VALERY RIZZO

Dachfarm-Gründerin Cole Plakias: Hähne legen keine Eier

Großstadtneurotiker

Ernährung Auf den Dächern New Yorks, im Land von McDonald's, sprießt supergesundes Essen, gepflanzt von jungen Stadtmenschen. Amerikas Ökowahn produziert das, was man aus dem Zeitalter der Fast-Food-Ketten kennt: kranke Menschen. *Von Philipp Oehmke*

Die Landwirte-Azubis stehen noch etwas verlegen herum, es ist kalt, eben hat es noch genieselt, und dies soll ihr erster Tag auf dem Feld werden. Sie sollen hier Rucola, Mangold oder Heirloom-Tomaten anbauen, doch die Saatreihen werden immer wieder unterbrochen von Belüftungsanlagen, wie sie auf großen Gebäuden zu finden sind, denn hier ist nicht der Mittlere Westen, sondern Brooklyn, New York, und die neuen Feldarbeiter stehen auf dem Dach eines Industriebaus im Hafen. Hinter ihnen sind die Türme von Manhattan zu sehen, die Williamsburg Bridge, Kräne, ein Trockendock.

„Willkommen auf eurem neuen Bauernhof", hören sie Anastasia Cole Plakias sagen. Das ist ihre neue Chefin, 34 Jahre alt, eine der Gründerinnen von Brooklyn Grange, einer riesigen Gemüseplantage mitten in der Stadt, auf dem Dach eines zwölfstöckigen Lagerhauses, geführt nicht von Bauern, sondern von Endzwanzigern, die mit der U-Bahn oder ihrem Ein-Gang-Hipsterfahrrad zur Feldarbeit kommen.

Die Arbeit ist mühselig. Die Azubi-Bauern sind lauter junge Leute, die aussehen, als hätten sie vergangene Woche noch in einem Brooklyner Kaffeeladen Almond-Milk geschäumt. Jetzt müssen sie lernen, eine Sämaschine in einer geraden Linie durch die Erde zu ziehen. Baseballmützen fallen von den Köpfen, hängende Jeans geben die Sicht auf Poritzen frei. Die Erde ist nass, die Sämaschine bleibt immer stecken. Die neuen Landwirte sehen nicht aus wie Bauern. Sie sehen nicht aus, als hätten sie so etwas schon mal gemacht.

„Macht nichts", sagt Anastasia, „wir sind alle Switcher", Menschen also, die den Job gewechselt haben, raus aus dem Büro, rauf auf die Farm. Ben Flanner, einer der beiden anderen Gründer, war Unternehmensberater, Anastasia saß in einem verglasten Eckbüro in Manhattan als Assistentin eines Gastronomen, dem weltweit Sternerestaurants gehören.

Dass Flanner und sie Anfang 2009 zusammen anfingen, ihre erste Rooftop-Farm zu gründen, habe vor allem mit der Finanzkrise zu tun gehabt, sagt Anastasia. Der Crash hatte ihrer Generation verdeutlicht, dass jene uneigentliche, unsichtbare Arbeit der Nullerjahre, das Umleiten virtueller Finanzströme, das Wetten auf hochkomplexe Ereignisse, keinerlei sichtbare Ergebnisse hervorbrachte und damit unbefriedigend blieb. „Viele von uns haben sich nach echter Arbeit gesehnt", sagt sie, nach Arbeit wie vor hundert Jahren: Man sät etwas, man erntet es, man verkauft es, welch wunderbare Klarheit!

Ihre erste Farm eröffnete sie in Queens, am Rande eines Industriegebiets, auf dem Dach eines Autoteileherstellers. Sie ließ die Erde in Lkw herbeischaffen und 4000 Quadratmeter bepflanzen. 2012 folgte die zweite Farm, hier im Hafen von Brooklyn, diesmal 6000 Quadratmeter, zusammen sind sie die größte Dachfarm der Welt. Anastasia und die anderen kamen aus guten Jobs, sie wollten weiter Geld verdienen. Die Farm ist profitabel, sie wird von 13 fest angestellten Arbeitern betrieben. Aber sie ist vor allem auch ein Experiment für ein neues Ernährungsmodell. Der Versuch, anders zu essen.

