen

Weshalb ein Essen zur Reise wird – und was ein Stern bewertet.

12 Wer sitzt neben dir?

Was Theke, Einzeltisch und lange Tafel für eine Begegnung anbieten.

14 Ein Stein zum Essen

Mugaritz und die Frage, wie wir etwas als Essen erkennen.

16 Erfindet ein Gericht

Ein Name liegt bereit. Das Gericht dazu gibt es noch nicht.

Mit anderen am Tisch

18 Der achte Stuhl

Sieben Menschen wollten über Gastfreundschaft reden. Dann möchte jemand dazukommen.

22 Wo das Messer wartet

24 Eine Gabel ist kein Charaktertest

26 Wer gibt den Anfang frei?

28 Nach wessen Kindheit riecht es?

30 Für den nächsten Abend

Was im Alltag gelingt

32 Mama kocht Mittag

Eine erfundene Werkstatt für echte Vorlieben, volle Tage und einen machbaren Anfang.

36 Was passt heute Abend?

37 Pasta, Joghurt, Paprikabutter

Was den Tisch möglich macht.



Was Essen voraussetzt

38 Zwei Löffel, eine ganze Flasche
Warum ein Portionspreis den Einkauf noch nicht bezahlt.

40 Welchen Teil wollen wir essen?
Wie aus einem übersehenen Pflanzenteil eine Zutat wird.

42 Was verrät dein Tisch?
Ein gedeckter Tisch. Mehr als eine mögliche Geschichte.

44 Wenn die Küche dem Garten folgt
Ernte, Küchenarbeit und die Bedingungen eines besonderen Abends.

48 Auf den Spargel warten
Eine kleine Entscheidung über Herkunft und Verfügbarkeit.

Was das Angebot mitgestaltet

49 Drei andere Anfänge
Startups verändern Zutaten, Herstellung und den Einstieg in den Anbau.

51 Welcher Geschmack soll verschwinden?
Was nach einer mikrobiellen Verwandlung übrig bleibt.

54 Wo der Kristall entstehen soll
Ein anderer Ort für die Kristallbildung im Klärwerk.

58 Die Pause gehört zum Essen
Wer Zeit, Zugang und Beteiligung am öffentlichen Tisch gestaltet.

62 Eine andere Rezeptur, bevor wir zugreifen
Wie eine Getränkeabgabe schon die Herstellung verändert.

64 Die Portion kennt deinen Bedarf nicht
Was eine genaue Menge über den persönlichen Bedarf aussagt.

Weiterlesen und abschweifen

67 Wem fehlt das Wasser?

68 Mit anderen Augen lesen

70 Hören, lesen, weiterziehen

72 Ein Atlas zum Abschweifen

74 Quellen und Bildnachweise

Bevor jemand abräumt

Ein Frühstück bleibt stehen, ein Galeriebüro wird zur Küche, eine Tischdecke hängt über den Gästen. Drei künstlerische Arbeiten greifen in die Handlungen ein, aus denen eine Mahlzeit besteht.

Ein Tablett hält Geschirr zusammen, die Tischdecke liegt unter den Tellern, und irgendwann wird abgeräumt. Wer die Abläufe in einem Haushalt kennt, muss sie nicht vor jedem Essen neu verabreden. Daniel Spoerri hält einen dieser Handgriffe auf. In seiner Arbeit bleibt beieinander, was beim nächsten Gang in die Küche auseinandergehen würde.

Auf Daniel Spoerris „Variations d'un petit déjeuner" von 1966 steht das Frühstück noch da. Die hier abgebildete Arbeit zeigt ein Tablett auf grünem Grund; in einer Tasse sitzt ein brauner Rand, auf dem Teller liegen ein Messer und eine zerknüllte Serviette. Eine Zigarettenschachtel gehört ebenso dazu wie das Brot im Korb. Nichts davon wäre nach einem Frühstück besonders erklärungsbedürftig. Dass diese Dinge als festgehaltene Anordnung vor uns stehen, verhindert jedoch den nächsten gewöhnlichen Handgriff.[1]

„Was eben noch erreichbar und benutzbar war, wird zum Gegenüber."



1966 · Sammlung Felix Schlenker / Städtische Galerie Villingen-Schwenningen. © VG Bild-Kunst, Bonn 2024, laut Museumsnachweis.

Beim Abräumen würden die Dinge auseinandergehen. Die Tasse käme zum Spülen, die Serviette in den Abfall, das Brot vielleicht zurück in die Küche. Für einen kurzen Moment haben sie durch den Gebrauch zusammengehört. Spoerri erhält diese Nachbarschaft. Das Verfahren seiner Fallenbilder besteht darin, Gegenstände auf ihrer Unterlage zu befestigen und die Anordnung aus der Waagerechten in die Senkrechte zu bringen. Was eben noch erreichbar und benutzbar war, wird zum Gegenüber.[2]

Das ist etwas anderes als ein Foto vom Frühstück. Die Gegenstände selbst bleiben dem weiteren Gebrauch entzogen. Der Löffel kann nicht wieder in die Hand genommen werden; die Unordnung lässt sich nicht nebenbei beseitigen. Deshalb führt die Arbeit auch nicht einfach in die vergangene Mahlzeit zurück. Wer dort saß und was besprochen wurde, verrät der braune Tassenrand nicht. Zudem erläutert das Ausstellungshaus Spoerri, dass der Künstler auch komponierte Varianten seiner Fallenbilder schuf.[2] Die Aufmerksamkeit gilt einer erhaltenen oder hergestellten Anordnung, keinem unfehlbaren Zeugnis privater Nähe.



RIRKRIT TIRAVANIJA · UNTITLED (FREE/STILL)

1992/1995/2007/2011– · Spätere Museumsfassung, MoMA.

Rirkrit Tiravanija setzt früher an: Seine Gäste haben noch nicht gegessen. Als er 1992 in der New Yorker 303 Gallery „Untitled (Free)“ zeigt, räumt er die hinteren Räume aus und verlegt deren Inhalt in den Ausstellungsbereich. Im freigewordenen Büro bereitet er thailändisches Gemüsecurry zu und gibt es kostenlos aus.[3] Der Vorgang verändert die Aufgabe der Besucher. Vor einem Bild kann man stehen bleiben und weitergehen. Wer hier ein Essen annimmt, nimmt Zeit und einen Platz in Anspruch; zur Betrachtung tritt eine eigene Verrichtung.

Dabei geraten zwei Verteilungen durcheinander. Essen, das sonst einen gesonderten Anlass oder einen Kauf voraussetzt, gehört zum Ausstellungsangebot. Und aus dem Büro, das gewöhnlich den Betrieb der Galerie ermöglicht, wird eine Küche. Die Tätigkeit hinter der Ausstellung bekommt einen anderen Ort. Tiravanija braucht dafür keine ungewöhnliche Speise. Der Eingriff liegt darin, was mit ihr in diesem Raum geschieht. Das MoMA beschreibt die Einladung zum Teilnehmen ausdrücklich als Bestandteil der Arbeit. Die vorhandene Aufnahme zeigt eine spätere museale Fassung; sie ist keine Fotografie des Abends von 1992.[3]

Marije Vogelzang

Sharing Dinner



Tokio 2008 · Foto: Kenji Masunagi.

Auch Marije Vogelzang verändert die Bedingungen einer Mahlzeit. Bei „Sharing Dinner“, 2005 für Droog entwickelt und 2008 in Tokio wiederaufgenommen, hängt die Tischdecke über dem Tisch. Die Köpfe der Gäste ragen durch Öffnungen in einen gemeinsamen Innenraum. Auf dem Foto verläuft der Stoff neben den Gesichtern; die Kleidung bleibt größtenteils dahinter verborgen. Aus der Unterlage wird eine räumliche Begrenzung. Ein Zug am Tuch betrifft nach Vogelzangs Beschreibung auch die anderen Sitzenden.[4]

Diese Verbindung reicht bis auf die Teller. Vogelzang berichtet, dass eine Person Melone erhielt, ihr Gegenüber getrockneten Schinken, jeweils auf einem halben Teller. Die bekannte Kombination war auf zwei Plätze verteilt. Wer beides zusammen essen wollte, musste sich mit dem Gegenüber verständigen. Teilen wurde damit zu einer praktischen Frage des vorgesehenen Essens, statt nur als freundliche Geste erwartet zu werden. Allerdings konnten die Gäste den Aufbau verlassen: Sie bekamen Scheren, um sich aus dem Tuch zu lösen. Vogelzangs Bericht über die entstehende Vertrautheit bleibt ihre eigene Deutung des Geschehens.[4]

Spoerri hält das Abräumen auf. Tiravanija lässt jemanden, der Kunst ansehen wollte, ein Essen annehmen. Vogelzang verteilt Speise und Bewegungsfreiheit neu. Ihre Eingriffe liegen an verschiedenen Stellen der Mahlzeit; das gemeinsame Thema nimmt ihnen diese Unterschiede nicht. Beim nächsten gewöhnlichen Abräumen geht die Tasse wieder zum Spülen. Spoerris festgehaltenes Frühstück bleibt zurück.

Wofür wir einen Umweg machen

Ein Reifenunternehmen empfiehlt eine Küche als Reiseziel. Was geschieht mit einem Restaurant, wenn Gäste dem Urteil des Guides folgen – und anschließend mehr erwarten?

Ein Halt, ein Umweg, eine eigene Reise: So erklärt der Guide Michelin seine Stufen von einem bis drei Sternen.[1] Die Mahlzeit versorgt Reisende dann nicht bloß unterwegs, sie gibt ihrer Fahrt ein Ziel. Das Urteil soll schon wirken, bevor jemand am Tisch sitzt.

1900 erschien der Guide für Automobilreisende. Die Brüder Michelin wollten Fahrten erleichtern und damit auch den Absatz von Autos und Reifen fördern.[3] Wer einem Restaurant eine eigene Reise zutraut, braucht einen Grund, der über die nächste freie Raststätte hinausreicht. Der Guide bietet ihm das Urteil anderer an, bevor er selbst essen kann.

Für einen Küchenchef wurde dieses Urteil zum betrieblichen Problem. Bernard Surlemont und Colin Johnson befragten 2003 zwanzig Küchenchefs aus einer erfolgreichen Sterneauswahl in Frankreich, der Schweiz und Großbritannien; die Studie erschien 2005. Einer berichtete, nach seinem zweiten Stern seien die Gäste anspruchsvoller geworden. Um die Erwartungen zu erfüllen, habe er deutlich höhere Preise als andere Restaurants der Region gebraucht.[8]

Die lokale Kundschaft kam seinem Bericht zufolge nun vor allem zu besonderen Anlässen. Zum Füllen der Plätze brauchte er auswärtige Gäste, die dem Guide folgten. Ein günstigeres Angebot erschien ihm schwer durchsetzbar: Er fürchtete um diese Kundschaft und hätte zugleich vor Ort den Ruf eines teuren Hauses ändern müssen.[8] Die Auszeichnung hatte ihm Gäste gebracht. Seine Reaktion auf deren Erwartungen machte ihn auf sie angewiesen.

Michelin beschreibt den Anspruch anders. In der heutigen Erläuterung des Sterns heißt es, eine Küche müsse nach der Auszeichnung nichts verändern, außer das erreichte Niveau zu halten. Größere Nachfrage sei möglich. Gekocht werden solle für die Gäste, nicht für den Guide.[4] Ein Stern ist nach diesem Verständnis eine Bestätigung der vorhandenen Küche, kein Auftrag, einen anderen Betrieb daraus zu machen.

Dafür nennt Michelin fünf Kriterien: Produktqualität, Beherrschung der Kochtechniken, Harmonie der Aromen, Persönlichkeit der Küche und Beständigkeit über Menü und Zeit. Ausstattung und Förmlichkeit sollen den Stern nicht bestimmen.[4] Verlässlichkeit soll mit Unterscheidbarkeit zusammengehen. Ein prächtigerer Gastraum würde die geforderte Beständigkeit am Herd nicht ersetzen.

Wie eigen die dafür nötigen Mittel sein können, zeigt Etxebarri im baskischen Axpe. Bittor Arginzoniz gart über verschiedenen Hölzern; ein von ihm entwickeltes Flaschenzugsystem verändert die Höhe der Roste und damit die Kontrolle über den Garpunkt, beschreibt Michelin.[5] Die Technik dient einem bestimmten Ergebnis. Aus dem allgemeinen Kriterium entsteht noch keine einheitliche Art zu kochen.

Der Küchenchef aus der Studie hatte dennoch mehr zu halten als den Standard seiner Gerichte. Mit seiner Preispolitik veränderte er auch die Kundschaft, auf die er angewiesen war. Der befürchtete Rückweg blieb in den Interviews eine Möglichkeit, kein beobachteter Versuch.[8] Sein Fall zeigt eine Abhängigkeit, zu der Michelins formaler Anspruch schweigt: Auch wenn der Maßstab gleich bleibt, können sich die Bedingungen ändern, unter denen ein Restaurant ihn bezahlen muss.

Die Verantwortung für diese Entscheidungen bleibt beim Betrieb. Der Guide nennt einen Grund, zu ihm zu fahren. Der Koch muss entscheiden, wie viel seiner Küche er auf jene Gäste ausrichtet, die deshalb kommen. Für den befragten Mann war die Auszeichnung längst Teil dieser Kalkulation. Seinen zweiten Stern konnte er nicht mehr bloß als vergangenes Urteil behandeln.

„Verlässlichkeit soll mit Unterscheidbarkeit zusammengehen.“

Wer sitzt neben dir?

Am eigenen Tisch, nebeneinander an der Küche oder zusammen mit unbekannten Gästen: Drei Restaurants ordnen die Nähe unterschiedlich. Entscheidend ist zunächst eine räumliche Frage: Wem sitzt man gegenüber?

GERANIUM · KOPENHAGEN



Raumansicht · Claes Bech Poulsen.

Die runden Tischgruppen stehen mit Abstand zueinander. Das Gegenüber gehört zunächst zur eigenen Reservierung, die Nachbargruppe sitzt an einem anderen Tisch. Geranium bietet daneben einen hohen Tisch am Kamin und einen separaten Raum für private Gesellschaften an.[1] Unterschiedliche Gruppengrößen erhalten ihren jeweils eigenen Bereich; der gemeinsame Restaurantbesuch setzt keine gemeinsame Tafel voraus.

NOBELHART & SCHMUTZIG · BERLIN



Entlang benachbarter Plätze · Marko Seifert.
Projektportfolio Michael Sans; Aufnahmejahr offen.

Die Theke läuft um die offene Küche. Wer dort Platz nimmt, sitzt neben den anderen Gästen und richtet den Blick auf die Arbeit in der Mitte. Für ein Gespräch mit dem Sitznachbarn muss man sich seitlich zuwenden. Das Haus nennt achtundzwanzig Thekenplätze und bietet zusätzlich einen großen Tisch an.[2] Zwei Raumordnungen bestehen hier nebeneinander: die Plätze an einer gemeinsamen Arbeitsmitte und die eigene Runde am Tisch.



Ambra · Fotoautor offen.



Küchencounter im Ambra · Neal Santos.

„Hier entscheidet die Buchung mit darüber, ob aus mehreren Reservierungen eine Tischgesellschaft wird.“

Ambra macht die Wahl bei der Reservierung ausdrücklich: Am Küchencounter verfolgt man die Zubereitung aus nächster Nähe. Im Dining Room können kleine Gruppen gemeinsam mit anderen kleinen Gruppen essen; eine größere Gesellschaft kann den Raum privat buchen.[3] Hier entscheidet die Buchung mit darüber, ob aus mehreren Reservierungen eine Tischgesellschaft wird. Die lange Tafel ist damit ein anderes Angebot als ein großer Tisch, der ausschließlich der eigenen Gruppe gehört.

Moment mal …
Wie sitzt es sich anders?

Beim nächsten Kaffee oder Abendessen könnt ihr die Plätze zum Versuch machen. Zu zweit oder zu viert reicht; ihr braucht nur euren Tisch und bewegliche Stühle. Lasst Geschirr und Essen stehen und setzt euch nach einer Weile um.

Probiert aus, was bei euch Platz hat: einander gegenüber, nebeneinander an einer Tischseite oder über Eck. Niemand muss enger rücken, als es angenehm ist.

Führt euer Gespräch weiter und achtet auf eine Sache: Wem wendet ihr euch zu? Wenn alle eine andere Anordnung ausprobiert haben, erzählt euch, wo ihr euch wohlgefühlt habt und wo das Gespräch Mühe machte. Vielleicht möchtet ihr beim nächsten Essen verschieden sitzen. Auch das lässt sich ausprobieren.

Ein Stein zum Essen

Eine Kartoffel sieht aus wie ein Stein. Die Erklärung ist schnell gegeben. Doch was erschließt sie von einem Gericht — und was kann erst beim Essen entstehen?



Edible stones · Mugaritz, 2006. Kartoffeln in steinähnlicher Hülle. Fotoautor nicht ausgewiesen.

Auf weißem Grund liegen graue, rundliche Formen. Zwischen ihnen ist etwas helles Pulver verstreut. Ohne ihren Namen könnten sie ebenso gut zu einer kleinen Gesteinssammlung gehören. Mugaritz nennt das Gericht von 2006 „Edible stones“: Kartoffeln mit einer Hülle, die unter anderem Kaolin und Laktose enthält.[1] Der Titel nimmt die erste Auflösung schon vorweg. Was wie Stein aussieht, lässt sich essen.

Mit dem Wort Kartoffel kommen Erwartungen an das Innere hinzu, die ein Stein nicht weckt. Die graue Oberfläche bleibt auf dem Foto dieselbe; ihre Zugehörigkeit hat sich geändert. Ein Gericht lässt sich damit als Täuschung erklären. Offen bleibt, ob beim Essen mehr geschieht als deren Auflösung: Was trägt gerade diese Hülle zum Bissen bei?

„Was trägt gerade diese Hülle zum Bissen bei?“

Andoni Luis Aduriz unterscheidet im Interview von 2012 die Freude am Entdecken von der Erwartung, dass einem alles gefallen müsse.[2] Zugleich nimmt er die Küche in die Pflicht: Wenn sie nicht verständlich erkläre, liege das Problem bei ihr, nicht beim Gast. Dieser Anspruch hält zwei Aufgaben zusammen. Die Küche muss einen Zugang eröffnen und ein Gericht hervorbringen, an dem sich die versprochene Entdeckung auch ereignen kann.

In einer Entwicklungsnotiz von 2024 beschreibt das Team eine Schwierigkeit beim Vermitteln von Koji und Tempeh: Es fehlten gemeinsame Bezugspunkte. Penicillium bot einen anderen Zugang. Die verwendeten Kulturen waren aus Blauschimmelkäse, Brie oder Camembert bekannt.[3] Die Erklärung begann nun bei einem Lebensmittel, das ein Teil der Gäste bereits kannte.

Der Unterschied zur Steinkartoffel ist erheblich. Dort korrigiert eine Auskunft die Zuordnung: Das vermeintlich Unessbare ist Essen. Bei den Käsekulturen hilft keine ebenso einfache Auflösung. Wer gereiften Käse kennt, kann eine Veränderung als Verwandtschaft erkennen; wer ihn ablehnt oder nie gegessen hat, bringt einen anderen Vergleich mit. Ein und dieselbe Erklärung trifft auf verschiedenes Vorwissen. Auch die Richtung der Überraschung hängt daran: Man kann etwas wiedererkennen, wo jemand anderes vor allem Fremdheit findet.

