

# Ich esse!

101 Kolumnen mit Geschmack



EVA SCHLEGL

Ich esse!

101 Kolumnen mit Geschmack

© Eva Schlegl 2018  
Druck und Vertrieb im Auftrag der Autorin/des Autors:  
Buchschniede von Dataform Media GmbH, Wien

[www.buchschniede.com](http://www.buchschniede.com)

Druck und Bindung: Buchschniede  
Umschlaggestaltung: Buchschniede  
ISBN: 978-3-99070-795-1 (Paperback)  
ISBN: 978-3-99070-796-8 (eBook)

Printed in Austria

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung der Autorin und des Verlages unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Für Katja, meine Tochter. Du bist noch so jung und hast schon so viel gestemmt. Du bist unglaublich charakterstark und gleichzeitig herzerwärmend sensibel. Du bist engagiert, vertrauensvoll, einführend und durch und durch liebenswert. Du bist einfach super!



## **Vorwort**

Dieses Buch ist zu 100 Prozent laktose-, glukose-, fruktose-, gluten- und histaminfrei. Es sind weder Spuren von Erdnüssen noch jene 14 Allergene enthalten, die auf Speisekarten ausgewiesen werden müssen.

Die Texte sind sorgfältig ausgewählt, aus kontrollierter biologischer und nachhaltiger Denkweise, gut bekömmlich und für jeden genießbar.

Also: Hauen Sie rein!

## **Gerne alles**

Ich bin Omnivorin und ich stehe dazu. Bevor Sie eventuell falsche Schlüsse ziehen und mir etwas Unanständiges unterstellen wollen: Omnivoren sind nichts anderes als Allesesser. Das heißt, ich bin keine Flexitarierin (essen nur zwei- bis dreimal pro Jahr Fleisch), ich bin keine Vegetarierin (essen kein Fleisch, keinen Fisch und keine Meeresfrüchte), keine Ovo-Vegetarierin (verzichten zusätzlich auf Milchprodukte), keine Lacto-Vegetarierin (verzichten zusätzlich auf Eier). Ich bin auch keine Pescetarierin (essen kein Fleisch, dafür aber Fisch), keine Veganerin (lehnen alles ab, das tierischen Ursprungs ist), keine Freeganerin (verzehren nur selbst angebaute, geschenkte, gefundene oder von anderen weggeworfene Produkte) und auch keine Fruganerin (essen überhaupt nur Pflanzliches, das die Natur freiwillig hergibt, also zum Beispiel Fallobst und Nüsse).

Oder, wie es ein Bekannter von mir spöttisch formuliert: Als Fruganer darfst du nur die Pommes essen, die beim Mecki am Boden liegen.



### **Wenn der Herrgott schmunzelt**

Ich mag es, wenn Gerichte lustige Namen haben, hinter denen sich eine lustige Geschichte verbirgt. „Herrgotts‘bscheisserle“ sind so ein Gericht. Sie sollen angeblich von Mönchen erfunden worden sein, die sehr viel Fleisch geschenkt bekommen haben. Blöderweise in der Fastenzeit. Weil sie trotzdem nicht auf das Fleisch verzichten wollten, haben sie es zuerst fein faschiert, dann Spinat dazugegeben, damit die Masse nicht mehr als Fleisch erkennbar ist, und alles sicherheitshalber auch noch in kleine Teigtaschen (Maultaschen) gehüllt.

So sollte der liebe Herrgott nicht bemerken, dass sie in der Fastenzeit Fleisch auf den Tellern hatten.

Ich glaube, dass der Herrgott so etwas sehr wohl bemerkt, aber schmunzelt.

## **Gschisti-gschasti**

Vor ein paar Jahren war es noch ein Klacks Freunde zum Essen einzuladen. Ein kurzer Anruf oder ein kurzes SMS hat genügt. Freitagabend, 19 Uhr bei mir, ich koche und freue mich auf euch!

Mittlerweile ist es kompliziert, wie ein SMS, das ich kürzlich erhalten habe, belegt: Würde euch Freitagabend 19 Uhr gerne bei mir zu Hause zum Essen einladen. Bitte um Bekanntgabe: Wer will was, bzw. was nicht? Wer isst kein Fleisch, wer nur vegan, wer hat Laktose-, Fruktose- oder sonstige Intoleranz? Wer hat andere Allergien? Würde bei Schönwetter gerne auf Terrasse decken, in meinem Garten stehen jedoch Pappeln (Pollengefahr!). Bio ist garantiert, habe auch histaminfreien Wein! Freue mich auf euch!

Liebe Lena, danke für dein SMS und deine Einladung. Ich komme natürlich gerne. Und was meine Wünsche anbelangt: nur keine Extrawurst, bitte.