Die Stadtbauernhöfe sind mehr als nur der letzte Ausschlag der globalen Hipsterbewegung. Immer mehr Stadtmenschen bauen in ihren winzigen Gärten Gemüse an, sie belegen Imkerschulungen, Schlachterkurse oder züchten Hühner. In Brooklyns Gentrifizierungsgebieten Greenpoint oder Bushwick wird jede Woche eine neue kleine Garage eröffnet, aus der heraus junge Menschen mit Vollbart (Männer) und/oder mit von Tätowierungen bekritzelten Unterarmen (Frauen) selbst gemachte Oma-Marmelade, naturtrübes Bier, glutenfreien Kuchen oder Bio-Eis verkaufen – natürlich zu Stückpreisen, für die man im Supermarkt nebenan fast einen ganzen Familieneinkauf bestreiten könnte.

Wer sich in diesen Kreisen bewegt – es sind dieselben, die sich für Vintage-Möbel, Transgender-Politik, Neofolk, Hitlerjugend-Frisuren in Kombination mit Erster-Weltkriegs-Vollbärten, Bernie Sanders, die Romane von Dave Eggers sowie die Zeitschrift „Modern Farmer" interessieren –, gewinnt den Eindruck, es gehe seit einigen Jahren um nichts anderes mehr als um entweder besonders gesundes oder besonders exklusives Essen. In beiden Fällen ist dieser „Foodamentalismus", wie diese Haltung in den USA heißt, Ausdruck des Wunsches, sich in womöglich schwieriger werdenden Zeiten etwas Gutes zu tun: nur die gesündesten Stoffe für den Körper, nur den besten Treibstoff. Nach Botox und Detox, Pilates und Öko-Spas ist das „richtige Essen" nun der letzte Schritt in der Selbstoptimierungskette.

Eine Studie förderte vergangenes Jahr zutage, dass im produzierenden Gewerbe in New York nur noch die Herstellung von Nahrungsmitteln Wachstum verzeichnet. Anbieter verschiedenster Diäten liefern sich einen lukrativen Wettbewerb, und die Foodamentalisten streiten um die Frage, ob es nun am besten ist, zu essen wie der Mensch vor 10 000 Jahren („Paleo"), ausschließlich rohes Obst und Gemüse („Raw Vegan") oder sich vielleicht nur mit kalt gepressten Säften und Smoothies aus Kale, Acai und Chia zu ernähren („Juice Cleanse"). Dazu gehört der „Vitamix", ein Hochleistungsmixer mit 2,4 PS für 800 Dollar, der die frischen Erzeugnisse mit speziellen Klingen angeblich so zerkleinert, dass die Vitamine erhalten bleiben.

Natürlich ist diese Art, sich zu ernähren, nicht repräsentativ für die USA. Was sich bäuerlich gibt, ist in Wahrheit ein Elitenphänomen. Es ist Ausdruck einer antiindustriellen, oft auch antikapitalistischen Haltung der Bessergestellten, einer wohlhabenden, gebildeten, kulturaffinen Schicht, die wenig andere Probleme kennt.

Schon sorgt die Vermischung von Agrar- und Urbankultur für Probleme. Im Jahr 2010 hat die Stadt New York die private Bienenzucht legalisiert. Zwei Jahre später gab es bereits 200 registrierte und mindestens noch einmal so viele schwarze neue Bienenstöcke. Die Nahrung für die Tiere wurde schnell knapp. Ein Hobbyimker in Williamsburg, einem nicht besonders grünen Bezirk in Brooklyn, erhielt von seinen Bienen Honig, der nicht gelb, sondern grau aussah und nach Aussagen von Menschen, die ihn probiert haben, nach Teer schmeckte. Die Bienen hatten auf dem Dach des Neuimkers offenbar nicht die richtige Nahrung gefunden.