Die Kritikerin Carola Sitjas i Bosch beschreibt in ihrem Besuchsbericht von 2024 eine solche Verschiebung am konkreten Bissen. Ein Fenchelspross erschien wie eine grüne Chilischote und war mit Erdmandel zubereitet. Sie hebt das Zusammentreffen der fettigen Creme mit der rauen, adstringierenden Pflanze hervor. Gerade diese Verbindung habe sie überrascht, obwohl ihr das Trompe-l’œil als Verfahren längst bekannt war.[4] Die optische Täuschung musste nicht neu sein, damit am Gericht etwas neu werden konnte.

Das Lob steht in einer insgesamt scharf ablehnenden Kritik. Bei anderen Zubereitungen beanstandet Sitjas i Bosch gerade die Texturen; eine blaue Pasta beschreibt sie als gummiartig und unangenehm.[4] Dieselbe Kritikerin lässt sich also von einer bekannten Täuschung überraschen und weist eine andere Verfremdung zurück. Ihr Maßstab ist genauer als die Wahl zwischen Begeisterung für Avantgarde und dem Wunsch nach vertrautem Essen.

An den Kartoffeln wäre entsprechend zu fragen, was die Hülle mit dem vertrauten Inneren anstellt. Beim Fenchel konnte Sitjas i Bosch ein Zusammentreffen benennen, das ihr die optische Täuschung allein nicht gegeben hatte. Über die Kartoffeln verrät ihr Urteil nichts. Es schärft aber die Frage an deren Konstruktion: Ist der Stein nur der Umweg zur bekannten Kartoffel, oder verändert er, wie sie gegessen wird?

ERFINDET EIN GERICHT

Das unsichtbare Restaurant hat noch keine Speisekarte. Ihr erfindet sie – und entscheidet selbst, ob es bei einer Zeichnung bleibt oder ob heute tatsächlich etwas daraus gekocht wird.

1 Einen Namen ausdenken

Eine Person denkt sich einen Gerichtsnamen aus, zum Beispiel „Die Wolke hat Feierabend", „Knuspern im Moos" oder „Ein sehr kleiner Vulkan". Eine andere entwickelt daraus ein Essen. Ihr könnt vorher gemeinsam ein paar vorhandene Zutaten auf den Tisch legen oder vereinbaren, was verwendet werden darf. Der Name ist der einzige Auftrag; wie er essbar wird, entscheidet die kochende Person.

2 Auftischen und erzählen

Vor dem Essen verrät sie, was sie sich gedacht hat. Die anderen dürfen sich etwas ganz anderes vorgestellt haben. Besonders schön ist eine zweite Runde mit demselben Namen: Vielleicht entstehen ein belegtes Brot und ein Dessert aus derselben Idee. Niemand muss die vermeintlich richtige Lösung erraten. Mit Kindern übernehmen Erwachsene die nötigen heißen oder schwierigen Arbeitsschritte.

3 Nur auf Papier?

Ihr zeichnet das Gericht, entwerft eine Speisekarte oder erfindet den Raum, in dem es serviert wird. Wo sitzt man? Wie gelangt das Essen zu den Gästen? Vielleicht gibt es nur einen Platz, vielleicht fährt ein Tisch durch den Garten. Auch ein völlig unkochbares Gericht darf auf der Karte bleiben.

4 Weiterspielen

Hört für einen Moment auf die Geräusche am Tisch und macht eines davon nach. Oder lasst eine Zeichnung herumgehen: Jede Person ergänzt einen Platz oder eine merkwürdige Art zu servieren. Eine kleine selbst gewählte Bewegung kann den Auftakt bilden. Aus diesen Anfängen darf ein langes Spiel werden; ebenso darf nach einer Idee Schluss sein.





Noch ein Platz?

Eine Einladung öffnet einen Raum und verändert ihn. Das folgende Gespräch beginnt dort, wo sich Gastfreundschaft nicht mehr nur gut anhört: Jemand möchte wirklich dazukommen.

CAVA, Chicago · Foto: Cam Ballard / Unsplash, veröffentlicht 2026.

Der achte Stuhl

Sie wollten über Gastfreundschaft reden. Dann fragt ein Kollege, ob er noch zum Essen kommen kann. Sieben Menschen müssen entscheiden, was aus ihren unterschiedlichen Vorstellungen heute Abend wird.

Eine literarische Szene mit erfundenen Figuren. Die religiösen Bezugspunkte sind im Begleitkasten erläutert.

Nora hat sieben Teller aus dem Schrank geholt. Zwischen dem letzten und der Tischkante bleibt ein schmaler Streifen Holz. Dort legt Eva ihr Telefon hin.

„Ein Kollege von mir ist gerade hier in der Gegend. Kann er noch dazukommen? Er kennt in der Stadt bisher fast niemanden."

Nora hält die Besteckschublade offen. „Du fragst mich jetzt?"

„Er könnte in zwanzig Minuten da sein."

„Bis dahin wollte ich eigentlich selbst mal sitzen." Sie zählt sieben Gabeln ab und legt sie neben die Teller. Eva nimmt ihr Telefon wieder hoch.

Sie hatten sich vorgenommen, über Gastfreundschaft zu reden. Jeder sollte einen Gedanken mitbringen. Ruth hat ihren auf einen Zettel geschrieben. Als sie jetzt in die Jackentasche greift, holt sie nur ein Taschentuch heraus.

„Ich kann meinen Anteil abgeben", sagt Derya.

„Das Gemüse reicht." Nora zieht einen Topflappen aus der Schublade. „Bei der Sauce habe ich keine Ahnung."

„Dann nimmt jeder etwas weniger."

„Derya. Ich habe nach der Arbeit eingekauft. Ich habe alles hier hochgetragen. Jetzt steht das Essen im Ofen, und ich höre zum ersten Mal, dass wir vielleicht acht sind."

Eva legt das Telefon mit dem Bildschirm nach unten. „Ich habe ihm noch nicht zugesagt."

„Was fehlt?", fragt Amrita.

„Die Sauce muss umgefüllt werden. Wasser. Und irgendwo muss noch ein Untersetzer sein."

Amrita geht in die Küche. Simon nimmt die Karaffe und bleibt vor der Spüle stehen, bis Nora zur Seite tritt.

„Ich hätte ihn gern dabei", sagt Eva. „Sonst hätte ich ihm von heute nichts erzählt."

Ruth faltet das Taschentuch auseinander. „Kennt er außer dir jemanden?"

„Nein. Aber er kommt gut mit Leuten aus. Er könnte euch von seiner Arbeit erzählen, die ist wirklich …"

„Lass ihn erst mal essen." Ruth steckt das Taschentuch wieder ein.

Kavita legt ihre Strickjacke aufs Sofa und fasst die Lehne des Stuhls am Fenster. „Soll ich?" Nora schüttelt den Kopf. Kavita lässt ihn stehen.

Simon kommt mit dem Wasser zurück. Er stellt die Karaffe ab, ohne sich zu setzen. „Ich war eigentlich froh, dass ich heute alle kenne."

Eva sieht ihn an. „Du musst ihn nicht den ganzen Abend unterhalten."

„Kannst du dann neben ihm sitzen?"

„Ja."

Amrita ruft aus der Küche: „Die kleine blaue Schüssel?"

„Die ist zu klein."

„Die weiße?"

„Ja. Der Löffel liegt daneben."

Eva nimmt das Telefon. „Ich kann ihm auch absagen."

Nora schiebt die Besteckschublade zu. „Ich möchte nach dem Essen sitzen bleiben."

„Ich mache die Küche", sagt Derya.

„Auch die Pfanne. Die muss erst einweichen."

„Ich weiß."

„Letztes Mal wusstest du es nicht."

Derya greift nach dem Schwamm und legt ihn an den Rand der Spüle. „Heute weiß ich es."

Nora hängt den Topflappen zurück. „Gut. Er kann kommen. Aber nächstes Mal fragst du mich, bevor du von unserer Verabredung erzählst."

Eva schreibt. Kavita zieht den Stuhl vom Fenster an die freie Stirnseite. Derya stellt ihren Teller dorthin. „Dann sitzt er neben dir", sagt sie zu Eva.

Ruth holt den achten Teller und legt ihn auf Deryas bisherigen Platz. In der Küche fragt sie Amrita nach dem Besteck. Amrita zeigt auf die offene Schublade und gießt die Sauce um. Ein Streifen läuft außen an der Schüssel hinunter; Ruth hält ihr ein Tuch hin.

„Man könnte das öfter machen", sagt Eva vom Tisch aus. „Dass noch jemand dazukommen kann."

BEGLEITKASTEN · RELIGIÖSE BEZÜGE

Woher die Haltungen kommen

Die Figuren sind erfunden. Ihre Einstellungen greifen ausgewählte religiöse Motive auf, die sie unterschiedlich und eigensinnig auslegen. Keine Figur steht für eine ganze Tradition.

Eva · christlicher Bezug

Die Einladung soll über den vertrauten Kreis hinausreichen. Ein Bezug ist Lukas 14,12–14: Gäste werden dort gerade nicht nach möglicher Gegeneinladung ausgewählt. Evas Ungeduld ist Teil der Erfindung. [1]

Kavita · hinduistischer Bezug

Wer aufgenommen wird, soll ernsthaft empfangen werden. Ein Bezug ist Taittiriya-Upanishad 1.11.2–3 mit der Achtung vor dem Gast. Die Rücksicht auf Nora ist Kavitas heutige Auslegung. [2]

Amrita · Sikh-Tradition

Offenheit braucht eine verlässliche gemeinsame Arbeit. Bezugspunkt ist Langar, das gemeinschaftliche Kochen und Essen im Gurdwara. Die Sikh Coalition beschreibt den grundsätzlich offenen Zugang. [3]

Derya · islamischer Bezug

Großzügigkeit darf etwas kosten, auch wenn nicht einfach Überfluss verteilt wird. Ein Bezug ist Koran 59:9 über das Vorranggeben trotz eigener Bedürftigkeit. Die Grenze zwischen freiwilliger Gabe und Zumutung bleibt ihre Frage. [4]

Simon · buddhistischer Bezug

Geben soll nicht auf Schädigung der eigenen oder anderer Personen beruhen. Dieser Gedanke steht in Anguttara Nikaya 5.148. Simons Unsicherheit gegenüber dem neuen Gast ist frei erfunden. [5]

Ruth · jüdischer Bezug

Annehmen soll nicht zur Unterordnung verpflichten. Maimonides unterscheidet in seinen Stufen der Zedaka unter anderem anonyme Hilfe und Hilfe zur Selbstständigkeit. Ruth überträgt die Frage nach Abhängigkeit auf das Einladen. [6]

Nora hat keine religiöse Bindung. Sie beharrt auf ihrer Entscheidung und darauf, dass die Arbeit dieses Abends nicht allein an ihr hängenbleibt.

Amrita trägt die Schüssel herein. „Bei mir nächsten Monat. Schreib es mir morgen noch mal.“ Sie stellt sie auf den Untersetzer, den sie unter dem leeren Brotkorb gefunden hat.

„So habe ich das nicht gemeint.“

„Ich schon. Ich muss nur vorher wissen, für wie viele.“

Evas Telefon leuchtet auf. „Er fragt, ob er Brot mitbringen soll.“

„Ja“, sagt Nora.

„Ein Brot“, sagt Ruth. „Mehr fehlt nicht.“ Sie nimmt den Korb vom Untersetzer und stellt ihn an den freien Platz.

Derya zieht die Ofenhandschuhe vom Haken. Nora nimmt ihr einen ab. Zusammen tragen sie das Blech an den Tisch. Ruth rückt die Schüssel weg, Simon hält die Karaffe fest.

Als das Blech steht, streift Nora den Handschuh ab und setzt sich. Kavita stellt das achte Glas neben Evas. Derya nimmt an der Stirnseite Platz, probiert es mit beiden Armen aus und schiebt ihr Glas weiter in die Mitte.

„Das ist schmal“, sagt sie.

Simon rückt seinen Stuhl ein Stück von der Ecke weg. Derya zieht ihren näher an den Tisch.

Sie essen schon, als es klingelt. Eva geht zur Tür. Ihr Kollege hält ihr das Brot hin. Sie nimmt es, zeigt ihm den freien Haken und wartet, bis er seine Jacke aufgehängt hat. Am Tisch schiebt Ruth den leeren Teller ein Stück zurück, damit er sich setzen kann.

Moment mal …

DOKUMENTARISCHER EINSCHUB

Ein offener Tisch ist nicht geschützt

Ein wirklicher Berliner Ort: Im israelisch-palästinensischen Restaurant Kanaan arbeiteten Oz Ben David und Jalil Dabit an Begegnungen, die über das gemeinsame Essen hinausreichen sollten. Am Wochenende des 20./21. Juli 2024 wurde das Lokal von Unbekannten verwüstet.[7]

Ben David berichtete von zerbrochenen Gläsern, zerschmissenen Weinflaschen und beschädigten Stühlen. Nach dem Aufräumen habe das Team bereits fünf Stunden später wieder geöffnet. Im Interview erzählte er auch von einem jüdisch-muslimischen Brunch in der Woche zuvor.

Wer Kanaan als misslungenes Tischgespräch erzählt, verwechselt den Angriff auf einen Ort mit einem Streit zwischen seinen Gästen. Die Bereitschaft, einander zu empfangen, schützt einen solchen Ort noch nicht vor Zerstörung.

Wo das Messer wartet

Oku, ein Buttermesser von Kathleen Reilly, kann mit seinem abgewinkelten Griff über eine Brett- oder Tellerkante greifen. Die Ablage ist Teil des Messers.

„Die Ablage ist Teil des Messers.“



Oku · Kakeru Ooka. Gesamtansicht: Der Griff greift über die Brettkante.



Formdetail aus der linken Gesamtansicht.
Kakeru Ooka; Ausschnitt, nicht maßstabgleich.



Im Gebrauch · Kakeru Ooka.
Gestellte Aufnahme der Gestalterin-Website.

Auf dem Holzbrett liegt Butter. Das Messer hängt seitlich daran, als hätte es einen schmalen Platz am Rand gefunden. Kurz hinter der Klinge knickt der Griff aus der Ebene. Diese Faltung nimmt die Brettkante auf; die Klinge bleibt oberhalb der Tischfläche.[1]

Die schottische Metallgestalterin Kathleen Reilly entwickelte Oku mit Handwerkern in Tsubame-Sanjo, einer Metallregion in der japanischen Präfektur Niigata.

Sie nennt japanische Stäbchenablagen als Anregung: Auch sie halten den benutzten Teil des Esswerkzeugs vom Tisch fern. Bei Oku sitzt diese Ablage im Messer selbst.

Auf einem Teller kann der Griff auf dieselbe Weise über den Rand greifen. Dreht man das Messer um, lässt es sich wie ein gewöhnliches Besteck ablegen. Die kleine Biegung fügt dem Messer einen zweiten Gebrauch hinzu. Zwischen zwei Bissen braucht es keinen zusätzlichen Gegenstand, um seinen Platz zu halten.



Zweite Ablageansicht · Kakeru Ooka.



Wer bestimmt, wie man isst?

Manche Tischregeln schützen die anderen. Manche unterscheiden vor allem zwischen denen, die sie kennen, und denen, die sie erst lernen. An einem einzigen Griff lässt sich fragen, wo diese Grenze verläuft.

Inszeniertes Besteckstillleben · Foto: Koj Tinah / Unsplash, veröffentlicht 2023.

Eine Gabel ist kein Charaktertest

An einer Gabelhaltung erkennt man Übung. Ob man daraus auf Bildung oder Rücksicht schließen darf, ist eine andere Frage.

Georg Simmel erklärt 1910 in seiner „Soziologie der Mahlzeit“, warum es hässlich sei, Messer und Gabel mit der ganzen Faust zu umfassen: Es behindere die Freiheit der Bewegung. Wenig später unterscheidet er die Gebärden des „Ungebildeten“ von denen des „Gebildeten“.[8] Zwischen diesen beiden Urteilen liegt mehr als eine Frage des Geschmacks. Aus einem Griff ist ein Merkmal der Person geworden.

Man kann an einer Bewegung etwas aussetzen. Wenn die Gabel abrutscht oder das Essen nicht erreicht, gibt es ein bestimmtes Problem. Doch selbst eine unpraktische Haltung erklärt zunächst nur, dass diese Handlung gerade nicht gelingt. Über die Bildung, die Aufmerksamkeit oder die Rücksicht des Menschen ist damit nichts entschieden. Dafür wären andere Beobachtungen nötig.

Der Einwand gegen eine solche Kritik liegt nahe: Am Tisch ist nicht jede Person für sich allein. Regeln können verhindern, dass jemand anderen ins Essen greift oder sie am Gespräch hindert. Eine verabredete Form kann die Unsicherheit darüber verringern, was als Nächstes geschieht. Wer das Besteck weiterreicht oder wartet, bis die Nachbarin sich genommen hat, tut etwas für andere. Solche Rücksicht hat einen erkennbaren Adressaten.

Die bloße Abweichung von einer vertrauten Gabelhaltung besitzt diesen Adressaten noch nicht. Dass eine Bewegung anders aussieht, erklärt nicht, wen sie beeinträchtigt. Simmel macht die geübte Gebärde dagegen zum sichtbaren Zeichen einer gelungenen sozialen Formung. Der schöne Ablauf gewinnt in seinem Text Gewicht; die Menschen, deren Gebärden er als hässlich bewertet, werden dabei schon als soziale Gruppe eingeordnet.

Beim Essenlernen sind diese Ebenen besonders leicht zu verwechseln. Wenn von einem Kind schon die geübte Gebärde verlangt wird, während es die Bewegung erst erprobt, gerät das Lernen selbst zum Verstoß. Hilfe müsste sich dafür interessieren, an welcher Stelle das Aufnehmen oder Führen misslingt. Ein Urteil über schlechte Erziehung überspringt diese Frage.

Wer Tischmanieren mit Rücksicht begründet, sollte zeigen können, wem die verlangte Bewegung nützt. Sonst wird aus einer vertrauten Form eine Prüfung, deren Aufgaben nur ein Teil der Runde vorher kennt.

„Aus einem Griff ist ein Merkmal der Person geworden.“



Wann fangen wir an?

Ein Tisch kann fertig sein, während der gemeinsame Anfang noch offen ist. Der nächste Beitrag fragt nach den Handlungen, mit denen eine Runde ihr Essen ordnet.

Eingedeckter Gastraum · Foto: Jason Leung / Unsplash, veröffentlicht 2019.

Wer gibt den Anfang frei?

Jemand hat gekocht, andere haben Hunger, eine Person kommt später. Wann beginnt ein gemeinsames Essen – und was verspricht das Warten den Beteiligten?

Für einen gedachten Abend steht das Essen bereit. Eine Person hat gekocht, ein Kind hat Hunger, der andere Erwachsene kommt später von der Arbeit. „Wir warten noch“ schützt den gemeinsamen Anfang. Das Kind wartet mit, und jemand muss das Essen bereithalten. Die Anwesenden richten ihren nächsten Schritt nach der Ankunft des anderen.