## **Wirklich arm**

Ich hatte das, was man hinlänglich „eine glückliche Kindheit“ nennt. Ich bin in Judendorf, einem kleinen Ort im Norden von Graz aufgewachsen und konnte mich dort nach Herzenslust entfalten. Mit viel Auslauf und mit viel frischem Obst und Gemüse direkt aus unserem Garten.

Der Garten war das Reich meiner Mutter. Mutti hat sich um alles gekümmert, geerntet und zu Essen, Kompotten, Säften und Marmeladen weiterverarbeitet. Am Wochenende gab es Kuchen, je nach Saison mit Erdbeeren, Ribisel, Rhabarber, Zwetschken, Kirschen, Äpfeln etc. Einfach herrlich!

Als einmal zwei Mädchen einer betuchten Familie aus der Stadt auf Besuch waren, kredenzte ihnen meine Mutter auch einen Kuchen, der gerade frisch aus dem Backrohr gekommen war und die Küche in einen unvergleichlichen Duft hüllte. Aber die Stadtkinder schauten sich komisch an. Die Größere flüsterte der Kleineren schließlich ein wenig erschrocken ins Ohr: „Du, die sind sooo arm, die können nicht einmal Kuchen kaufen, die müssen ihn selber machen.“

## **Exportkriterien**

Ein Kaffeebauer aus Nicaragua hat mir auf seiner Finca erklärt, dass die geernteten Kaffeebohnen vor dem Verkauf in drei Qualitätsstufen eingeteilt werden. Die beste Qualität geht nach Europa, die mittlere in die USA und die schlechteste bleibt im Land.

Der Becher Kaffee vor mir bewies das eindrucksvoll. Umgeben von Kaffeepflanzen habe ich auf dieser Finca den schlechtesten Kaffee meines Lebens getrunken.

Die Japaner sind bei ihren Fischen anscheinend anders getaktet. „Und dieser Fisch“ lächelt ein Mann neben seinem Fang in die TV-Kamera, „ist nicht gut. Den essen wir nicht, der ist nur für den Export geeignet.“

## Vom Speiseplan radiert

Wenn Kinder ihren Schulrucksack nach dem letzten Schultag in die Ecke pfeffern, wochenlang nicht mehr anrühren und einfach ihre Ferien genießen, dann ist das vollkommen in Ordnung. Wenn in der Schultasche allerdings die ganzen Sommerferien über ein Jausenbrot vor sich hin schimmelt, dann gibt es im Herbst eine böse Überraschung. Aus eigener Erfahrung gebe ich Ihnen nun folgenden, sehr hilfreichen Rat. Die Jausenbox mit dem verschimmelten Brot darin nicht aufmachen! Auf keinen Fall! Niemals! Nicht einen Millimeter! Man muss nicht alles im Leben gesehen haben!

Meine Tochter und ich haben es leider gesehen, was zu mittelschwerer Panik führte. Die Konsequenz: Alles raus aus dem Rucksack. ALLES. Und ab damit in den Restmüll. Auch der komische Radiergummi ganz unten am Boden. Ein grau-brauner, steinhart.

„Du-u, Mama, ich glaube, das ist gar kein Radiergummi“, sagt meine Tochter und begutachtet das Ding in ihrer Hand von allen Seiten. „Du-u-u, Mama, ich glaube, das war einmal ein Chicken-Nugget.“

War es auch. Acht Wochen alt, kein bisschen Schimmel, sondern einfach nur zusammengetrocknet. In dieser Sekunde hat meine Tochter beschlossen, künftig die Finger von Fast Food zu lassen.

In den Ferien etwas fürs Leben gelernt.

## [ 'smu:ði: ]

Im Fernsehen läuft ein Beitrag über Smoothies: Warum diese Obst- und Gemüsesäfte so einen Hype erleben, ob sie wirklich so gesund sind, ob die Vitamine trotz Mixens erhalten bleiben und so weiter und so fort.

Eh spannend. Aber die einzige und wahrhaftige Frage wurde leider nicht beantwortet, nämlich: Wie spricht man dieses verdammte „Smoothie“ aus? Ich scheitere immer kläglich und muss über mich selber lachen, wenn ich mich daran versuche. Am ehesten bekomme ich ein „Smusi“ hin, was wirklich peinlich klingt. Aber die Ernährungsexpertin, der Chemiker im Labor, eine Konsumentin und die Gestalterin des TV-Beitrages haben es auch nicht besser artikuliert.

Was bleibt ist die Erkenntnis: Smoothies kann man trinken, aber sonst sollten sie einem nicht über die Lippen kommen.

## **Das neue 1x1 des Grillens**

Hiiiieelfe... beim Eingang meines Baumarktes steht ein kleines Krematorium. Ach so, doch nicht, es ist nur ein riesiger Smoker/Griller.