Auch die Hühner werden langsam zur Plage. Ihre Anzahl in Tierheimen hat sich in den vergangenen zehn Jahren verzehnfacht, weil die neuen Hobbybauern die Tiere aussetzen oder weggeben, sobald sie zu viel Arbeit machen. Viele der neuen Stadtlandwirte kaufen auch versehentlich Hähne (der Unterschied ist bei einem Jungtier schwer zu erkennen), um dann festzustellen, dass Hähne keine Eier legen,

stattdessen aber frühmorgens Krach machen und aggressiv sind.

Die Sehnsucht nach einer Zeit, bevor Schulden als Finanzprodukte gehandelt wurden, ist seit einigen Jahren von Williamsburg über San Francisco bis Berlin eines der Hauptthemen der weltweiten Zeitgeistwellen: Das Gemüse soll vom Bauern kommen, das Retro-Fahrrad aus der Werkstatt zwei Straßen weiter.

Sicher, das sind Extremausschläge, ausgelebt von einer globalen, sehr „bewussten“, möglicherweise schon neurotischen (dazu später mehr), sozialen und kulturellen Schicht. Und doch sind sie die Speerspitze einer generellen Veränderung des Essverhaltens in den USA. Nach 70 Jahren kommt die Dominanz des günstigen, industriell hergestellten Fast Foods, eines der Hauptmerkmale amerikanischer Identität, womöglich ins Wanken.

McDonald’s selbst hat das inzwischen auch gemerkt. Der Konzern versucht bereits mitzuschwimmen auf der Ökowelle, seine Filialen in den USA verzichten neuerdings auf Geflügel, das mit Antibiotika behandelt wurde, und bieten keine Milch von Kühen mehr an, denen Wachstumshormon verabreicht wurde. Seit Kurzem gibt es bei McDonald’s auch den ganzen Tag über Frühstück – eine alte Gewohnheit junger Stadtmenschen.

Auf das „Fast“ in Fast Food wollen die Amerikaner nicht verzichten, nur soll es jetzt sowohl schnell als auch gesund sein. Das haben Healthy-Fast-Food-Ketten wie Sweetgreen oder Lyfe Kitchen erkannt. Sweetgreen bezieht sein Gemüse unter anderem von Anastasias Rooftop-Farm und bietet Biosalate an, die vor den Augen des Kunden frisch zubereitet werden und um die zehn Dollar kosten. An einer Tafel ist für jedes Gemüse, jedes Salatblatt und jedes frei laufende Huhn verzeichnet, von welcher Farm es kommt, als handelte es sich um Weingüter.

Ein Salat, der vergangenen Herbst Aufsehen erregte, hieß „wastED“ und bestand vor allem aus Möhrenschalen, Brokkolistängeln und Kohlstrunken, also aus Küchenabfällen. „Kein Amerikaner hätte“, schrieb damals die Zeitschrift „New Yorker“, „vor zehn Jahren eine Schüssel mit Gemüseschalen in Limonen-Koriander-Dressing als Fast Food bezeichnet. Viele Leute hätten es wahrscheinlich noch nicht einmal Food genannt.“

Heute aber hat Sweetgreen fast 50 Filialen in den USA, und Lyfe Kitchen, mit einem ähnlichen lokalen Bioansatz, jedoch einem größeren Angebot, kommt seit der Eröffnung des ersten Restaurants in Palo Alto vor gut vier Jahren inzwischen landesweit auf 16 Filialen. Gegründet wurde diese Anti-McDonald’s-Kette übrigens von zwei ehemaligen McDonald’s-Managern.

Ojai, ein kleiner Ort zwei Stunden nordöstlich von Los Angeles, ist eine Art Versuchskolonie, in der das neue ernährungsfixierte Ideal schon umfassend gelebt wird. Es ist ein Städtchen, umschlossen von den Topatopa-Bergen, die eine beruhigende und heilende Wirkung haben sollen. Nicht einmal 8000 Menschen leben hier. In den letzten Jahren sind allerdings einige dazugekommen: Schauspieler, Designer, Gastronomen, Milliardäre, die meisten aus Los Angeles oder New York.