Dafür gibt es einen guten Grund. Wer wartet, bietet dem anderen einen Abend an, dessen Form von seiner Anwesenheit abhängt. Die Mahlzeit soll erst beginnen, wenn alle da sind; die Verspätung wird gemeinsam getragen. Einfach loszuessen würde diesen Wert preisgeben. Man kann sich das gemeinsame Anfangen wünschen, ohne eine Vorliebe für kaltes Essen oder hungrige Kinder zu haben.

Beim Iftar, dem Fastenbrechen im Ramadan, gibt der Sonnenuntergang einen religiösen Bezugspunkt vor. Die UNESCO-Beschreibung der 2023 eingetragenen Tradition nennt auch die Beteiligung von Menschen, die selbst nicht fasten.[6] Der religiös bestimmte Zeitpunkt setzt also kein gemeinsames Fasten voraus. Für den gedachten Familienabend ist die Anfangszeit dagegen Teil einer Vereinbarung, die die Beteiligten selbst treffen müssen. Sie können sie ändern.

Nun ließe sich verabreden, dass das Kind und die Person, die gekocht hat, anfangen. Der späteren Person blieben Essen und ein Platz. Das wäre allerdings ein dürftiger Ersatz für den gemeinsamen Abend, wenn die anderen bis dahin den Tisch schon verlassen hätten. Eine aufbewahrte Portion kann die Gesellschaft am Tisch nicht mit aufbewahren. Die neue Abmachung müsste deshalb auch die zuerst Essenden binden.

Für diesen Abend würde ich sie so fassen: Wir beginnen, wenn das Essen bereitsteht, und bleiben, bis auch die später kommende Person gegessen hat. Der gemeinsame erste Bissen fällt aus; dafür müssen die Anwesenden ihren Hunger nicht als Zeichen der Zugehörigkeit zurückstellen. Auch diese Lösung verlangt Zeit. Wer zuerst gegessen hat, könnte längst etwas anderes tun und bleibt nun für den anderen sitzen. Warten würden dann die Satten.



ERINNERN

Was von einer Küche bleibt

Nach dem Handgriff verändert sich die Frage: Was bleibt von einem Essen, wenn der Tisch längst abgeräumt ist? Ein Geruch kann eine vergangene Küche nahebringen. Die Menschen am heutigen Tisch erinnern sich dabei an unterschiedliche Orte.

Küchenansicht · Foto: Cat Han / Unsplash, veröffentlicht 2021.

Nach wessen Kindheit riecht es?

Ein Geruch kann einen Menschen unvermittelt in eine Küche von früher versetzen. Mit den anderen am Tisch teilt er zunächst nur die Luft. Was heißt das für den Wunsch, mit Düften Vertrautheit herzustellen?

Ein Duft kann am Tisch gleichzeitig anwesend sein, ohne für alle dasselbe zu bedeuten. Das klingt zunächst nach einer kleinen Enttäuschung. Gemeinsames Essen lebt schließlich von Dingen, auf die man zeigen kann: diese Schüssel, jenes Stück, noch ein Löffel? Der Geruch entzieht sich einer solchen Buchführung. Er verteilt sich, aber nicht gerecht. Jede Person bekommt dieselbe Luft und womöglich eine andere Vergangenheit.

Geruchshinweise riefen in einer Untersuchung mit 93 älteren Erwachsenen häufiger Erinnerungen aus dem ersten Lebensjahrzehnt hervor als Wörter oder Bilder; auch das Gefühl, zurückversetzt zu sein, war stärker.[3] Daraus folgt weder, dass jeder Duft in die Kindheit führt, noch dass zwei Menschen, die dasselbe riechen, am selben inneren Ort ankommen. Eher liegt darin eine eigentümliche Asymmetrie: Was physisch geteilt wird, kann biografisch trennen. Der Duft steht zwischen den Essenden wie ein Wegweiser, dessen Pfeile in verschiedene Richtungen zeigen.

Diese Verschiedenheit ist kein Defekt der Erinnerung. Wie Gerüche bewertet werden, hängt von individuellen Erfahrungen und kulturell erlernten Verknüpfungen ab.[4] Am gemeinsamen Tisch trifft daher nicht nur Wahrnehmung auf Wahrnehmung, sondern auch Gelerntes auf Erlebtes. Ein Duft mag einer Person vertraut, einer anderen fremd und einer dritten gleichgültig erscheinen. Das Essen stellt damit eine Gemeinsamkeit her, deren Bedeutung nicht vereinheitlicht werden kann. Vielleicht beginnt Teilen genau dort, wo Gleichheit ausfällt.

Wie verführerisch die Aussicht auf eine handliche, übertragbare Erinnerung ist, zeigt der Duft Gingerbread der Demeter Fragrance Library. Der Anbieter versieht ihn mit einer Herkunftserzählung: einer weihnachtlichen Familienreise nach London.[2] Verkauft wird also nicht nur ein benannter Duft, sondern auch ein möglicher biografischer Rahmen. Die Flasche kommt gewissermaßen bereits mit Kindheit, Familie und Reiseziel; nur die Käuferin muss noch dazukommen. Ob diese Erzählung zu ihrem Erleben passt, ist offen. Eine angebotene Erinnerung bleibt die Erinnerung eines anderen, selbst wenn ihr Etikett vertraut wirkt.

Was lässt sich dann mit einem Duft teilen? Zunächst der Anlass, überhaupt nach der eigenen Zuordnung zu suchen. Wer am Tisch sagt, woran ihn etwas erinnert, reicht keine Erinnerung weiter wie eine Schale. Er macht vielmehr ihre Abweichung bemerkbar. Das Gegenüber kann den Zusammenhang verstehen, ohne ihn selbst zu besitzen. Gerade darin unterscheidet sich das Teilen vom Übertragen.

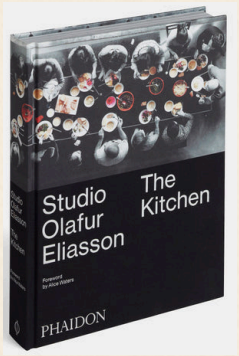
Ein gemeinsamer Duft stiftet deshalb nicht notwendig ein gemeinsames Früher. Er kann jedoch sichtbar machen, dass mehrere Vergangenheiten denselben Augenblick besetzen. Das Essen bleibt dasselbe, die Rückwege nicht. Vielleicht lässt sich gerade davon erzählen: wie weit die Wege auseinandergehen, obwohl niemand den Tisch verlassen hat.



Mittagessen im Studio Olafur Eliasson, Berlin · Foto: Studio Olafur Eliasson. Aufnahmejahr nicht ausgewiesen.

Der nächste Abend ist noch offen

Ein Essen lässt sich vorbereiten, sein Verlauf bleibt offen. Drei Bücher führen von der Küche als Arbeitsort über die Lust am Gastgeben zu der Frage, wie viel sich an einem gemeinsamen Abend überhaupt planen lässt.



Studio Olafur Eliasson: The Kitchen

Phaidon · 2016 · 368 Seiten · Englisch

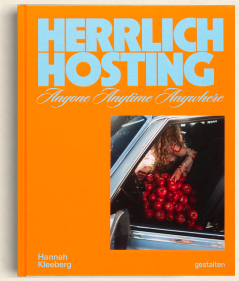
Auf der Doppelseite 140–141 wachsen Tomaten vor einem geöffneten Fenster; daneben liegen sie aufgeschnitten, dann auf einem Blech. Die Bildfolge hält Anbau und Küchenarbeit zusammen. Der kleine Begleittext nennt die tägliche Pflege und eine eigens gebaute Stütze für die Pflanzen. Genau diese unspektakuläre Arbeit macht die Vorschau interessant. Wer eine Küche im Atelier oder Büro einrichten möchte, bekommt hier einen anderen Ausgangspunkt als den einmaligen großen Abend: etwas versorgen, das am nächsten Tag wieder gebraucht wird. Das Rezept für Tomato Secco führt im Buch weiter.

Buch beim Verlag

Herrlich Hosting

Hannah Kleeberg

gestalten · März 2026 · 256 Seiten · Deutsch



Ein Teewagen steht im Gras, darauf stapeln sich Tassen. In einer anderen Vorschau wird er durch eine Straße geschoben. Hannah Kleebergs Buch nimmt das mobile Möbel beim Wort: Ein gedeckter Tisch muss nicht dort bleiben, wo die Küche ist. Die Bilder reizen zum eigenen Einfall – mit vorhandenem Geschirr, einer ungewöhnlichen Stelle und einer Einladung. Für einen ruhigen Alltagsplan wäre das die falsche Erwartung. Als Bildanstoß für ein eigens erfundenes Gastgeben ist gerade die Lust am Aufwand sein Reiz.

Buch beim Verlag



Unverfügbarkeit

Hartmut Rosa

Residenz · 2018 · 136 Seiten · Deutsch

Rosa beginnt beim Schnee, den man erwarten, aber nicht bestellen kann. Wenig später unterscheidet er am Sport die Vorbereitung vom erzwingbaren Ausgang. Dieser Unterschied ist für einen Abend mit Gästen ergiebiger als die pauschale Aufforderung, einfach loszulassen. Einkauf und Kochen brauchen Verlässlichkeit. Ob ein Gespräch trägt, lässt sich damit noch nicht festlegen. Die Einleitung von Unverfügbarkeit schärft den Blick für den Moment, in dem sorgfältige Vorbereitung in die Forderung umschlägt, andere müssten sich nun auch wie vorgesehen freuen.

Buch beim Verlag



Vor dem ersten Handgriff

Ein passendes Essen beginnt oft damit, dass Wünsche, Zutaten und ein wirklicher Abend zusammenfinden. Die nächsten Seiten lassen Platz für eure eigene Küche.

Obst und Gemüse in Netzbeuteln · Foto: Ann Zzz / Pexels, veröffentlicht 2021.

Mama kocht Mittag

Was soll ein Essen im Alltag können? Eine Einladung, die eigenen Wünsche und die Bedingungen dafür zusammenzubringen.

Ein Gericht mit zwanzig Minuten Kochzeit hilft wenig, wenn seine Zutaten noch im Laden liegen. Und ein voller Kühlschrank beantwortet nicht, worauf heute jemand Lust hat. Zwischen Rezept und Abendessen liegen Entscheidungen, die in der Zutatenliste nicht vorkommen: Wer kommt wann nach Hause, wer kann einkaufen, wer möchte kochen – und wer möchte heute vor allem essen?

„Mama kocht Mittag" ist eine erfundene Werkstatt. Wer tatsächlich kocht, darf einen anderen Namen tragen. Hier geht es um ein Essen, dessen Vorbereitungen in den Tag passen – einschließlich Planen, Einkaufen und der Frage, wie sich diese Arbeit verteilen lässt.

Der erste Versuch braucht keinen neuen Wochenrhythmus. Es genügt, sich an ein Essen zu erinnern, das zuletzt angenehm war. Was hat es leicht gemacht? Vielleicht lagen die Zutaten bereit. Vielleicht konnte jeder etwas weglassen. Vielleicht hat jemand das Abendessen mitgebracht, sodass niemand mehr kochen musste.

An genau dieser Erfahrung lässt sich anknüpfen, ohne gleich den ganzen Haushalt umzustellen.

Die folgenden Seiten erklären bereits gebräuchliche Hilfen und lassen Platz für die eigenen Anforderungen. Interessant ist zunächst nur die passende Entlastung: weniger entscheiden, seltener einkaufen oder Zutaten vorbereiten, die verschiedene Vorlieben zulassen. Ein Ansatz darf genau ein Problem lösen, ohne gleich den ganzen Alltag zu ordnen.

Auch ein neues Gericht darf dazugehören. Es braucht nur einen Platz im wirklichen Tag. Vielleicht werden die Gewürze beim nächsten ohnehin geplanten Einkauf besorgt, vielleicht kommt das Rezept am freien Nachmittag dran. Für den anderen Abend bleibt ein Essen, das keine Erklärung braucht. Daraus kann ein kleiner eigener Fundus entstehen: Mahlzeiten, auf die man sich freut und deren Anfang schon gemacht ist.

Eigene Anforderungen und passende Ansätze: nächste Doppelseite.

Was soll heute leicht sein?

Nehmt einen bevorstehenden Abend. Sucht euch die Frage heraus, an der es gerade hängt. Die anderen dürfen warten.

ETWAS FINDEN

Was ist schon da?

Schaut auf Zutaten, die zusammen ein Essen ergeben. Ein Schrank voller Einzelzutaten ist noch keine gemeinsame Idee. Was fehlt wirklich?

ZUSAMMEN ESSEN

Was mögen wir daran?

Sammelt Vorlieben am konkreten Essen: mild, knusprig, warm, vertraut, mit Sauce oder lieber getrennt. Nicht jede Vorliebe muss im selben Bissen vorkommen.

ANFANGEN KÖNNEN

Wer übernimmt was?

Planen, Besorgen, Kochen und Aufräumen lassen sich aufteilen. Sagt auch dazu, welche Information die andere Person zum Übernehmen braucht.

ZEIT HABEN

Welche Zeit ist gemeint?

Zwanzig Minuten am Herd und eine Stunde im Ofen sind verschiedene Anforderungen. Einkauf, Wartezeit und Abwasch gehören zum eigenen Abend dazu.

GERN WIEDERKOMMEN

Was war zuletzt gut?

Merkt euch ein gelungenes Essen oder einen hilfreichen Handgriff. Für den nächsten Versuch genügt es, genau daran etwas zu verändern.

Zum Ausprobieren: Verändert beim nächsten Essen eine Sache, die euch wichtig ist. Danach reicht die Frage, ob ihr es so wieder machen möchtet. Kein Protokoll nötig.

Was hilft bei welchem Abend?

Diese Ansätze lassen sich verbinden. Keiner muss den ganzen Alltag übernehmen.



Wochenplanung

Ein paar Mahlzeiten vor dem Einkauf auswählen und die Zutaten gemeinsam notieren. Das hilft, wenn abends die Entscheidung lästig ist. Für Tage, die häufig anders verlaufen, bleiben Gerichte besser verschiebbar als fest an einen Wochentag gebunden.

Ein kleiner Lieblingsvorrat

Zutaten für Essen bereithalten, das tatsächlich gern gegessen wird. Das hilft beim ausgefallenen Plan. Der Vorrat braucht Verbrauch und Ergänzung; eine lange allgemeine Einkaufsliste trifft nicht automatisch den eigenen Geschmack.

Vorkochen / Meal Prep

Eine Mahlzeit oder einzelne Bestandteile vorher zubereiten. Das verlagert Arbeit auf einen anderen Zeitpunkt. Es setzt dort Zeit sowie passende Lagerung voraus. Der Gewinn ist ein leichterer späterer Abend, keine verschwundene Kochzeit.

Baukastenessen

Eine gemeinsame Basis, dazu getrennte Ergänzungen: etwa Nudeln, Joghurt, Kräuter und eine würzige Komponente. Das lässt Vorlieben auseinandergehen, ohne mehrere vollständige Gerichte zu kochen. Es braucht Platz zum Hinstellen und am Ende zusätzliche Schalen.

Kochbox oder fertiges Essen

Eine Kochbox kann Auswahl und Zutatenbeschaffung bündeln; gekocht wird meist weiterhin selbst. Fertig gekauftes oder geliefertes Essen übernimmt mehr Zubereitung. Kosten, Portionen und verfügbare Auswahl bleiben Teil der Entscheidung.

Ein möglicher Anschluss: erst klären, was euch fehlen würde – dann nach einer Hilfe suchen. Wer gern kocht, muss sich das Kochen nicht abnehmen lassen.

Was passt HEUTE ABEND?

Heute fehlt eine Idee, morgen die Zeit? Fünf Küchen im Netz bieten verschiedene Einstiege: vom vertrauten Gericht bis zum gemeinsam verabredeten Kochabend.

Vor dem Einkauf

Familienkost

Der Wochenplan beginnt mit einer kleinen Festlegung: Suppe, Nudeln oder Auflauf. Erst danach wird ein Gericht ausgesucht. Wer nicht die ganze Woche festlegen möchte, kann nur diese Reihenfolge mitnehmen: heute eine Art zu essen wählen und innerhalb dieser Auswahl stöbern.

Essensplan für die Familie

Wenn etwas Vertrautes lockt

Emmi kocht einfach

Wer Kartoffelsuppe oder Pfannkuchen im Kopf hat, kann hier beim vertrauten Gericht anfangen. In der Sammlung stehen aber auch Hühnersuppe mit drei Stunden und Hackfleischsoße mit vierzig Minuten. Die Zeitangabe hilft, zwischen einer Idee für heute und einem Essen für einen freien Nachmittag zu wählen.

Familienrezepte

Ein anderer Dreh für Nudeln

Gaumenfreundin

Bei dieser Pasta kommen Knoblauchjoghurt, Hackfleisch und Paprikabutter erst auf dem Teller zusammen. Ein guter Fund, wenn du gern mit einzelnen Bestandteilen arbeitest und beim Anrichten entscheiden möchtest, wie viel wovon auf den Teller kommt. Das Rezept und eine Serviervariante stehen gegenüber.

Zum Pastarezept

Wenn neue Aromen neugierig machen

Shibas Kitchen

Paprika und Zwiebeln schmoren für dieses Gericht in der Pfanne; dazu kommen Polenta, Kapern und Granatapfelsirup. Das Rezept nennt Balsamicocreme als Alternative zum Sirup. Schau vor dem Einkauf in den Vorrat: Vielleicht ist nur eine andere Kombination vertrauter Zutaten nötig.

Paprika und Polenta

Wenn das Machen zum Abend gehört

Sallys Welt

Der Teig wird in vier Kugeln geteilt und soll dreißig bis sechzig Minuten gehen. Das ist ein Rezept für einen Abend, an dem das Machen dazugehören darf: Während der Teig ruht, könnt ihr die Beläge vorbereiten und später jede Pizza anders belegen.

Zum Pizzateig

Pasta, Joghurt, Paprikabutter

Ein Rezeptfund von Gaumenfreundin: warme Nudeln und Hackfleisch treffen auf Knoblauchjoghurt und geschmolzene Paprikabutter.



Foto: Steffi / Gaumenfreundin. Kein eigener Kochtest.

Für vier Portionen · rund 30 Minuten laut Original · hier nicht probegekocht

DAS KOMMT HINEIN

400 g kurze Nudeln

400 g Rinderhackfleisch

1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen

2 EL Olivenöl, 2 EL Tomatenmark

300 g Naturjoghurt

3 EL Butter, 2 EL Paprikapulver edelsüß

Salz und Pfeffer

Nach Wunsch: Kirschtomaten, Petersilie, Minze

Gemeinsam, getrennt serviert

Unser Serviervorschlag: etwas Naturjoghurt ungewürzt lassen, Kräuter getrennt hinstellen. So bleibt die Wahl bis zum eigenen Teller offen. Die Variante wurde nicht erprobt.

So kommt es zusammen

AM HERD

01 Nudeln nach Packungsangabe kochen; vor dem Abgießen eine Kelle Kochwasser aufheben. Zwiebel würfeln, Knoblauch reiben.

02 Hackfleisch im Öl vollständig durchbraten, Zwiebel mitbraten. Tomatenmark kurz mitrösten, mit dem Nudelwasser lösen und würzen.

03 Joghurt mit Knoblauch verrühren. Butter bei milder Hitze schmelzen und Paprikapulver unterrühren; nicht bräunen lassen.