Nach dem ersten Schock schaue ich mir das Teil genauer an. Unglaublich, was heutzutage an Grillgeräten geboten wird. Das gute Ding kostet mehrere Tausend Euro.

Daneben stehen ein paar „kleinere“, die schon um „günstige“ 600 bis 900 Euro zu haben sind.

Dazu gibt es spezielle Grillkohle, spezielle Anzünder und spezielles Grillbesteck. Hat natürlich alles seinen Preis. Aber egal, Qualität kostet eben. Und außerdem: Das spart sich leicht wieder ein mit dem 1-Euro-Fleisch, das dann draufgeschmissen wird.

## Die neue Trennkost

Ferrero hat vor einigen Jahren Überraschungseier speziell für Mädchen auf den Markt gebracht. Sehr verzichtbar, aber wenn das Schule macht haben wir in den Supermärkten vielleicht bald ganz gezielt Lebensmittel für Männer und Lebensmittel für Frauen.

Zum Beispiel die Grillwurst für den Mann und das Grillwürsterl für die Frau. Ich spinne diesen Gedanken kurz weiter: Die Männerbratwurst müsste natürlich deftig und kräftig gewürzt sein, die für die Frau mager und zart und vielleicht mit kleinen Gemüsestücken darin. Auf der Verpackung der Männerbratwürste könnte sich eine feurige, langhaarige Latina räkeln. Eventuell sogar mit kleinen aufgemalten roten Teufelshörnern. Die Verpackung der Frauenbratwürste müsste im Gegenzug (Gleichbehandlung!) einen lasziv blickenden Mann mit Waschbrettbauch zeigen. Und die Wurst für die Frau sollte natürlich kleiner, dafür aber teurer sein.

Und jetzt, Überraschung?! Die spezielle Männer- und Frauenbratwurst gibt es natürlich längst. Ein deutscher Lebensmittelkonzern hat sie im Regal.

Ist allerdings nichts für mich. Trennkost hat mich noch nie interessiert.



## **Guinness-Rekord**

Um ihre Identität zu schützen nenne ich sie einfach Susi. Susi war mit ihrem Mann in Irland und in Dublin und in einem Pub. Dort soff Susi so viel Guinness, dass sie es damit fast ins Guinness schaffte.

Der nächste Tag war für Susi nicht einfach. Dennoch gelang es ihr, den Daheimgebliebenen ein SMS zu schicken. Das SMS lautete: „Meine Lieben! Ich muss euch leider mitteilen, dass das Leben ein bisschen ungerecht ist. Obwohl ich gestern ausreichend Flüssigkeit zu mir genommen habe, bin ich heute nicht schön.“

### **ACDC zu Mittag**

Das rockt: Vergangene Woche habe ich gegessen  
(Hauptspeisen zu Mittag):

Montag: ACG

Dienstag: AFGL

Mittwoch: ACDC

Donnerstag: DLM

Freitag: ABCD

Samstag: ACLM

Sonntag: ALMO

Am besten war ACLM.

## Urlaubsfotos 2.0

Smartphones machen es möglich: Täglich werden Abermillionen Fotos geschossen, gefühlte 99 Prozent davon vollkommen unnötig und noch einmal gefühlte 99 Prozent davon mit Essen darauf.

Selbst im Urlaub können sich viele dem Zwang, ihr Essen zuerst zu fotografieren und erst dann zu verzehren, nicht entziehen. Schlimmer noch. Das Essen rückt derart in den Fokus, dass es sogar die Wahrzeichen dieser Welt verdrängt. Auf den Urlaubsfotos finden sich mexikanische Burritos statt Sombreros, amerikanische Donuts statt Freiheitsstatue und indisches Mango Lassi statt Taj Mahal.

Auf Österreich umgelegt: Das Wiener Schnitzel ist das neue Riesenrad.

## Zündstoff

Mein Vater hätte auf die Schnelle eine neue Zündkerze für seinen Rasenmäher gebraucht, also ist er zur nächsten Tankstelle gefahren. „Eine Zündkerze? Also eine Zündkerze haben wir wirklich nicht!“ sagte ihm die Tankstellenangestellte.

Aber eine frische Leberkäsesemmel hätte mein Vater haben können. Oder Chips und Popcorn. Auch Schokolade, Eis und Kekse. Nudeln, Milch, Reis und Brot sowieso. Und unterschiedlichste Joghurts. Natürlich auch Zeitschriften, Feuerzeuge und Zigaretten. Lesebrillen, Bier und Softdrinks waren auch reichlich da. Sogar Crushed Ice hätte es gegeben.

Aber eine Zündkerze? Also nein, eine Zündkerze wirklich nicht.