Vor zehn Jahren hat die Stadt Ojai sich selbst einen Ladenkettenbann auferlegt, seitdem gibt es hier fast nur noch Tante-Emma-Läden. Das Hauptrestaurant heißt „The Farmer and the Cook“, jeden Sonntagabend spielt hier eine Folkband, und dazu gibt es vegane Pizza, belegt mit selbst geerntetem Gemüse. Für die Kinder gibt es eine vegetarische Ganztagsprivatschule, die mit dem Versprechen „Awakening Intelligence“ wirbt. Was Kandahar für die Taliban war, ist Ojai für die modernen Ökos.

ROBERT GALLAGHER / DER SPIEGEL

Bloggerin Younger
Bananen verboten

Hippieorte und Ökokommunen sind nichts Neues. Neu ist bloß ihre soziale Umwertung. Sie sind jetzt schick und teuer. Sie ziehen Hollywoodstars an wie Channing Tatum oder Emily Blunt, die sich beide Häuser in Ojai gekauft haben. Und eigentlich ist ja auch nichts dagegen zu sagen, wenn nach 70 Jahren Fast-Food-Kultur immer mehr Amerikaner Elektroautos fahren und dabei Salate essen. Allerdings gibt es auch schon erste Opfer.

In einem Laden in Los Angeles, in dem es Superfood-Smoothies ab zehn Dollar gibt, steht Jordan Younger. Sie hat sich einen Saft bestellt, der „Fountain of Youth“ heißt. Sie sagt: „Ich konnte nicht mehr aufhören, mich mit meiner Ernährung zu befassen. Abends bekam ich Panikattacken, weil ich nicht wusste, was ich am Morgen frühstücken sollte.“

Bis vor Kurzem war Jordan berühmt als „The Blonde Vegan“. 300 000 Jünger folgten ihrem Blog, wo sie von ihrem hypergesunden Leben berichtete und Fotos von ihren Salaten und sich selbst zeigte: Bilder, auf denen sie immer noch schlanker, noch gebräunter erschien. Es ging um Willenskraft und Disziplin und um das richtige Leben. Es ging nicht, wie bei traditionellen Veganern, um Politik, Ethik und Tierschutz, sondern nur um sie.

Heute ist „The Blonde Vegan“ tot. Sie bloggt jetzt unter dem Namen „The Balanced Blonde“, und man ahnt schon, was passiert ist: Jordan Younger wurde am Ende, als sie versuchte, sich einen Monat lang nur von drei Säften pro Tag zu ernähren, sehr krank. Man diagnostizierte bei ihr das Krankheitsbild der Orthorexie. In dem Wort steckt „Ortho“ wie in Orthografie („richtig“) und „Orexis“ wie in Anorexie („Begierde“). Orthorexie beschreibt also eine Essstörung, die darin besteht, sich zwang- und krankhaft richtig, also gesund zu ernähren. Der Begriff wurde in den Neunzigern von dem Arzt Steven Bratman geprägt, dann fast vergessen – und erst in den vergangenen fünf Jahren, seit der Eskalation des Essenswahns, wieder populär.

Als „Blonde Vegan“ hat sie viel Geld verdient, sie hat ihren Anhängern selbst entwickelte Juice Cleanses, also Saftkuren mit Rezepten und Ernährungsplan, verkauft; sie hat eigene Sportkleidung entworfen und für Ernährungsprodukte Schleichwerbung gemacht. Wie viele Menschen werden sich weiterhin für jemanden interessieren, der sich einfach nur ausgewogen ernährt?

„Für die Veganerszene bin ich eine Verräterin“, sagt Jordan. Sie ist ein Flüchtling aus einer dogmatischen Welt, die keine Deserteure duldet.

„The Blonde Vegan“ war ein neuer Typ Veganer, kein ausgezehrter Öko, sondern ein braun gebranntes California-Girl, ein perfektes Aushängeschild für die Bewegung. Sie verkaufte ihre Kur mit Einkaufsliste und Rezepten für 25 Dollar pro Stück 40 000-mal. Vielen ihrer Fans galt dieser Ernährungsplan als Wundermittel gegen alles: gegen Depressionen, gegen Magenschmerzen, angeblich sogar gegen Krebs.