04 Nudeln mit Joghurt, Hackfleisch und Paprikabutter anrichten. Nach Wunsch Tomaten und Kräuter ergänzen.

Originalanleitung · Steffi / Gaumenfreundin, aktualisiert 08.08.2025



Regal mit älteren Markenverpackungen. Magda Ehlers / Pexels, veröffentlicht 19.12.2025. Aufnahmeort nicht ausgewiesen.

Vor dem Rezept ist schon etwas da

Ein Vorrat verändert den nächsten Einkauf. Rezeptmedien rechnen ihn auf unterschiedliche Weise mit.

5 €

Heute an der Kasse

1 €

Davon im Gericht

4 € bleiben im Vorrat.

Erfundenes Rechenbeispiel aus der folgenden Kolumne; kein ermittelter Marktpreis.

Zwei Löffel, eine ganze Flasche

Der Portionspreis kennt zwei Löffel Öl. Der Supermarkt verkauft eine Flasche. Beide rechnen richtig. Nur treffen sie sich selten am selben Abend.

Zwei Esslöffel Öl haben einen Preis. An der Kasse haben sie allerdings ein kleines Problem: Sie sind dort eine Flasche. Wer für ein einziges Gericht einkauft, bezahlt zunächst die Packung, auch wenn nur ein Teil davon im Essen landet. Der Rest darf später gern nützlich werden. Heute muss er erst einmal mitbezahlt werden.

Der Rezeptblog Budget Bytes hat dafür eine nachvollziehbare Regel. Beth Moncel setzt den Wert der verwendeten Zutatenmenge an. Öl aus dem Vorrat wird dabei nicht kostenlos; die Flasche wird aber auch nicht mit jedem Gericht noch einmal gekauft.[12] Wer für drei Gerichte aus derselben Flasche schöpft und sie dreimal voll berechnet, hätte am Ende ein erstaunlich teures Öl. Die Rechnung pro Rezept ist also keineswegs die Mogelei, für die man sie beim Blick auf den Kassenbon halten könnte.

Für eine erfundene Flasche zu fünf Euro, von der ein Fünftel im Essen landet, heißt das: ein Euro fürs Gericht, vier Euro für später. Der Supermarkt möchte die fünf gern sofort. Darin zeigt sich eine Zumutung des Vorrats: Bevor er Arbeit oder Geld sparen kann, verlangt er beides. Jemand muss ihn auswählen, bezahlen und unterbringen. Dass sein Inhalt auf mehrere Mahlzeiten reicht, hilft beim ersten Bezahlen nur begrenzt.

Der günstige Portionspreis gehört damit zu einer Küche, die schon ein bisschen Vergangenheit hat. Irgendwann wurde die Flasche angeschafft. Irgendwo steht sie. Wer das nächste Rezept öffnet, bringt sie mit, obwohl auf dem Bildschirm nur das neue Essen zu sehen ist. Der angegebene Zutatenwert kann genau stimmen und für diesen Einkauf trotzdem wenig sagen. Das ist besonders dann lästig, wenn gerade genug Geld für heute da ist und wenig für ein günstigeres Morgen.

Auch die Preise selbst reisen schlecht. Budget Bytes weist darauf hin, dass sie je nach Ort, Geschäft und Zeitpunkt variieren.[13] Ein veröffentlichter Dollarbetrag wird im deutschen Supermarkt nicht durch freundliches Vorzeigen gültig. Brauchbar bleibt die Aufteilung: Welche Zutat macht das Gericht teuer? Von welcher wird wenig gebraucht? Dafür muss die fremde Zahl nicht zur eigenen werden. Die offengelegte Rechnung erlaubt Widerspruch mit dem eigenen Einkaufszettel.

Ich würde einem Portionspreis deshalb mehr trauen, wenn er den Rest der Flasche nicht aus meiner Aufmerksamkeit entlässt. Vier Euro Vorrat sind erst einmal vier Euro Vorrat. Ob sie gut angelegt sind, entscheidet ein späteres Essen. Eine Zutat, die beim zweiten Mal willkommen ist, hat bessere Aussichten als eine, die nur noch verbraucht werden muss. Ein Wochenplan kann dabei helfen. Er kann auch aus fünf Abenden eine kleine Schuldentilgung machen.

Das nächste Rezept dürfte also ruhig einmal mit dem Rest anfangen. Nicht mit der Disziplin, ihn endlich aufzubrauchen, sondern mit einer Idee, auf die man wieder Lust hat. Bis dahin stehen ein Euro unter dem Rezept und fünf auf dem Bon. Für zwei Löffel ist das ein beträchtlicher Weg.

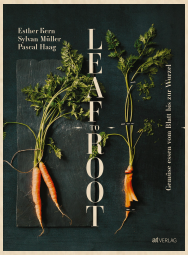
Welchen Teil wollen wir essen?

Am Brokkoli hängen die Röschen und der Strunk noch zusammen. In der Küche trennen sich ihre Wege. Was macht den einen Teil zur begehrten Zutat und den anderen zum Rest?

„Die Auskunft, dass man ihn essen kann, eröffnet die Auswahl; sie nimmt sie mir nicht ab.“



Brokkoli, längs und quer geschnitten. Generierte Illustration; keine botanische Lehrtafel.



Leaf to Root

Esther Kern, Pascal Haag, Sylvan Müller · AT Verlag · 320 Seiten · ISBN 978-3-03800-904-7.

Beim Verlag ansehen und hineinlesen

Ein anderer Schnitt

Nach dem Abteilen der Brokkoliröschen bleibt der Strunk auf dem Brett. An seinen Verzweigungen ist noch zu sehen, was er eben getragen hat. Das Bundeszentrum für Ernährung empfiehlt, ihn in Stücke zu schneiden und mitzugaren; unter Umständen braucht er länger als die Röschen.[10] Wer ihn verwenden möchte, muss also zunächst die Reihenfolge bedenken.

Pascal Haag führt diese Unterscheidung in einem Rezept aus „Leaf to Root“ weiter. Er verwendet Rote Bete, in der Schweiz Randen genannt, mitsamt Stielen und Blättern. Die Blätter werden blanchiert und beiseitegestellt. Die gewürfelte Knolle gart in Orangensaft, die Stiele kommen erst kurz vor Ende hinzu. Zum Schluss werden Blätter und Butter mit schwarzem Knoblauch untergemischt.[9] Jeder Teil erhält seinen eigenen Zeitpunkt, bevor alles zusammen serviert wird.

Im Rezepttitel stehen die Randen und die Knoblauchbutter. Von Resten ist im Titel nicht die Rede. Das gefällt mir: Der Titel verspricht ein Gericht, während die getrennten Arbeitsschritte erklären, wie die verschiedenen Teile darin Platz finden. Einen Stiel bloß mitzuessen wäre noch kein besonderer Anlass, dieses Rezept auszuwählen. Ihm eine Zubereitung zu geben, die zum übrigen Essen gehört, ist ein kulinarisches Angebot.

Daran würde ich auch die Verwendung des Brokkolistrunks messen. Passt sein zusätzlicher Zeitbedarf zum Gericht? Gibt es eine Zubereitung, auf die ich Lust habe? Die Auskunft, dass man ihn essen kann, eröffnet die Auswahl; sie nimmt sie mir nicht ab. „Leaf to Root“ von Esther Kern, Pascal Haag und Sylvan Müller wird dort interessant, wo es diese Auswahl mit Rezeptideen füllt. Auf Knoblauchbutter darf man sich schließlich auch freuen, wenn gerade nichts zu retten ist.

Moment mal …

Alles ist keine Kochanweisung

Das Bundeszentrum für Ernährung rät von grünen Teilen der Tomate und Kartoffel sowie von Rhabarberblättern ab. Bei unzureichend untersuchten Pflanzenteilen empfiehlt es im Zweifel Verzicht.[10] Der Name „Leaf to Root“ ist keine Essbarkeitsprüfung für eine unbekannte Pflanze.

Was verrät dein Tisch?

Stoffserviette, Laptop, Hummusbecher. Auf dem Bild gegenüber hat niemand für euch aufgeräumt. Wer könnte hier gegessen haben?

Eine Geschichte

Sucht einen Gegenstand aus und erzählt, was er über die Runde verraten könnte. Die nächste Person erfindet eine andere Erklärung für dasselbe Ding.

Noch eine

Die gemusterte Schale kann geerbt, gesammelt oder geliehen sein. Welches weitere Detail würde helfen, eure Vermutung zu prüfen?

Der ganze Tisch

Erfindet zwei möglichst verschiedene Anlässe für diese Szene. Ein gewöhnliches Abendessen? Die Vorbereitung eines Fotos? Was passt dazu, was stört?

Ein Ding verschwindet

Denkt euch den Laptop weg oder zeichnet etwas hinzu. Kippt damit eure Geschichte? Ihr dürft auch einen ganz anderen Tisch erfinden.

Es gibt keinen versteckten Lösungstext. Das Bild ist eine erfundene Szene. Die Gegenstände sind sichtbar; ihre Besitzer und deren Absichten sind es nicht.

Lesespur: Pierre Bourdieu, Die feinen Unterschiede. Geschmack hat gesellschaftliche Voraussetzungen. Das Spiel macht daraus keine Diagnose eines Haushalts.





Arbeit am Baum. Aufnahme aus der Waldgarten-Darstellung der Michelberger Farm; Fotograf und Aufnahmejahr nicht ausgewiesen.

Wo das Essen seinen Anfang nimmt

Eine Küche braucht mehr als gute Ideen für den Teller. Der nächste Teil folgt der Auswahl zurück zu Anbau, Rohstoffen und den Menschen, die daran arbeiten.



Gebäude und Pflanzungen auf der Michelberger Farm. Fotograf und Aufnahmejahr nicht ausgewiesen.

„Ein zusätzlicher Tisch verändert nicht, wann ein Baum trägt.“

Wenn die Küche dem Garten folgt

Auf der Michelberger Farm im Spreewald bestimmt die Ernte das Menü mit. Die Nähe zwischen Garten und Küche verändert den Abend – und verlangt Arbeit, die am gedeckten Tisch leicht aus dem Blick gerät.

Der Abend beginnt mit einer Entscheidung, die vor der Anreise fällt. Wer am gemeinsamen Essen auf der Michelberger Farm teilnehmen möchte, reserviert einen Platz an der langen Tafel in der Scheune. Serviert wird nach der Beschreibung des Hauses in Schüsseln und auf Platten; was darin liegt, richtet sich nach Wetter und Ernte.[1] Die Buchung gilt damit einem festen Abend, nicht aber einem im Voraus vollständig festgelegten Menü.

Für die Küche verändert das die Reihenfolge der Planung. Sie entwirft nicht zuerst ein Gericht, um anschließend die benötigten Zutaten zu beschaffen, sondern muss aus dem, was verfügbar wird, ein Essen für die angekündigten Gäste entwickeln. Die Reservierung verbindet zwei Größen, die sich unterschiedlich bestimmen lassen: Die Zahl der Plätze ist planbar, die Ernte nur bedingt.

Auf dem Gelände erhält diese Verbindung eine räumliche Ordnung. Nach Angaben der Farm wurden 2019 innerhalb von zwei Wochen 15.000 Pflanzen gesetzt; der syntropische Waldgarten umfasst 1,3 Hektar. Der veröffentlichte Entwurf unterscheidet intensiv genutzte Bereiche in der Nähe der Küche von Zonen, die sich über längere Zeit entwickeln sollen.[2] Kurze Wege sind hier Teil einer Arbeitsorganisation, die tägliche Eingriffe und langsames Wachstum aufeinander bezieht.

Der Pflanzplan zeigt, wie diese Ordnung angelegt ist. Pfirsich und Feige, Pflaume, Apfel oder Birne liegen näher am bebauten Ende der Fläche; weiter entfernt sind unter anderem Esskastanien, Walnuss und essbare Wildpflanzen verzeichnet. Wege erschließen die Reihen und Bereiche.[2] Aus der Zeichnung lassen sich weder aktuelle Ernten noch spätere Erträge ablesen. Sie zeigt jedoch, dass Standorte, Zugänglichkeit und Entwicklungsdauer bereits beim Anlegen des Gartens unterschieden wurden.

Was wächst, lässt sich nicht im selben Sinn nachbestellen wie eine Kiste aus dem Großhandel. Ein zusätzlicher Tisch verändert nicht, wann ein Baum trägt. Umgekehrt endet die Arbeit am Baum nicht mit der Saison eines bestimmten Gerichts. Eine Küche in dieser Nachbarschaft muss mit mehreren Zeitmaßen umgehen: mit dem Essen an einem Abend, der Ernte im Jahreslauf und einer Pflanzung, die über Jahre besteht. Das gemeinsame Grundstück hebt diese Unterschiede nicht auf. Es bringt sie näher an die Planung des Restaurants.

Dabei versorgt sich die Farm nicht ausschließlich vom eigenen Grundstück. Auf der Restaurantseite nennt das Haus weitere Erzeuger, darunter Gut Ogrosen, Wilmaers Gaerten und Hof Untermühle.[1] Der Garten ersetzt diese Beziehungen nicht. Er verändert vielmehr, worauf die Küche zuerst reagieren muss: Ein Teil des Angebots entsteht in ihrer Nachbarschaft und folgt dort anderen Fristen als eine bestellte Lieferung.

Für die Gartenarbeit bietet die Farm auch Praktika an: vier Wochen bis drei Monate, mit mindestens drei Einsatztagen pro Woche. Unterkunft und Mittagessen werden gestellt, eine Bezahlung ist nicht vorgesehen.[4]

Wie viel der Gartenarbeit von den ausgeschriebenen Praktikumsstellen getragen wird, bleibt offen. Auch davon hängt ab, wie sich die hier beschriebene Nähe anderswo herstellen ließe. Eine weitere Küche könnte denselben Pflanzplan übernehmen und müsste doch einen anderen Betrieb aufbauen, wenn die Arbeit anders verteilt oder bezahlt wird. Im Waldgarten wachsen lange Zeiträume; ein Teil der Menschen, die dort mitarbeiten sollen, bleibt nur einige Wochen.

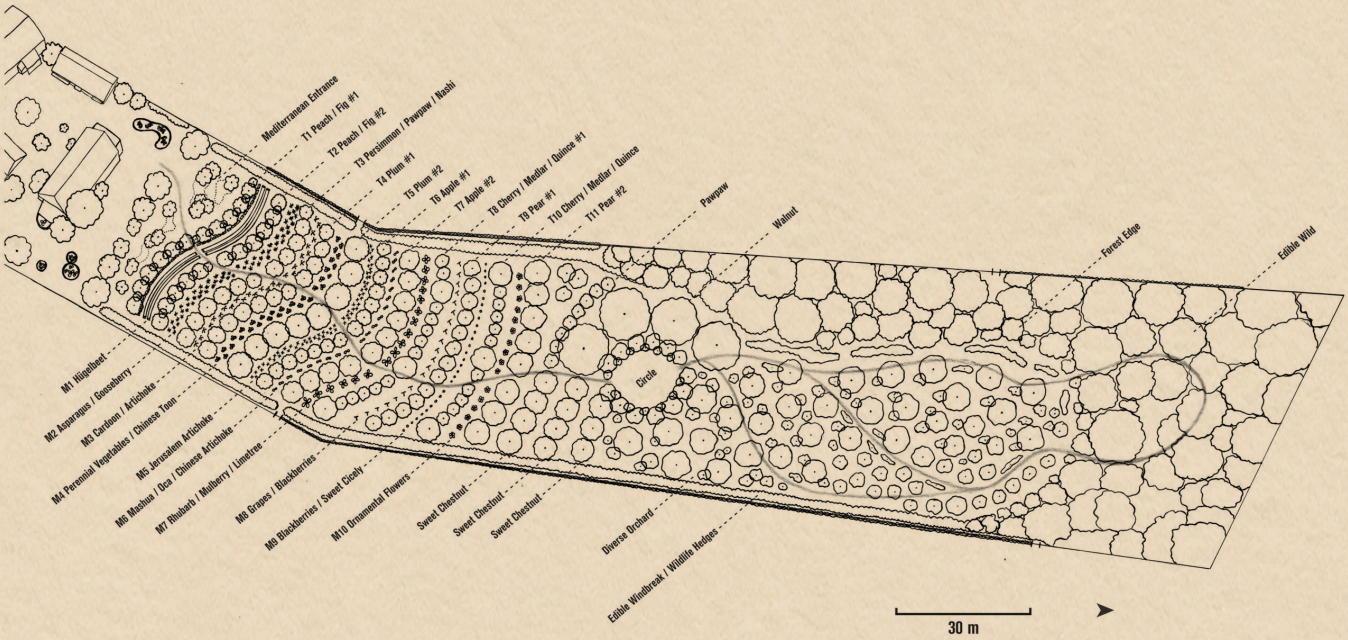


Die lange Tafel in der Scheune. Foto: Tobias König laut Quelldateiname; Aufnahmezeit nicht verifiziert.

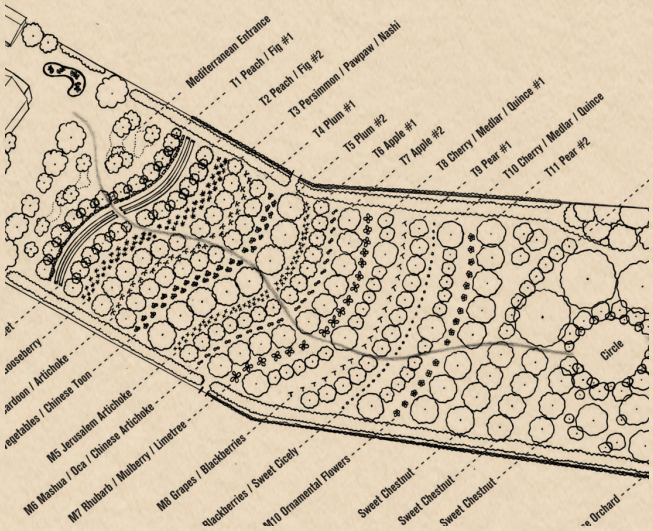
Für wen wird geplant?

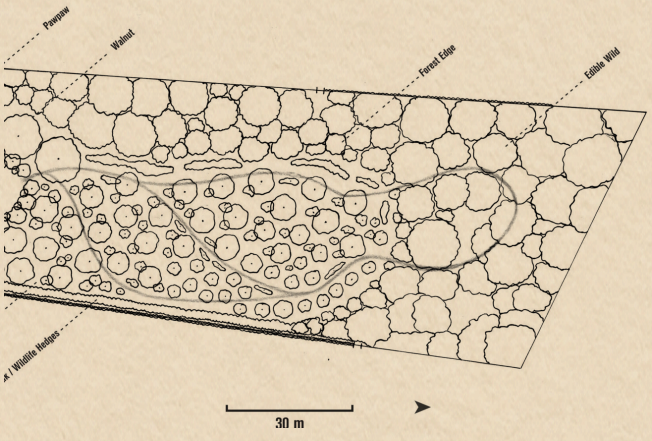
Die Buchung gilt einem Abend, dessen Menü von der Ernte abhängt. Nebenan brauchen die Pflanzen Pflege über diesen Abend hinaus.

Was wächst wo?



Pflanzplan der Michelberger Farm. Gesamtansicht und zwei vergrößerte Ausschnitte desselben Entwurfs. Die Zeichnung zeigt die geplante Ordnung; aktuelle Ernten oder Erträge lassen sich daraus nicht ablesen.





01 · Beim bebauten Ende

Pfirsich, Feige, Pflaume und Apfel sind in benannten Reihen angeordnet. Wege führen zwischen den Pflanzungen hindurch.

02 · Weiter in der Fläche

Walnuss und essbare Wildpflanzen sind am anderen Ende bezeichnet. Die Ausschnitte vergrößern diese Unterschiede im Entwurf.

Auf den Spargel warten

Das Nobelhart & Schmutzig will sich nach der Ernte seiner Erzeuger richten. Hinter diesem Anspruch liegen Besuche auf Höfen und eine Küche, die auch warten können muss.

Ein Koch schält weißen Spargel, am Pass liegt ein ganzer Berg davon. Die Spitzen sind grünbraun. Carolina Schwarz beschreibt diesen Maitag im Nobelhart & Schmutzig und erklärt die Färbung mit dem Anbau ohne schwarze Folie. Die Stangen wachsen dabei langsamer; der teurere Anbau soll ihrem Geschmack zugutekommen.[2]

Wenn der bevorzugte Spargel noch sechs Wochen braucht, soll er im Nobelhart & Schmutzig auch erst dann auf die Karte kommen. So beschreibt das Restaurant seinen Einkauf; ein Ersatz vom Großmarkt ist ausgeschlossen.[1] Gewartet wird hier auf bestimmte Stangen. Anderswo kann längst Spargel zu kaufen sein.

„Das Warten gehört zur Auswahl.“

Micha Schäfer hat über Jahre Höfe besucht und sich Anbau und Tierhaltung erklären lassen, berichtet Schwarz.[2] Das Küchenprogramm beschreibt auch Gespräche darüber, welche Kräuter, Kürbissorten oder Hühnerrassen die Betriebe anbauen und halten.[1] Schäfers Auswahl beginnt in solchen Gesprächen, lange bevor eine Zutat zum Kochen bereitliegt.

Schäfer erzählt Schwarz von Gästen, die schon mit den ersten warmen Märztagen Spargel oder Radieschen erwarten. Für seine regionale Küche nennt er den Mai.[2]

Küchenprogramm und Reportage · Quellen [1] und [2]

Drei andere Anfänge

Was müsste sich ändern, damit wir anders essen können? Drei Ansätze setzen an verschiedenen Entscheidungen an: einer Zutat, einer Mischung und dem Einstieg in den Anbau.



Ein vertrauter Keks, eine andere Zutat

ChoViva / Planet A Foods

Aus „Schoko Tatzen“ werden „Süße Tatzen“: Die Verbraucherzentrale Hamburg dokumentiert einen Keks, dessen früherer Schokoladenüberzug durch ChoViva ersetzt wurde.[5] Planet A Foods stellt die kakaofreie Zutat aus gemahlenen Sonnenblumenkernen, pflanzlichen Fetten und Zucker her; je nach Variante kommen Milchpulver oder Sonnenblumenkernmehl hinzu. Andere Hersteller verarbeiten sie in ihren Produkten weiter. Die Veränderung findet damit schon statt, bevor jemand im Laden einen Keks auswählt. Die vertraute Form kann bleiben, während die Rezeptur wechselt. Für diesen leisen Umbau ist entscheidend, wie deutlich die Packung ihn mitteilt. Die Verbraucherzentrale beschreibt unterschiedlich auffällige Hinweise auf die neue Zutat.

Zutat und Anwendungen ansehen



Weniger Fleisch im gleichen Gericht

Nosh

Für einen Burger in der Speisemanufaktur Adlershof nennt das Adlershof Journal zwanzig Prozent Pilzprotein, für eine Lasagne dreißig. Im Bericht von Heike Gläser vom Juli 2026 beginnt die Zusammenarbeit mit Versuchen: Geschäftsführer Ralf Beseke und sein Küchenchef probieren Rezepte und Mischungsverhältnisse aus.[6] Nosh liefert das fermentativ gewonnene Koji-Protein, das hier mit Rindfleisch kombiniert wird. Der Eingriff richtet sich nach dem Gericht. Die aktuelle Produktseite nennt einen Koji-Anteil von zwanzig bis vierzig Prozent; ihre gesonderten Nährwertvergleiche beziehen sich auf zwanzig Prozent. Für die Küche entsteht ein Spielraum zum Mischen, kein einheitlicher Ersatz für jede Anwendung. Wie viel Fleisch bleiben soll, wird zur Rezeptentscheidung.

Zum Original



Anbauen lernen heißt auch planen

Tiny Farms

Auf dem Kursplan stehen Saatgut und Jungpflanzen, aber auch Kapital, Versicherungen und Vertrieb. Die Tiny Farms Academy behandelt den Einstieg in den Gemüsebau damit als eigenes Vorhaben: Eine Anbauplanung muss zu den verfügbaren Mitteln passen und zu den Menschen, die die Ernte später abnehmen sollen.[7] Der nächste angekündigte Kurs läuft von März bis November 2027 und verbindet Online-Seminare mit acht Praxistagen. Die Teilnahme kostet regulär 1.850 Euro inklusive Mehrwertsteuer; am 2. November 2026 wird ein Frühbucherpreis von 1.750 Euro angeboten. Bevor daraus ein eigener Betrieb wird, gehören Zeit, Fläche und Absatz ebenso auf den Plan wie die nächste Aussaat.

Zum Original

Welcher Geschmack soll verschwinden?

Erbseneiweiß soll in einem Getränk weniger nach Erbse riechen. Fermentationsforschung kann helfen, eine solche Veränderung zu erklären und herzustellen. Ob daraus ein besseres Getränk wird, hängt auch daran, was man von ihm erwartet.

Eine Erbsenzutat wird in zwei Getränkemischungen geprüft: einmal wasserbasiert, einmal als Öl-in-Wasser-Emulsion, die eine Milchalternative darstellen soll. Avis Dwi Wahyu Nugroho und sein Team untersuchten 2024, was eine mikrobielle Behandlung an diesen Proben verändert.[10]

Zehn Prüfpersonen bewerteten Aroma- und Geschmacksmerkmale. Die Abbildung zeigt deren Mittelwerte vor und nach der Behandlung. Das Team berichtet einen statistisch signifikanten Rückgang des Erbsenmerkmals, unterschiedlich in den beiden Mischungen. Andere Merkmale, darunter sauer, veränderten sich nicht signifikant.[10]

Weniger erbsig beschreibt die Veränderung. Ob jemand sie lieber trinkt, bleibt eine andere Frage. Schon die Wahl dessen, was verschwinden soll, setzt eine Vorstellung vom Getränk voraus. Wer einen Grundstoff neutraler machen möchte, hat ihm eine andere Aufgabe zugedacht als jemand, der gerade seinen Eigengeschmack sucht.

Das Verfahren soll die pflanzlichen Noten verändern, ohne sie durch kräftigen Gärungscharakter zu ersetzen. Dafür wurden die Mikroorganismen zunächst kultiviert, geerntet und gewaschen. Beim Einsatz begrenzten die Forschenden das Angebot an fermentierbarem Zucker. Gewünschte Stoffumwandlungen sollten weiterlaufen, während das Wachstum gering blieb. Sie nennen diesen Ansatz Biopurifikation.[10] Die Zellen werden wegen einer bestimmten Leistung gebraucht, nicht wegen möglichst starker Vermehrung.

Auch chemisch ist Erbsengeschmack kein einzelnes Ziel. Hexanal trägt etwa zu grünen oder grasigen Noten bei. Ein Aldehyd kann zum entsprechenden Alkohol reduziert werden; dieser kann weiterhin geruchsaktiv sein. Die Übersicht von Robin I. Kuijpers und seinem Team ordnet solche Wege über verschiedene Organismen hinweg.[8] Eine bekannte Reaktion lässt sich daraus auswählen. Welche Aromamischung daraus werden soll, steht nicht in der Molekülkarte.

Im Forschungsverbund FERMI werden rechnerische Vorhersagen mit chemischen Zeitreihen, Enzymuntersuchungen und Kulturprüfungen verbunden.[9] Für den Entwurf eines Getränks kann das die Suche eingrenzen: Welche Veränderung ist mit welcher Kultur unter den vorgesehenen Bedingungen überhaupt erreichbar?

Für einen Grundstoff, dessen späterer Geschmack durch andere Zutaten bestimmt werden soll, kann eine zurückhaltendere Erbsennote nützlich sein. In einer Speise, die gerade diese Note braucht, würde dieselbe Behandlung etwas Erwünschtes entfernen. Ein technisch erfolgreiches Verfahren könnte dort an seinem Ziel vorbeiarbeiten.

„Weniger erbsig beschreibt die Veränderung. Ob jemand sie lieber trinkt, bleibt eine andere Frage.“

Vom Ziel zum Versuch

Eine vereinfachte Arbeitsfolge nach den Forschungsaufgaben von FERMI. Die Rückwege sind Teil der Entwicklung.



1 Eine Eigenschaft wählen

Welches Aroma oder welche Funktion soll sich in welcher Anwendung verändern?



2 Einen Weg erklären

Stoff und Reaktionen untersuchen. Bekanntes, Vermutetes und Ungeklärtes unterscheiden.



3 Eine Kultur prüfen

Der mögliche Abbauweg muss mit einer geeigneten Kultur unter passenden Bedingungen funktionieren.



4 Das Ergebnis verwenden

Analytisch und sinnlich prüfen. Erst am Ergebnis zeigt sich, ob die gewünschte Eigenschaft erreicht wird.

Rückfragen und neue Versuche

Keine universelle Prozessvorschrift und keine Darstellung fertiger FERMI-Ergebnisse. Die Pfeile ordnen Forschungsaufgaben, keine Stoffmengen.

Wo der Kristall entstehen soll

Phosphor setzt Leitungen zu und wird als Nährstoff gebraucht.

Im Berliner Klärwerk beginnt seine Rückgewinnung mit einer Entscheidung darüber, wo er sich ablagern darf.

In den Leitungen eines Klärwerks kann Phosphor Arbeit machen. Seine Verbindungen bilden Kristalle, die sich als Kruste festsetzen und Rohre verstopfen. Die Berliner Wasserbetriebe berichten, dass sie die betroffenen Leitungen früher regelmäßig erneuern mussten.[11] Ein Stoff, der für den Anbau gebraucht wird, ist an dieser Stelle der Anlage ein Hindernis.

Die Wasserbetriebe verlagern deshalb die Kristallbildung. Zugesetzte Magnesiumsalze lösen an einer dafür vorgesehenen Stelle die Bildung von Magnesium-Ammonium-Phosphat aus, kurz MAP. Dieses Material lässt sich abtrennen. Zugleich verbessert das Verfahren nach Angaben des Unternehmens die Entwässerung des Schlamms.[11] Die Kristallisation bleibt Teil der Behandlung; geändert wird der Ort, an dem sie stattfindet.

Nach dem letzten Bissen

Die Mahlzeit endet. Ihre Bestandteile gehen auf unterschiedlichen Wegen weiter. Der Blick ins Klärwerk macht einen dieser Wege genauer sichtbar.



Klärwerk Waßmannsdorf · Berliner Wasserbetriebe. Einzelner Fotograf und Aufnahmejahr nicht ausgewiesen.

Der Weg zurück zum Acker ist dabei eine weitere Aufgabe für eine Anlage, die zunächst Wasser reinigen muss. Phosphor fördert in Gewässern das Algenwachstum, wenn seine Konzentration zu hoch wird.[11] Ihn aus dem Abwasser zu entfernen, ist schon aus diesem Grund sinnvoll. Die Rückgewinnung soll einen Stoff wieder verfügbar machen, den die Reinigung aus dem Wasser heraushält. Beide Aufgaben treffen im Klärwerk zusammen, enden aber an verschiedenen Stellen.

Nach der Abtrennung verlässt das MAP das Werk als Abfall. Die Umwelterklärung 2025 der Wasserbetriebe bezeichnet es als geeignet für die nachgelagerte Aufbereitung zum Düngemittel.[12] Über diesen Übergang entscheiden weitere Bearbeitungsschritte und Abnehmer. Welche das beim beschriebenen MAP konkret sind, weist der Bericht nicht aus. Das begrenzt die Aussage über seine Verwendung auf dem Feld, hebt den Nutzen des Verfahrens für den laufenden Betrieb jedoch nicht auf.

Auch der kürzeste Rückweg wäre nicht unbedingt der erwünschte. Klärschlamm enthält neben Nährstoffen unter anderem Schwermetalle und Arzneimittelreste, wie das Umweltbundesamt erläutert.[13] Würde man das gesamte Gemisch ausbringen, kämen diese Bestandteile mit auf den Boden. Phosphorrückgewinnung verlangt also eine Auswahl aus dem, was nach Gebrauch gemeinsam ankommt. Zwischen Mahlzeit und nächstem Anbau liegt die Arbeit, einen brauchbaren Bestandteil von anderen zu trennen.

Dafür gibt es unterschiedliche Ansatzpunkte. Das Berliner Projekt Power-to-P beginnt bei Klärschlammasche, also nach der Verbrennung. Es untersucht einen Weg mit Elektrodialyse; das Kompetenzzentrum Wasser Berlin entwickelt die Phosphatfällung im Labor weiter und beschreibt eine Berliner Pilotanlage. Das im Januar 2025 gestartete Vorhaben ist auf dreißig Monate angelegt. Ein für die Düngerherstellung oder direkte Düngung geeignetes Phosphat ist sein Ziel.[14] Die Aschebehandlung führt einen eigenen Stoffstrom weiter, nicht das zuvor abgetrennte MAP.

Ein Pfeil vom Klärwerk zurück zum Feld lässt diese Entscheidungen verschwinden. Die beiden Verfahren setzen an verschiedenen Materialien an und müssen den nächsten Bearbeitungsschritt jeweils erst ermöglichen. Bei der MAP-Gewinnung beginnt das mit der Frage, wo ein Kristall entstehen soll. In der Leitung zwingt er zu Reparaturen. An der vorgesehenen Stelle lässt er sich abtrennen und weitergeben. Schon dieser Ortswechsel verändert, was mit ihm geschehen kann.

Moment mal …

Ein Abfall mit nächstem Zweck

Die Umwelterklärung nennt das abgetrennte MAP Abfall und beschreibt zugleich seine Eignung für die Aufbereitung zum Düngemittel.[12] Diese Angaben widersprechen sich nicht: Der Status beim Verlassen des Werks und eine mögliche spätere Verwendung bezeichnen verschiedene Stationen.

Zwei Wege zur Rückgewinnung

Ausgewählte Stationen der Phosphorrückgewinnung. Kein vollständiger Klärwerksplan und keine Mengenbilanz.

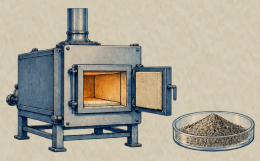
Klärschlammbehandlung

MAP-Fällung



Gezielte Kristallisation mit Magnesiumsalzen bei der Schlammbehandlung.

Klärschlammasche



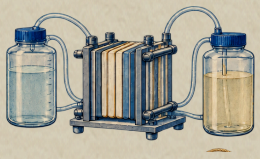
Ein anderer Ausgangspunkt nach der thermischen Behandlung.

Abgetrenntes MAP



Laut Umwelterklärung 2025 verlässt das Material das Werk als Abfall.

Power-to-P



Elektrodialyse und Phosphat-Fällung werden im Labor und in einer Pilotanlage untersucht.

Weitere Aufbereitung



Die nächste Verwendung verlangt eine geeignete Qualität; sie ist nicht durch die Abtrennung allein belegt.

Ziel: Phosphatprodukt



Angestrebt für Düngemittelproduktion oder direkte Düngung. Projektziel, kein Nachweis flächendeckender Anwendung.

Durchgezogen: beschriebene MAP-Abtrennung. Gestrichelt: nachgelagerte Verwendung und der Entwicklungsweg Power-to-P.

Illustrative Gegenstände, keine maßstäbliche Anlagenzeichnung. Quellen [11–14]; ohne Mengenbilanz.

Ein öffentlicher Tisch



Nicht jede Mahlzeit wird privat organisiert. In der Schule bestimmen andere mit, wann Essen möglich ist und wie viel Raum es im Tag bekommt.

Essensausgabe in Finnland. Satu Haavisto / Finnish National Agency for Education; Aufnahmejahr nicht ausgewiesen.

Die Pause gehört zum Essen

Ein warmes Mittagessen braucht auch einen Platz im Schultag. Dafür müssen Unterricht, Küche und die Vorbereitungen in den Familien zusammenkommen.

Von 13.10 bis 13.30 Uhr können die Jahrgänge zehn bis zwölf am Otto-Nagel-Gymnasium in Berlin ein warmes Gericht in der Aula bekommen. Für die Klassen fünf und sieben nennt die Schulwebsite das Fenster von 11.20 bis 12 Uhr, für sechs, acht und neun die Zeit von 12.15 bis 12.45 Uhr.[1] Der Plan sagt, wann die Gruppen zum Essen kommen können. Wie lange einzelne Schülerinnen und Schüler warten, essen oder anschließend sitzen bleiben, verrät er nicht.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt für die gesamte Mittagspause ungefähr sechzig Minuten. Dazu zählt sie den Weg zur Mensa, das Anstehen, die Platzsuche, die Mahlzeit, soziale Kontakte und das Abräumen.[3] Ein Essensfenster von zwanzig Minuten und eine Pause von sechzig Minuten bezeichnen deshalb verschiedene Abschnitte. Die Wege um das Essen herum brauchen ebenfalls einen Platz zwischen den Unterrichtsstunden.

Damit das Gericht bereitsteht, verlangt das Gymnasium eine Vorbereitung für jeden einzelnen Tag: Familien registrieren sich online beim Caterer, bestätigen die Anmeldung innerhalb von vierundzwanzig Stunden und bestellen rechtzeitig das gewünschte Essen. Nach Angabe der Schule ist die fristgerechte Bestellung Voraussetzung einer verlässlichen Versorgung.[1] Die Familien liefern der Küche damit eine Planungsgrundlage. Über das Unterrichtsende oder die Belegung der Aula entscheiden sie mit ihrer Bestellung nicht.

Zusätzliche Pausenminuten schaffen allerdings noch keine zusätzlichen Plätze. Wo die Mensa nicht alle gleichzeitig aufnehmen kann, empfiehlt die DGE versetzte, stufenspezifische Pausen und ihre Berücksichtigung im Stundenraster.[3] Eine Staffelung kann den Zugang also erst ermöglichen. Wer einer Gruppe einen längeren Aufenthalt einräumt, muss auch berücksichtigen, wann die nächste Platz braucht. Einfach alle zur selben Zeit vom Unterricht freizustellen, löst dieses Problem nicht.

Für Berliner öffentliche Schulen mit Primarstufe beschreibt eine Handreichung, wie Änderungen an der Essensausgabe abzustimmen sind. Die Schulleitung oder das Schul- und Sportamt muss den Anbieter über einen anderen Beginn oder ein anderes Ende unverzüglich informieren, spätestens zweiundsiebzig Stunden vorher, gerechnet ab acht Uhr des betreffenden Tages. Weitere organisatorische Anpassungen stimmen Schulleitung und Anbieter miteinander ab. Ein Mittagessensausschuss, der schulorganisatorisch etwas ändern möchte, soll zunächst die Schulleitung informieren und mit ihr das Vorgehen beraten.[5] Das ist ein Verfahren für diesen Schulbereich, keine Auskunft über die Praxis in der Oberstufe des Gymnasiums.

Am Caterer allein ließe sich eine längere Pause kaum bestellen. Ein späteres Ausgabeende hilft zunächst denen, die später ihr Gericht abholen. Ob sie dadurch länger sitzen bleiben können, hängt auch vom Unterricht danach ab. Für ein Gespräch nach dem letzten Bissen braucht es einen freien Abschnitt und einen Platz, den nicht bereits die nächste Gruppe benötigt. Beides müsste die Schule mit der Küche abstimmen, wenn sie mehr Zeit am Tisch ermöglichen will.

„Am Caterer allein ließe sich eine längere Pause kaum bestellen.“

Essenszeit ist nicht gleich Pause

Drei veröffentlichte Essensfenster am Otto-Nagel-Gymnasium. Die Balken zeigen deren Dauer, keine gemessene Zeit am Tisch.[1]



Was zusätzlich zur Pause gehört

Die DGE nennt Wege, Warten, Platzsuche, Essen, soziale Kontakte und Abräumen. Für diesen Zusammenhang empfiehlt sie etwa 60 Minuten.[3]

Schulangaben, gelesen 29.10.2026. Die DGE-Empfehlung von etwa 60 Minuten betrifft die gesamte Mittagspause einschließlich Wegen, Warten, Essen und Abräumen.[3] Beide Größen dürfen nicht als identische Messwerte verglichen werden.

Eine andere Rezeptur, bevor wir zugreifen

Die britische Getränkeabgabe richtet sich an Hersteller und Importeure. Ihr aufschlussreichster Effekt liegt vor dem Einkauf: Eine politische Regel verändert, welche Getränke überhaupt im Regal stehen.

Eine Abgabe auf zuckerhaltige Getränke kann wirken, ohne dass jemand vor dem Regal einen Vorsatz fasst. Wenn ein Hersteller die Rezeptur ändert, wird mit derselben Marke etwas anderes gekauft. Genau diese Möglichkeit macht die britische Soft Drinks Industry Levy interessant. Sie wurde 2016 angekündigt und 2018 eingeführt. Die Belastung hängt von Stufen des Zuckergehalts ab; eine Rezeptur unterhalb der jeweils relevanten Grenze vermeidet die entsprechende Abgabe.[5] Der Staat spricht damit zunächst zu den Unternehmen.

Für die Politik ist das eine andere Aufgabe als Ernährungsaufklärung. Ein Hinweis soll eine Entscheidung der Käufer verändern. Eine Abgabenstufe verändert die Rechnung des Anbieters: Was kostet eine neue Rezeptur, was eine unveränderte? Die Auswahl bleibt vorhanden, aber die Bedingungen, unter denen sie produziert wird, verschieben sich. Auch wer beim Einkauf weiter zur bekannten Flasche greift, kann dadurch weniger Zucker kaufen.

Das britische Monitoring weist zwischen 2015 und 2024 einen Rückgang des absatzgewichteten durchschnittlichen Zuckergehalts um 47,4 Prozent aus, bezogen auf die im Monitoring zur Abgabe erfassten Getränke für den Einkauf nach Hause.[6] Dabei zählt ein häufig gekauftes Getränk mehr als eine selten verkaufte Sorte. Die Zahl beschreibt also weder eine einzelne Flasche noch die gesamte Ernährung. Sie erfasst auch Veränderungen darin, welche Produkte wie häufig gekauft werden. Gerade diese Unterscheidung ist politisch wichtig: Eine veränderte Auswahl und eine veränderte Rezeptur können beide zum Ergebnis beitragen.

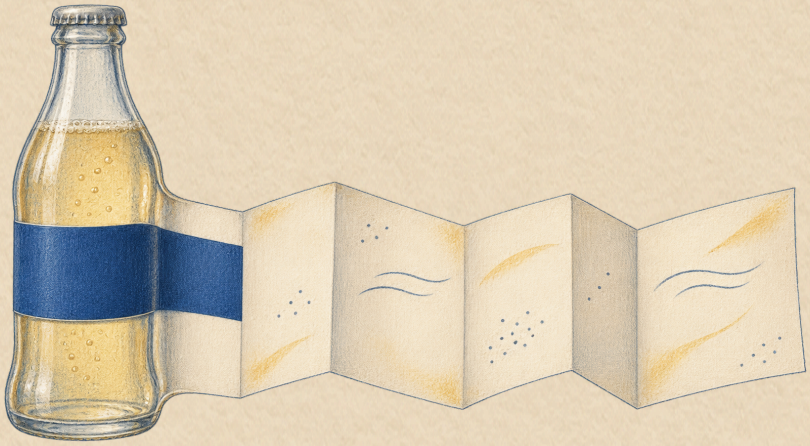
Die Zahl allein sagt nicht, wie viel des Rückgangs die Abgabe verursacht hat. Dafür verweist die IFS-Analyse von März 2026 auf gesonderte Untersuchungen der ursprünglichen Regelung.[7] Für die ab Januar 2028 geplante Absenkung der unteren Schwelle und die Einbeziehung weiterer Milchgetränke nutzt das Institut ein Modell. Es erwartet vergleichsweise kleine zusätzliche Effekte. Aus dem früheren Rückgang folgt deshalb keine gleich große Wirkung des nächsten Schritts.

Das Modell macht einen ungewöhnlichen Zielkonflikt sichtbar. Es nimmt unter anderem an, dass eine fällige Abgabe vollständig auf Preise weitergegeben wird, und variiert, wie viele Produkte ihre Rezeptur ändern. Kleine Anpassungen knapp unter die neue Grenze vermeiden die Abgabe. Dadurch entfällt aber auch der Preisanreiz zum Wechsel auf andere Getränke.[7] Mehr Reformulierung kann unter diesen Bedingungen weniger Zucker einsparen als der Produktwechsel bei unveränderten Rezepturen.

Wer die gewohnte Süße mag, kann eine Rezepturänderung als Verlust empfinden. Eine sinkende Zuckermenge beantwortet diesen Einwand nicht. Für mich spricht das gegen eine Rechtfertigung allein mit der größtmöglichen Veränderung des Sortiments. Der Eingriff sollte daran gemessen werden, wen er erreicht und welchen zusätzlichen Nutzen gerade seine nächste Stufe erwarten lässt. Die IFS-Prognose gibt Anlass, diese Ausgestaltung genauer zu begründen, statt den früheren Erfolg nur zu wiederholen.

Die Abgabe verlegt einen Teil der Entscheidung in die Produktentwicklung. Das ist ihre Stärke: Sie erreicht auch den Griff zur vertrauten Flasche. Dieselbe Eigenschaft macht die Ausgestaltung anspruchsvoll. Eine Grenze, unter die Hersteller mit einer kleinen Änderung ausweichen können, setzt andere Anreize als ein höherer Preis. Welche Antwort erwünscht ist, muss die Politik vor dem nächsten Einkauf entscheiden.

Zwei Wege zum anderen Einkauf



Rezeptur ändern

Ein Unternehmen senkt den Zuckergehalt. Auch beim Griff zur gleichen Marke kann sich die gekaufte Zuckermenge verändern.

Produkt wechseln

Ein veränderter Preis kann zum Wechsel anregen. Das Ergebnis hängt vom gewählten Ersatz und der gekauften Menge ab.

Erklärendes Schema, keine Aufteilung des gemessenen Rückgangs. Monitoring [6] und Modellanalyse [7] beantworten verschiedene Fragen.

Eine Portion Sicherheit?

Bei Gesundheitsversprechen hängt viel an einem kleinen Wort. Was darf eine Angabe bedeuten – und was möchten wir gern in ihr lesen?



Inszeniertes Supplement-Stillleben: Jonathan Borba / Pexels, veröffentlicht 01.08.2023. Keine Abbildung eines hier geprüften Produkts.

Die Portion kennt deinen Bedarf nicht

Der Körper braucht täglich Nährstoffe. Begründet das die tägliche Einnahme eines bestimmten Produkts? Die FAQ von Orthomol Immun erlaubt einen genaueren Einspruch als die große Zahl neben Vitamin C.

Die FAQ von Orthomol Immun empfiehlt eine tägliche Einnahme über einen längeren Zeitraum, „da der Körper täglich Mikronährstoffe benötigt“.[12] Der Satz erklärt, warum Versorgung keine einmalige Angelegenheit ist. Weshalb sie gerade dieses Produkt erfordert, erklärt er nicht. Essen kommt als tägliche Nährstoffquelle in der Begründung gar nicht vor.

Allerdings lautet die Frage dort, wie oft man Orthomol Immun einnehmen soll. Wer sich bereits aus einem begründeten Bedarf für das Produkt entschieden hat, kann die Antwort als Auskunft zum Einnahmerhythmus lesen. Eine solche Gebrauchsanleitung muss die Kaufentscheidung nicht noch einmal rechtfertigen. Ihr einen Bedarfstest abzuverlangen, wäre die falsche Kritik.

Auch die benachbarte Antwort zur Einnahmedauer setzt einen spezifisch erhöhten Bedarf voraus. Für die persönliche Situation verweist sie auf Arzt oder Apotheker.[12] Damit ist die Voraussetzung ausdrücklich benannt. Wer dagegen noch überlegt, ob die Ergänzung überhaupt nötig ist, erfährt aus dem allgemeinen Hinweis auf den täglichen Nährstoffbedarf zu wenig. Ihm fehlt gerade der Grund, den die andere Lesart schon voraussetzt.

Die Nährstofftabelle wirkt daneben sehr bestimmt. Bei der Variante Trinkfläschchen mit Tabletten stehen 950 Milligramm Vitamin C je Tagesportion und 1.188 Prozent der Referenzmenge.[12] Der feste Kennzeichnungswert für Erwachsene beträgt achtzig Milligramm; 950 geteilt durch achtzig, mal hundert, ergibt gerundet die ausgewiesene Zahl.[13] In dieser Rechnung kommt die bisherige Ernährung nicht vor.

Was die Zahl tatsächlich misst

Eine Zeile aus der Herstellerdarstellung zu Orthomol Immun, Variante Trinkfläschchen mit Tabletten. Werte vom 29.10.2026.[12]

$$\frac{950\ \text{mg}}{80\ \text{mg}} \times 100 \approx 1.188\ \%$$

Zähler · Menge im Produkt

950 mg Vitamin C je Tagesportion laut Hersteller.[12]

Nenner · fester Bezugswert

80 mg Vitamin C für Erwachsene nach der Kennzeichnungsregelung.[13]

Wo steht die Person?

Das ist kein Rechenfehler. Die Prozentzahl setzt den Inhalt der Portion zu einem festgelegten Wert ins Verhältnis. Man kann damit Mengen vergleichen, aber nicht ausrechnen, was einer bestimmten Person fehlt. Ein solcher Schluss bräuchte Angaben über diese Person; eine noch größere Zahl in derselben Tabelle würde sie nicht ersetzen.

Für den Einnahmerhythmus mag die tägliche Versorgung als Erklärung genügen. Als Grund, mit diesem Produkt anzufangen, genügt sie mir nicht. Ich würde zuerst wissen wollen, welche Lücke es schließen soll. Sonst ist zwar geklärt, was jeden Tag einzunehmen wäre. Offen bleibt, weshalb.

Eigener Satz der Angaben, kein Verpackungsfaksimile. Die Prozentrechnung bezieht sich auf den Kennzeichnungswert für Erwachsene nach Verordnung (EU) 1169/2011, Anhang XIII.[13] Keine Dosierungsempfehlung und keine Bewertung der individuellen Eignung.

Wem fehlt das Wasser?

Baumreihen verändern einen Acker. Ob sie die Nachbarkultur schützen oder mit ihr konkurrieren, hängt auch davon ab, wo man misst – und wie lange die Bäume schon wachsen.



KI-Illustration einer Baum-Acker-Grenze. Keine Versuchsanlage, Messdarstellung oder Wiedergabe tatsächlich erfasster Wurzeln.

Ist ein geringerer Ertrag neben einer Baumreihe ein Hinweis auf Wassermangel? Wurzeln können Wasser aufnehmen, die Krone beschattet zugleich die Nachbarkultur. Im Forschungsverbund FORMULA untersucht das Teilprojekt SP2 Wasser- und Nährstoffflüsse. Es prüft unter anderem die Hypothese, dass es nahe der Baumreihe trockener wird.[1] Für die Ertragsfrage braucht es jedoch mehr als eine Messung an der Bodenoberfläche.

Eine andere Untersuchung verfolgt, was über mehrere Jahre aus solchen Nachbarschaften wird. Sarah Choe und ihr Team verglichen 2018–2023 an vier deutschen Standorten Ackerkulturen zwischen Pappelstreifen mit baumfreien Referenzflächen. Gemessen wurde in unterschiedlichen Abständen. Als Baumalter zählt die Zeit seit dem Pflanzen oder dem letzten Holzschnitt.[2]

Im gemeinsamen Vergleich hatten die Winterkulturen ähnliche Erträge wie auf den Referenzflächen. Bei Sommerkulturen mit mindestens fünfjährigem Pappelaufwuchs sanken die Erträge dagegen, besonders nahe den Bäumen. Als wahrscheinliche Ursache diskutiert das Team zunehmenden Schatten. Die Verluste gingen nicht mit durchgehend geringerer gemessener Bodenfeuchte einher. Über die Versorgung im gesamten Wurzelraum sagen diese Oberbodenmessungen aber zu wenig; dazu fordert die Studie weitere Messungen.[2]

Weniger Ertrag neben Bäumen ist damit noch kein Beleg für Wassermangel. Für die Gestaltung eines solchen Ackers zählt, welche Kultur in welchem Abstand zu welchem Pappelaufwuchs steht. Im untersuchten Vergleich betrifft der deutlichere Rückgang die Sommerkulturen bei älterem Aufwuchs. Baumalter, Kulturwahl und Abstand gehören deshalb gemeinsam in die Planung.

REGELN

Die Mahlzeit weiterdenken

ORIGINALTEXT

1910

Georg Simmel

Soziologie der Mahlzeit · 1910

Alle brauchen Nahrung, doch jeder verzehrt seine eigene Portion. Simmel entwickelt aus dieser Spannung seine Soziologie der Mahlzeit von 1910. Besonders aufschlussreich ist der Übergang zu festen Zeiten und vorgeschriebenen Essgebärden: Zusammenkommen erhält eine Form, die Einzelne einhalten müssen. Im selben Text wertet er Klassen und Kulturen hierarchisch und erhebt Messer und Gabel zum überlegenen Gebrauch. Die Lektüre lohnt gerade mit einer Gegenfrage: Wo beschreibt Simmel eine gemeinsame Regel – und wo erklärt er die Gewohnheit seines Milieus zur Norm?

Originaltext lesen

INTERVIEW

Harald Lemke

Politik des Essens · transcript, 2012



Lemkes Politik des Essens führt von persönlichen Entscheidungen zu den Bedingungen ihrer Möglichkeit. Einen konkreten Einstieg bietet sein frei lesbares Interview von 2016: Auf die Frage nach teureren Bio- und Fair-Trade-Produkten fordert er zunächst Verhältnisse, in denen auch Haushalte mit wenig Geld entsprechende Entscheidungen treffen können. Später setzt er stärker auf veränderte Prioritäten vieler Einzelner. An dieser Spannung lässt sich weiterlesen: Welche Verantwortung lässt sich sinnvoll an den Einkauf richten, und welche Bedingungen müsste die Politik verändern, bevor aus einer Forderung eine erreichbare Wahl wird?

URTEIL

Pierre Bourdieu

Die feinen Unterschiede · Suhrkamp

VORWORT / LESEPROBE

Zum Buch



Im Vorwort zur deutschen Ausgabe warnt Bourdieu davor, seine französischen Beispiele einfach mit deutschen Namen zu versehen. Eine bestimmte Speise, ein Geschäft oder eine Vorliebe erhält seine Bedeutung innerhalb gesellschaftlicher Beziehungen. Wer nur Ähnlichkeiten sammelt, kann gerade den Zusammenhang verfehlen. Das ist ein guter Einstieg nach dem Tischspiel: Aus einer Schale lässt sich eine Geschichte erfinden; für eine Aussage über ihre Besitzer müsste man erheblich mehr wissen. Die Leseprobe öffnet deshalb eine Untersuchung des eigenen Urteils, keine Anleitung, fremde Haushalte am Geschirr zu erkennen.



Erfundene Bildfolge: Suppe, Teig, Schlüssel. Zum Tischspiel: S. 42.

Aus dem Lesehinweis

Aus einer Schale lässt sich eine Geschichte erfinden; für eine Aussage über ihre Besitzer müsste man erheblich mehr wissen.

KNACK.

Wie klingt ein Bissen?



Cynthia Graber und Nicola Twilley · Foto: Jenny GG / Gastropod.

Crunch, Crackle, and Pop

Gastropod · 14.07.2015

Wie frisch ein Chip wirkt, hängt auch an seinem Knacken. Der Begleitessay dieser Gastropod-Folge führt in Versuche, bei denen das Kaugeräusch über Kopfhörer verändert wurde. Eine zweite Passage fragt, ob sich heißes und kaltes Wasser schon am Eingießen unterscheiden lassen; eingebettete Hörbeispiele laden zum Vergleich ein. Der Reiz liegt im Wechsel zwischen Erklärung und eigener Wahrnehmungsfrage. Zuerst den Text lesen, dann die Beispiele anhören: Welche Information hat das Ohr schon geliefert, bevor etwas im Mund ankommt?

Begleitessay und Hörbeispiele

gastropod.com

CHIP

Verändertes Kaugeräusch

WASSER

Heiß oder kalt beim Eingießen?

Noch ein schöner Abend?

Kochen im falschen Jahrhundert

Teresa Präauer · Roman · Wallstein, 2023

Die Gastgeberin prüft die Lage des Bestecks. Die Gäste fragen mit einem Blick, ob sie die Schuhe anbehalten dürfen. Im Hintergrund hat ein Streamingdienst die passende Jazzmusik ausgesucht. Schon in der Leseprobe von Teresa Präauers Roman wird viel geregelt, bevor jemand etwas isst.

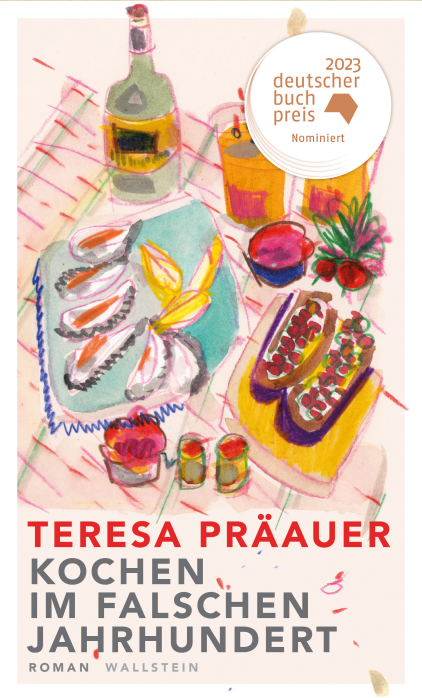
Das Vergnügen liegt in den kleinen Abweichungen. Jemand behält die Mokassins an, weil sie zum Outfit gehören. Man spricht von Platten, während die Musik automatisch läuft. Die Sätze lassen eine Geste zunächst beiläufig wirken und rücken dann ihre Widersprüche ins Licht. Ein scheinbar lässiger Abend hat erstaunlich genaue Vorstellungen davon, wie Lässigkeit auszusehen hat.

Zum Einstieg lohnt die frei zugängliche Leseprobe: erst die Erinnerung an das fehlende Salz in der ersten Wohnung, dann die vorbereitete Einladung. Zwischen beiden Szenen hat sich vieles angesammelt, das man besitzen und wissen kann. Bei der Anordnung der Gabel ist die Gastgeberin trotzdem unsicher.[2]

Eine kritische Gegenlektüre

Beate Tröger liest den Roman als Satire auf ein akademisches Milieu, das seinen Geschmack vorführt. Ihre Rezension verfolgt auch die Flecken und die Geschlechterrollen beim Bewirten. Wer nach dem Romananfang weiterliest, kann diese Deutung mit dem eigenen Blick vergleichen: Ist das Lässige vor allem eine gesellschaftliche Pose, oder bleibt darin auch ein Wunsch nach einem guten Abend erkennbar?[3]

Beate Tröger · Deutschlandfunk · 06.04.2023[3]



Leseprobe und Rezension

Zwei Einstiege in denselben Abend: der Romananfang und eine kritische Lesart.

Rezension lesen

Leseprobe öffnen

Buch beim Verlag

WOHIN JETZT?

Ein Wort kann ein nächster Weg sein.

„Communal Table“ mit „allein essen“. „Food Forest“ mit „Ertrag“. „Mouthfeel“ mit „Löffel“. Ein anderer Zusatz verändert die Frage – und die Quellen, die sich finden lassen.

Der Atlas ist eine Sammlung von Suchrichtungen. Forschungsfelder, Praktiken und gestalterische Begriffe stehen nebeneinander; ihre Nachbarschaft behauptet keine Gleichheit.

Die Begriffe sind Einladungen zur eigenen Recherche.

Kunst und Inszenierung

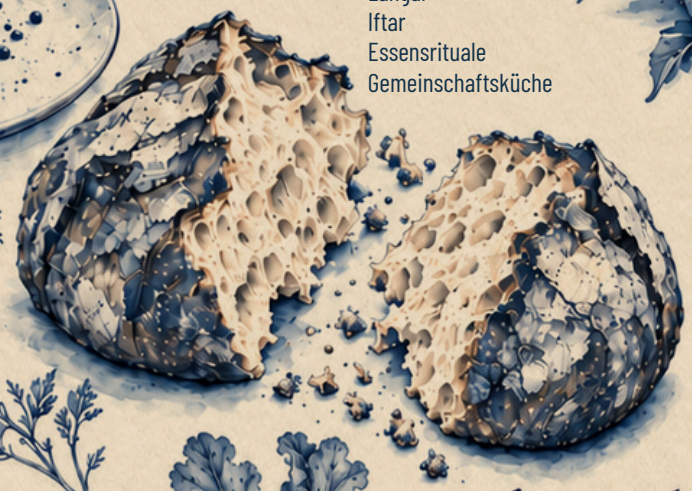


Eat Art
Food Performance
Relationale Ästhetik
Participatory Dining
Culinary Art Direction
Edible Installation
Food Styling
Holistic Cuisine
Trompe-l'Œil
Speisechoreografie

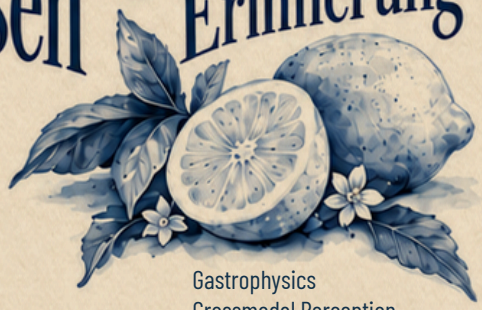
Miteinander essen

Eating Design
Commensality
Conviviality

Tischgesellschaft
Gastfreundschaft
Fürsorge
Langar
Iftar
Essensrituale
Gemeinschaftsküche



Sinne und Erinnerung



Gastrophysics
Crossmodal Perception
Sonic Seasoning
Olfactory Art
Mouthfeel
Haptik
Retronasal Olfaction
Autobiographical Odor Memory
Geschmackserwartung
Sensorische Beschreibung

Dinge und Räume



Experimental Tableware
Bestecklernen
Tischordnung
Chef's Counter
Communal Table
Tischmaterialität
Essensatmosphäre
Küchenarchitektur
Edible Landscapes
Raumdramaturgie



Anbau und Versorgung

Agroforst
Syntropic Agriculture
Food Forest
Saatgutsouveränität
Food Sovereignty
Ernährungssicherheit
Solidarische Landwirtschaft
Urban Gardening
Regionalversorgung
Lebensmittelresilienz

Verwandlung und Stoffwege



Leaf to Root
Nose to Tail
Fermentation
Koji
Biomass Fermentation
Precision Fermentation
Nutrient Recovery
Circular Sanitation
Phosphorrückgewinnung

Alltag, Märkte und Macht



Food Environments
Food Literacy
Nutritionalisation
Health Claims
Creator Economy
Gastrodiplomacy
Mental Load
Ernährungsarmut
Schulverpflegung
Convenience Food

Entwerfen und Erforschen



Speculative Food Design
Alternative Proteins
Food Systems Design
Living Labs
Sensory Ethnography
One Health
Research through Design
Kulinarische Forschung
Partizipative Speiseplanung
Alltagsküchenarchiv

Food Upcycling



Quellen und Bildnachweise

Arbeitsfassung 61 · 03.11.2026 · Belegziffern gelten beim jeweiligen Beitrag. Wesentliche Grenzen der Lesebasis sind angegeben; das vollständige Zugangsprotokoll bleibt digital erhalten.

S. 6 · Bevor jemand abräumt

[1] Städtische Galerie Villingen-Schwenningen: Daniel Spoerri. Werk: Variations d'un petit déjeuner, 1966, Exemplar 28/35, Sammlung Felix Schlenker. Onlinequelle

[2] Ausstellungshaus Spoerri: Daniel Spoerri. Institutionelle Darstellung der Fallenbilder und komponierten Varianten. Onlinequelle

[3] Museum of Modern Art: Rirkrit Tiravanija, untitled (free/still), 1992/1995/2007/2011–. Werktext aus MoMA Highlights, 2019. Die Abbildung zeigt eine Museumsfassung, keine eigene Dokumentation des Abends 1992. Onlinequelle

[4] Marije Vogelzang: Sharing Dinner. Projektbeschreibung zu Droog 2005 und Axis Gallery, Tokio 2008; Selbstdarstellung der Gestalterin. Fotografie: Kenji Masunagi. Onlinequelle

S. 10 · Wofür wir einen Umweg machen

[1] Guide Michelin: The MICHELIN Guide 101. Erläuterung der drei Sternstufen. Originalquelle

[3] Guide Michelin: About us. Unternehmensgeschichte; Selbstdarstellung. Originalquelle

[4] Guide Michelin: What is a MICHELIN Star?, 12.11.2025. Erklärter Bewertungsstandard. Am 03.11.2026 Kriterien sowie Antworten zu Gästen, Druck und dem Halten des erreichten Standards erneut gelesen. Originalquelle

[5] Guide Michelin: Etxebarri. Restaurantbeschreibung zu Hölzern, Werkzeugen und höhenverstellbaren Rosten. Originalquelle

[8] Bernard Surlemont / Colin Johnson: The role of guides in artistic industries: the special case of the star system in the haute-cuisine sector. Managing Service Quality 15(6), 2005, S. 577–590. Autorennachmanuskript: Methoden S. 5–6, Fall S. 11–12. Zwanzig Interviews im Februar–Mai 2003 mit männlichen Küchenchefs einer erfolgreichen Sterneauswahl in Frankreich, Großbritannien und der Schweiz; kein heutiger Kausalnachweis für alle Restaurants. Am 03.11.2026 Methoden sowie Fall und befürchtete Rückkehr zu günstigeren Preisen erneut im Zusammenhang gelesen; ein gescheiterter Rückbau ist nicht dokumentiert. Autorennachmanuskript

S. 12 · Wer sitzt neben dir?

[1] Geranium: Raumansichten und Reservierungsangaben zu Fireplace Table und Inspiration Kitchen. Fotografien: Claes Bech Poulsen. Originalquelle

[2] Nobelhart & Schmutzig: Hausbeschreibung zu Theke, offener Küche und großem Tisch. Ergänzend: Innenansicht im Guide Michelin. Bildquellen im Bildregister. Hausbeschreibung · Bildnachweis

[3] Ambra: Reservierungsseite und FAQ. Beschreibungen von Chef's Counter, Dining Room und privater Buchung. Aufnahmezeit und Fotograf der verwendeten Bilder sind nicht ausgewiesen. Reservierungsseite · FAQ

S. 14 · Ein Stein zum Essen

[1] Mugaritz: History, Edible stones /2006. Hauschronik; Zutatenangaben zu Kartoffeln, Kaolin und Laktose. Keine Anleitung für die private Verwendung von Kaolin. Hauschronik

[2] Time Out New York: The TONY interview: Andoni Luis Aduriz of Mugaritz, 22.05.2012. Historisches Interview zu Genießen, Mögen und Erklärungsverantwortung. Interview

[3] Mugaritz: Fermenting obsession: transforming through penicillium, 31.07.2024. Entwicklungsnotiz des Hauses. Entwicklungsnotiz

[4] Carola Sitjas i Bosch: Mugaritz: A Critical Farewell to a Lost Culinary Vision. Gastromondiale, 08.10.2024. Verwendete Passagen: Einleitung, Gänge 3 und 8 sowie Schluss. Die Besuchs- und Textururteile stammen von der Kritikerin. Besuchsbericht

S. 16 · Erfindet ein Gericht

Redaktionell entwickeltes Spiel. Die generierte Illustration stellt kein reales Gericht dar.

S. 18 · Der achte Stuhl

[1] Lukas 14, 12–14. Lutherbibel 2017, ERF Bibleserver. Bezug: Auswahl von Gästen und Gegeneinladung. Primärtext

[2] Taittiriya-Upanishad 1.11.2–3. Englische Übersetzung und Kommentar: A. K. Aruna. Kavitas Haltung ist eine heutige literarische Auslegung, keine authentische Stimme einer ganzen Tradition. Primärtext und Kommentar

[3] Sikh Coalition: FAQ, What is Langar? Institutionelle Selbstbeschreibung zu gemeinschaftlichem Kochen und Essen. Originalquelle

[4] Koran 59: 9. Übersetzung: Mustafa Khattab, The Clear Quran. Kontext: Aufnahme von Ausgewanderten in Medina. Primärtext und Kontext

[5] Anguttara Nikaya 5.148: Sappurisadana Sutta. Übersetzung: Thanissaro Bhikkhu, 2004; Access to Insight, Stand 2010. Verwendetes Motiv: Geben ohne Schädigung. Primärtext

[6] Maimonides: Mishneh Torah, Gifts to the Poor 10: 7–14. Englische Übersetzung, Sefaria. Historischer Bezug auf jüdische Bedürftige; Ruths Übertragung auf das Einladen ist literarisch. Text und Übersetzungen

[7] Katrin Richter: Wir halten zusammen. Interview mit Oz Ben David, Jüdische Allgemeine, 22.07.2024. Ergänzend: Presse- und Informationsamt des Landes Berlin, Presseeinladung zum Solidaritätsbesuch im Kanaan, 24.07.2024. Dokumentiertes Ereignis 2024; kein gesicherter Täter- oder Motivnachweis. Interview · Originalmitteilung

S. 22 · Wo das Messer wartet

[1] Kathleen Reilly: Oku ENG. Projektbeschreibung und Funktionsansichten. Fotografien: Kakeru Ooka. Keine eigene Gebrauchserprobung. Onlinequelle

S. 24 · Eine Gabel ist kein Charaktertest

[8] Georg Simmel: Soziologie der Mahlzeit. Der Zeitgeist, 10.10.1910, S. 1–2. Digitale Transkription auf socio.ch; insbesondere Essgebärden und soziale Rangordnungen. Volltext

S. 26 · Wer gibt den Anfang frei?

[6] UNESCO: Komiteebeschluss 18.COM8.b.19, 2023, Nominierung 01984: Iftar/Eftari/Iftar/Iftor and its socio-cultural traditions. Aserbaidschan, Iran, Türkei und Usbekistan. Ergänzend: Darstellung der Nationalen UNESCO-Kommission Aserbaidschans. Familienabend im Essay: ausdrücklich gedachter Fall. Beschluss · Darstellung der eingetragenen Tradition

S. 28 · Nach wessen Kindheit riecht es?

[2] Demeter Fragrance Library: Gingerbread, Abschnitt The Inspiration. Produktbeschreibung und Herkunftserzählung des Anbieters; keine eigene Geruchserprobung. Onlinequelle

[3] Johan Willander / Maria Larsson: Smell your way back to childhood: autobiographical odor memory. Psychonomic Bulletin & Review 13(2), 2006, S. 240–244. DOI 10.3758/BF03193837. Lesebasis: Abstract; Untersuchung mit 93 älteren Erwachsenen. PubMed: 16892988

[4] Rachel S. Herz: The Role of Odor-Evoked Memory in Psychological and Physiological Health. Brain Sciences 6(3), 2016, Artikel 22. DOI 10.3390/brainsci6030022. Lesebasis: Einleitung und Abschnitt 4.1 über den Index der Originalpublikation, keine Volllektüre. PMC5039451

S. 30 · Für den nächsten Abend

Studio Olafur Eliasson: The Kitchen. Phaidon, 2016, 368 S., englisch. ISBN 9780714871110. Lesebasis: Vorschau S. 140–141; keine Rezepttests. Onlinequelle

Hannah Kleeberg: Herrlich Hosting. gestalten, 2026, 256 S. ISBN 9783967042207. Lesebasis: Innenansichten inside02 und inside04. Onlinequelle

Hartmut Rosa: Unverfügbarkeit. Residenz, 2018, 136 S. ISBN 9783701734467. Lesebasis des Beitrags: Einleitung S. 7–10 der Suhrkamp-Leseprobe; keine Gesamtlektüre. Onlinequelle Besprochene Ausgabe

S. 32 · Mama kocht Mittag

Redaktionell entwickelte Werkstatt. „Mama kocht Mittag“ ist kein existierender Kanal. Keine behauptete Durchführung oder Erfolgsmessung.

S. 36 · Was passt heute Abend?

[1] Jenny Böhme / Familienkost: Essensplan für die Familie. Kategorien und Planungshinweise. Original

[2] Emmi kocht einfach: Familienrezepte. Übersicht mit Zubereitungszeiten. Original

[3] Steffi / Gaumenfreundin: Türkische Pasta, 08.08.2025. Zutaten und Anleitung; kein eigener Kochtest. Originalrezept

[4] Shibas Kitchen: Geschmorte Paprika-Zwiebel-Pfanne auf cremiger Polenta. Zutaten, Anleitung und Alternative zum Granatapfelsirup gelesen, 03.11.2026; kein eigener Kochtest. Originalrezept

[5] Sallys Welt: Pizza-Grundrezept. Zubereitung, Geh- und Backzeiten; kein eigener Kochtest. Original

S. 37 · Pasta, Joghurt, Paprikabutter

[3] Steffi / Gaumenfreundin: Türkische Pasta, 08.08.2025. Zutaten und Anleitung. Redaktionelle Serviervariante gesondert bezeichnet; kein eigener Kochtest. Bildrechte siehe Bildregister. Originalrezept

S. 38 · Zwei Löffel, eine ganze Flasche

[12] Beth Moncel / Budget Bytes: How To Calculate Recipe Cost, aktualisiert 21.05.2020. Berechnung nach verbrauchter Menge und Packungspreis. Original

[13] Budget Bytes: FAQ, Abschnitt zur Preisgenauigkeit. Die Fünf-Euro-Flasche ist ein redaktionell erfundenes Rechenbeispiel. FAQ

S. 40 · Welchen Teil wollen wir essen?

[9] Esther Kern / Pascal Haag / Sylvan Müller: Leaf to Root. AT Verlag. Lesebasis: Einleitung und Rezept Randen mit Schwarzer-Knoblauch-Butter, gedruckte S. 56 der öffentlichen Leseprobe. Keine Gesamtlektüre oder eigene Zubereitung. Leseprobe

[10] Frauke Diebold Napierala / Bundeszentrum für Ernährung: Vom Blatt bis zur Wurzel, 13.08.2026. Passagen zu Strunk-Vorbereitung und Grenzen der Verwendung. Original

S. 42 · Was verrät dein Tisch?

Pierre Bourdieu: Die feinen Unterschiede. Suhrkamp. Lesespur: Verlagsvorstellung und Inhaltsübersicht, keine behauptete Gesamtlektüre. Buch und Leseprobe

S. 44 · Wenn die Küche dem Garten folgt

[1] Michelberger Farm: Food. Betreiberangaben zu Restaurantablauf, Erzeugern und Reservierung. Original

[2] Michelberger Farm: Food Forest. Pflanzung, räumlicher Aufbau und Pflanzplan. Der Plan ist ein Entwurf, keine Ertragsbilanz. Original

[4] Michelberger Farm: Food Forest, Volunteering & Internship. Ausschreibung: vier Wochen bis drei Monate, mindestens drei Tage je Woche; Unterkunft und Mittagessen, keine monetäre Vergütung. Keine Auskunft über besetzte Stellen oder den Anteil an der Gesamtarbeit. Original

S. 48 · Auf den Spargel warten

[1] Nobelhart & Schmutzig: Supper. Küchenprogramm und Zusammenarbeit mit Erzeugern. Der sechswöchige Wartefall ist ein Beispiel des Hauses, kein dokumentierter einzelner Ablauf. Originalquelle

[2] Carolina Schwarz: Alles in Butter? taz, 23.06.2026. Erneut gelesen am 03.11.2026: Maitagsvorbereitung, Anbau des beschriebenen Spargels ohne schwarze Folie, Hofbesuche und Schäfers Saisonäußerung. Geschmackserwartung der Darstellung, kein eigener Vergleich und keine eigene Teilnahme. Originalreportage

S. 49 · Drei andere Anfänge

[5] Planet A Foods / ChoViva: Produktdetails, Zutatenfußnote. Ergänzend: Verbraucherzentrale Hamburg, „Schokolade“ ohne Kakao? Was hinter Choviva steckt, 01.04.2026. Dokumentierter Produkt-/Namenswechsel und Verpackungshinweise; keine eigene Verkostung. Produktdetails · „Schokolade“ ohne Kakao? Was hinter Choviva steckt

[6] Nosh: Koji-Beef Mince, Produktseite und FAQ. Heike Gläser: Die Mischung macht’s, Adlershof Journal / WISTA, 06.07.2026. Küchenversuche und Mischungsverhältnisse; Standortpublikation mit Innovationsinteresse, kein unabhängiger Wirkungsnachweis. Koji-Beef Mince · Die Mischung macht’s

[7] Tiny Farms: Academy-Kursprogramm und Angebot 2027. Preisstand 02.11.2026: regulär 1.850 Euro, angeboten 1.750 Euro inkl. MwSt. Keine eigene Kursteilnahme oder Prüfung späterer Betriebsergebnisse. Kursprogramm · Angebot 2027

S. 51 · Welcher Geschmack soll verschwinden?

[8] Kuijpers et al.: Gap Analysis of Metabolic Conversions of Off-Flavors and Antinutrients in Plant-Based Substrates, 31.03.2026. DOI 10.1111/1541-4337.70449. Namenskorrektur vom 12.05.2026 berücksichtigt. Lesebasis: Einleitung, Methoden, Aldehyd- und ausgewählte Furanabschnitte, Schluss; keine Gesamtauswertung aller Tabellen. 10.1111/1541-4337.70449

[9] FERMI: Projektbeschreibung und Meldung vom 15.04.2026. Projektziele und Arbeitspakete 1–4, erneut gelesen 03.11.2026; keine fertige Lebensmittelprüfung. Projekt

[10] Avis Dwi Wahyu Nugroho et al.: Biopurification using non-growing microorganisms to improve plant protein ingredients. npj Science of Food 8, 48, 31.07.2024. DOI 10.1038/s41538-024-00290-x. Erneut gelesen: Einleitung, Ergebnisse zu Wachstumsbegrenzung, Sensorik/Fig. 5, Methoden und Interessenerklärung. Am 03.11.2026 zusätzlich die Verlags-PDF im Hochschulrepositorium gelesen: Ergebnisse zur Sensorik S.4, Fig.5 mit Bildlegende S.6, Methoden S.6–8. Mittelwerte von Merkmalsbewertungen, keine Beliebtheitsskala; keine binäre CATA-Erklärung aus dem Haupttext abgeleitet. Supplement S9 weiterhin nicht gelesen. Zehn Prüfpersonen; Attributänderung ist kein Vorliebeurteil. Öffentlich-private TKI-Förderung LWV19212; NIZO-Beschäftigungsverhältnisse laut Aufsatz. Originalaufsatz Verlags-PDF im Hochschulrepositorium

S. 54 · Wo der Kristall entstehen soll

[11] Berliner Wasserbetriebe: Phosphorrückgewinnung. Prozessbeschreibung: Rohrkrusten, Verlagerung der Kristallisation, MAP-Abtrennung und Schlammentwässerung. Original

[12] Berliner Wasserbetriebe: Umwelterklärung 2025, aktualisierte Fassung mit Daten 2022–2024, S. 72–75; PDF-S. 37–38.

MAP-Abfallstatus, Aufbereitung und Tabelle 48. Bericht

[13] Umweltbundesamt: Kompost und Klärschlamm, 28.08.2025. Nährstoffe, Schadstoffe und Rückgewinnung. Original

[14] Kompetenzzentrum Wasser Berlin: Power-to-P. Projektübersicht: Start Januar 2025, Laufzeit 30 Monate, Labor und Pilot. Lesebasis: offizieller Suchindex; keine aktuelle Leistungsbilanz. Projekt

S. 58 · Die Pause gehört zum Essen

[1] Otto-Nagel-Gymnasium Berlin: Cafeteria – Mittagessen. Registrierung und veröffentlichte Essensfenster. Daraus berechnet: 40/30/20 Minuten; keine gemessenen Aufenthaltszeiten. Original

[3] Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen.5. Auflage, 2. korrigierter und aktualisierter Nachdruck 2023, Abschnitt 5.2, S. 66–67. Empfehlung zur gesamten Mittagspause und zu versetzten Pausenzeiten. Standard

[4] Finnish National Agency for Education: School meals in Finland. Institutionelle Darstellung und Herkunft des Fotos auf S. 58. Original

[5] Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Berlin: Handreichung Mittagessensausschüsse (Primarstufe), 09/2025, S. 6–7, 17 und 44. Organisation und Informationswege;72-Stunden-Vorlauf bei Änderungen der Ausgabe auf S. 17. Geltungsbereich Primarstufe, keine Übertragung auf die ONG-Oberstufe. Original

S. 62 · Eine andere Rezeptur, bevor wir zugreifen

[5] HM Treasury / HMRC: Soft Drinks Industry Levy. Historische Grundlage: Ankündigung 2016, Einführung 2018; keine heutigen Abgabensätze übernommen. Original

[6] Office for Health Improvement and Disparities: Sugar reduction in drinks: 2015 to 2024, 03.07.2025. Veröffentlichungsseite und amtliche Zusammenfassung; keine eigene Neuberechnung des absatzgewichteten Rückgangs. Bericht · Zusammenfassung

[7] Martin Brogaard / Gautam Vyas: Assessing recent changes to the Soft Drinks Industry Levy. Institute for Fiscal Studies, 25.03.2026. Hauptbericht und Modellannahmen. Monitoring, frühere Wirkungsevidenz und Prognose zur Reform ab Januar 2028 im Beitrag getrennt; keine Replikation. Analyse Am 03.11.2026 erneut gelesen: Abschnitte zu ursprünglicher Wirkung, Prognose, Modellannahmen und den beiden Wirkungswegen. Keine eigene Replikation.

S. 64 · Die Portion kennt deinen Bedarf nicht

[12] Orthomol: Orthomol Immun, deutsche Herstellerseite, Variante Trinkfläschchen + Tabletten. Vitamin-C-Zeile 950 mg / 1.188 % sowie FAQ zu Häufigkeit, Dauer und Zielgruppe. Erneut gelesen am 03.11.2026: FAQ-Fragen zu Häufigkeit und Dauer im Zusammenhang mit Zielgruppenansprache und Produktinformationen. Die Frage nach dem Einnahmerhythmus ist nicht mit der Frage nach einem Kaufgrund gleichgesetzt. Produktdarstellung, kein Bedarfstest. Rechnung: 950/80 × 100 = 1.187,5 %, gerundet 1.188 %. Original

[13] Verordnung (EU) 1169/2011, Anhang XIII Teil A: Referenzmenge Vitamin C, 80 mg für Erwachsene. Amtliche deutsche Fassung, ABl. L 304 vom 22.11.2011, S. 61. Referenz für die Kennzeichnung, keine individuelle Dosierungsempfehlung. Amtliche PDF-Fassung

S. 67 · Wem fehlt das Wasser?

[1] Universität Gießen: FORMULA, Laufzeit 2024–2028, Teilprojekt SP2. Forschungsfragen zu Wasser- und Nährstoffflüssen; beschriebene Hypothesen sind keine Projektergebnisse. Projektseite

[2] Sarah Choe et al.: Optimizing crop types in temperate alley-cropping agroforestry depends on tree age. Agronomy for Sustainable Development 46, 78, 27.10.2026. DOI 10.1007/s13593-026-01149-z. Lesebasis:

Abstract, Einleitung, Methoden 2.1–2.5, Ergebnisse/Diskussion 3.1. Vier deutsche Standorte, 2018–2023; Erträge des Ackeranteils, keine Gesamtbetriebsbilanz. Keine vollständige Ergänzungstabellenlektüre. Originalstudie

S. 68 · Mit anderen Augen lesen

Georg Simmel: Soziologie der Mahlzeit. Der Zeitgeist, 10.10.1910, S. 1–2. Vollständiger kurzer Text in digitaler Transkription. Onlinequelle

Harald Lemke: Politik des Essens. transcript, 2012. Einstieg über das Interview in zkm 5/2016, S. 54–59, insbesondere S. 56–57; keine Gesamtlektüre des Buchs. Onlinequelle

Pierre Bourdieu: Die feinen Unterschiede. Suhrkamp. Lesebasis: Vorwort zur deutschen Ausgabe, S. 11–14 der Leseprobe, keine Gesamtlektüre. Onlinequelle

S. 70 · Hören, lesen, weiterziehen

[1] Gastropod: Crunch, Crackle, and Pop, 14.07.2015. Schriftlicher Begleitessay vollständig gelesen; keine vollständige Hörprüfung der Podcastfolge. Begleitessay und Hörbeispiele

[2] Teresa Präauer: Kochen im falschen Jahrhundert. Wallstein, 2023. Lesebasis:S. 5–10 der öffentlichen Büchergilde-Leseprobe (Lizenzausgabe), keine Gesamtlektüre. Buch beim Verlag · öffentlichen Büchergilde-Leseprobe

[3] Beate Tröger: Die Sache mit dem Lifestyle. Deutschlandfunk, 06.04.2023. Zweitseitige schriftliche Rezension vollständig gelesen; fremde kritische Lesart, kein eigenes Urteil über den ungelesenen Rest des Romans. Schriftliche Rezension, zwei Seiten

S. 72 · Ein Atlas zum Abschweifen

Redaktioneller Suchatlas mit generierter Illustration nach der vorgegebenen Wortwolke. Die Nachbarschaft von Begriffen behauptet keinen sachlichen Zusammenhang.

Bildnachweise

S. 1 · Cover · Blaues Leinen

RAUM FUTURES · KI-generierte Abbildung; keine dokumentarische Aufnahme. Vorhandene KI-Coverserie; Produktionsbild konkret zugeordnet, keine Fotografie.

Besseres Original oder physische Detailprüfung weiterhin erforderlich.

S. 2 · Gemeinsame Tafel

Michelberger Farm; Dateiname nennt Tobias König, Urheberschaft nicht unabhängig bestätigt. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 3 · Lesen und Benutzen

RAUM FUTURES · KI-generierte Abbildung; keine dokumentarische Aufnahme. KI-Illustration; Produktionsherkunft dokumentiert, keine Fotolizenz behauptet.

S. 4, 5 · Die Lesetafel

RAUM FUTURES · KI-generierte Illustration, 02.11.2026. KI-Illustration für diese Magazinprobe; keine dokumentarische Aufnahme und keine fremde Werkreproduktion.

Besseres Original oder physische Detailprüfung weiterhin erforderlich.

S. 7 · Daniel Spoerri: Variations d'un petit déjeuner

Daniel Spoerri / VG Bild-Kunst; Sammlung Felix Schlenker. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 8 · Rirkrit Tiravanija: untitled (free/still)

Rirkrit Tiravanija / MoMA. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 9 · Marije Vogelzang: Sharing Dinner

Marije Vogelzang · Foto Kenji Masunagi. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 12 · Geranium: Speiseraum

Claes Bech Poulsen / Geranium. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 12 · Theke im Nobelhart & Schmutzig

Marko Seifert; Zuschreibung im Projektportfolio Michael Sans. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt. Private Gestaltungsprobe.

Bildquelle

S. 13 · Ambra: Counter

Neal Santos · Küche und Küchencounter im Ambra. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 13 · Ambra: Gäste am Counter

Ambra · Fotoautor offen. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 14 · Mugaritz: Edible Stones

Mugaritz · Fotoautor nicht ausgewiesen. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 17 · Das unsichtbare Restaurant · Spielbild

RAUM FUTURES · KI-generierte Abbildung; keine dokumentarische Aufnahme. KI-Illustration; Produktionsherkunft dokumentiert, keine Fotolizenz behauptet.

Besseres Original oder physische Detailprüfung weiterhin erforderlich.

S. 18 · Ein freier Stuhl

Cam Ballard / Unsplash. Allgemeiner Plattform-Lizenzweg dokumentiert; konkrete Fundstelle im Herkunftsregister, kein pauschaler Motiv-/Drittrechtenachweis.

Bildquelle

S. 22, 23 · Oku: Messer und Butterbrett

Kakeru Ooka. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 23 · Oku: Anrichten

Kakeru Ooka. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 23 · Oku: Gebrauchsansicht

Kakeru Ooka; auf der Originalseite ausdrücklich zugeschrieben. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt. Private Gestaltungsprobe.

Bildquelle

S. 24 · Besteckstillleben

Koj Tinah / Unsplash. Allgemeiner Plattform-Lizenzweg dokumentiert; konkrete Fundstelle im Herkunftsregister, kein pauschaler Motiv-/Drittrechtenachweis.

Bildquelle

S. 26 · Restaurantinnenraum

Jason Leung / Unsplash. Allgemeiner Plattform-Lizenzweg dokumentiert; konkrete Fundstelle im Herkunftsregister, kein pauschaler Motiv-/Drittrechtenachweis.

Bildquelle

S. 28 · Küchenansicht

Cat Han / Unsplash. Allgemeiner Plattform-Lizenzweg dokumentiert; konkrete Fundstelle im Herkunftsregister, kein pauschaler Motiv-/Drittrechtenachweis.

Bildquelle

S. 30 · Studio Olafur Eliasson: Gemeinsames Essen

Studio Olafur Eliasson. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 31 · The Kitchen · Buchcover

Phaidon · Studio Olafur Eliasson: The Kitchen. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 31 · Herrlich Hosting · Buchcover

gestalten · Hannah Kleeberg: Herrlich Hosting. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 31 · Unverfügbarkeit · Buchcover

Residenz Verlag · Hartmut Rosa: Unverfügbarkeit. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 32 · Gemüseeinkauf

Ann Zzz / Pexels. Allgemeiner Plattform-Lizenzweg dokumentiert; konkrete Fundstelle im Herkunftsregister, kein pauschaler Motiv-/Drittrechtenachweis.

Bildquelle

S. 35 · Hilfen für die Alltagsküche

RAUM FUTURES · KI-generierte Abbildung; keine dokumentarische Aufnahme. KI-Illustration; Produktionsherkunft dokumentiert, keine Fotolizenz behauptet.

S. 37 · Türkische Pasta

Steffi / Gaumenfreundin. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 38 · Vorratsregal

Magda Ehlers / Pexels. Allgemeiner Plattform-Lizenzweg dokumentiert; konkrete Fundstelle im Herkunftsregister, kein pauschaler Motiv-/Drittrechtenachweis.

Bildquelle

S. 40 · Brokkoli: Schnittstudie

RAUM FUTURES · KI-generierte Illustration, 29.10.2026. KI-generierte eigene Bildarbeit; keine externe dokumentarische Fotografie.

S. 40 · Leaf to Root · Buchcover

AT Verlag; Cover Leaf to Root. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 43 · Was verrät dein Tisch? · Spielbild

RAUM FUTURES · KI-generierte Abbildung; keine dokumentarische Aufnahme. KI-Illustration; Produktionsherkunft dokumentiert, keine Fotolizenz behauptet.

S. 44 · Michelberger Farm: Baumschnitt

Michelberger Farm, Bildherkunft; Fotograf nicht ausgewiesen. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt. Fotograf und Aufnahmejahr nicht ausgewiesen.

Bildquelle

S. 44 · Michelberger Farm: Gartenansicht

Michelberger Farm, Bildherkunft; Fotograf nicht ausgewiesen. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt. Fotograf und Aufnahmejahr nicht ausgewiesen.

Bildquelle

S. 46 · Michelberger Farm: Restauranttafel

Tobias König, laut Quelldateiname. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 47 · Michelberger Farm: Pflanzplan

Michelberger Farm; Einzelurheber offen. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 49 · ChoViva · Produktabbildung

ChoViva / Planet A Foods; Fotograf offen. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 50 · Nosh · Burgerabbildung

Nosh · Produktabbildung, Fotograf nicht ausgewiesen. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 50 · Tiny Farms · Folientunnel

Carla Ulrich / Tiny Farms. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 53 · Vom Ziel zum Versuch · Objektstudien

RAUM FUTURES · KI-Illustration, 29.10.2026. Konstruierte Forschungsstationen, keine Aufnahme tatsächlicher FERMI-Geräte. Für diese eigene Magazinprobe generiert; keine dokumentarische Aufnahme.

S. 55 · Klärwerk Wassmannsdorf

Berliner Wasserbetriebe; Fotograf offen. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 57 · Phosphorrückgewinnung · Objektstudien

RAUM FUTURES · KI-Illustration, 29.10.2026. Konstruierte Objektstudien, keine maßstäbliche Anlagenzeichnung. Für diese eigene Magazinprobe generiert; keine dokumentarische Aufnahme.

S. 58 · Schulessen in Finnland

Satu Haavisto / Finnish National Agency for Education. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 63 · Die Rezeptur in der vertrauten Hülle

RAUM FUTURES · KI-generierte konzeptionelle Illustration, 3. November 2026. Generierte redaktionelle Metapher, keine Fotografie oder Produktionsdokumentation; keine erkennbare Fremdmarke.

S. 64 · Supplement-Stillleben

Jonathan Borba / Pexels. Allgemeiner Plattform-Lizenzweg dokumentiert; konkrete Fundstelle im Herkunftsregister, kein pauschaler Motiv-/Drittrechtenachweis.

Bildquelle

S. 67 · Agroforst · Bodenquerschnitt

RAUM FUTURES · KI-Illustration, 29.10.2026. Konzeptioneller Bodenquerschnitt, keine Vermessung realer Wurzeln. Für diese eigene Magazinprobe generiert; keine dokumentarische Aufnahme.

S. 68 · Politik des Essens · Buchcover

transcript Verlag / Harald Lemke. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 69 · Die feinen Unterschiede · Buchcover

Suhrkamp Verlag. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 69 · Dieselbe Schale, drei Nutzungen

RAUM FUTURES · KI-generierte fiktionale Illustration; keine dokumentarische Aufnahme. Neu erzeugtes Bildmaterial; keine fremde Werkreproduktion, keine pauschale Veröffentlichungsfreigabe.

S. 70 · Gastropod · Autorinnenporträt

Jenny GG / Gastropod · Cynthia Graber und Nicola Twilley. Veröffentlichungserlaubnis nicht belegt.

Bildquelle

S. 71 · Kochen im falschen Jahrhundert · Buchcover

Originalcover Kochen im falschen Jahrhundert · Wallstein Verlag, 2023. Coverdatei aus dem Pressebereich des Verlags. Vom Verlag als Pressematerial angeboten; unbeschnittene und unveränderte Verwendung in dieser privaten Probe. Keine darüber hinausgehende pauschale Lizenz behauptet.

Bildquelle

S. 73 · Der Wortatlas

RAUM FUTURES · KI-generierte Illustration nach der vorgegebenen Wortwolke; Bild und Text getrennt gesetzt. KI-Erzeugung dokumentiert; keine fremde Fotografie oder allgemeine Veröffentlichungserlaubnis behauptet.

Besseres Original oder physische Detailprüfung weiterhin erforderlich.

Satz und Herstellung

RAUM FUTURES 01 · Der gemeinsame Tisch. Oktober 2026. Tischgespräche, Duft und die Kunst des Zusammenseins.

Herausgabe und Konzeption: Miriam Büxenstein. KI-gestützte Recherche, Textarbeit, Illustration und Gestaltung.

Bodoni Moda, Bricolage Grotesque und Barlow Condensed bilden das Schriftsystem dieser Ausgabe. Der warme Papiergrund ist eine digitale Gestaltung; ein bestimmtes Druckpapier oder eine Bindung ist damit noch nicht festgelegt.

Das Tischgespräch „Der achte Stuhl“ ist Literatur mit erfundenen Figuren. Die zugehörigen religiösen Bezugstexte werden gesondert erläutert. Reale Projekte und wissenschaftliche Arbeiten besitzen eigene Quellenangaben.

Quellen und Bildnachweise: S. 74–83. Generierte Illustrationen, Fotografien und Werkreproduktionen sind im Bildregister unterschieden. Noch offene Urheberangaben und Veröffentlichungserlaubnisse stehen bei den betreffenden Bildern.

Arbeitsfassung 61 · 3. November 2026. Digitale Lese- und Gestaltungsfassung. Rechteklärung und Herstellung für eine Druckausgabe sind noch nicht abgeschlossen.

Wie wollen wir essen?

raum futures

01 / DER GEMEINSAME TISCH / OKTOBER 2026