Doch damals wollte Jordan Younger immer weiter, immer mehr, also: immer weniger. Kein Weizen mehr, kein Öl, kein Zucker. Wer so lebt, lebt kompliziert, weil das Organisieren des erlaubten Essens den ganzen Tag auffrisst. Dann machte Jordan eine 30-tägige Saftkur, es waren nicht einmal mehr Bananen und Salate erlaubt. Ihre Haut verfärbte sich gelb, die Zähne wurden grau von all den grün-braunen Säften, ihre Haare fielen in Büscheln aus, ihre Periode hörte auf. Nachts schaute sie Videos im Internet, meist über andere Diäten, die sie noch machen könnte. Irgendwann stieß sie auf den Begriff Orthorexie: der krankhafte Zwang, sich gesund zu ernähren.

Im Sommer 2014 veröffentlichte Jordan in ihrem Blog den Eintrag „Warum ich mich vom Veganismus entferne“. Nach wenigen Stunden brach ihre Website zusammen, in einer Nacht sammelten sich mehr als tausend Hasskommentare. Sie trat bei

CYRUS DOWLATSHAHI

Dachfarm-Unternehmen „Brooklyn Grange“ in New York: 10 000 Quadratmeter Foodamentalismus

„Good Morning America“ auf, und dort sah Steven Bratman sie, der Arzt, der 20 Jahre zuvor den Begriff Orthorexie geprägt hatte. Er war in den Siebzigern selbst Rohkostveganer gewesen und wollte Jordan helfen. Die beiden begannen zu telefonieren. Er riet ihr, für den Anfang zu versuchen, nur noch 25 Prozent der Zeit des Tages ans Essen zu denken, ansonsten vielleicht an etwas anderes.

Bratman ist heute 60 Jahre alt, er hat ein ganzes Leben mit Fragen der Ernährung, Yoga, Akupunktur, alternativer Medizin und Ökolandwirtschaft zugebracht und fühlt sich nun gegen Ende dieses Lebens relativ ernüchtert. Er kann sehr unterhaltsam, auf eine Art, die an Woody Allen erinnert, von den Irrungen dieses Lebens berichten, zum Beispiel, wie er in den Neunzigern seine Praxis als Homöopath schloss, weil er zu große Skrupel bekam. Er wusste, dass er seinen Patienten nicht half, doch sie ließen sich nicht abhalten, immer wiederzukommen und begeistert von einer Besserung zu berichten.

„Aber mir war klar“, sagt Bratman, „dass es unmöglich an meiner Behandlung liegen konnte.“ Irgendwann begann er, die Akupunkturnadeln absichtlich an die falschen Stellen zu setzen; er wusste, er richtete damit keinen Schaden an. Doch die Patienten kamen wieder und wieder und waren begeistert. Das hat Bratman fertiggemacht.

Er hat sich eine cremige Muschelsuppe sowie Shrimps mit Schafskäse und Kartoffelpüree bestellt in einem Restaurant in einem Dorf bei San Francisco. Essen, so sagt Bratman heute, habe einen allenfalls minimalen Einfluss auf die Gesundheit eines Menschen. „Don’t get fat“, das sei im Grunde alles, was es zu beachten gebe.

Der Rest ist die Kraft der Autosuggestion, Menschen seien bereit, an jeden Unsinn zu glauben. Einmal habe er mit einem Freund aus Spaß überlegt, welche absurden Gesundheitstipps sich noch ersinnen ließen. Sie kamen darauf, Bluttests mit verschiedenen Trainingsmethoden zu kombinieren: Wer bestimmte Blutwerte hat, solle eher Yoga machen, andere eher Aerobics. Der Freund habe daraus eine Therapie entwickelt und sei heute sehr reich, sagt Bratman.

Den Namen „Orthorexia nervosa“ hat Bratman in Anlehnung an Anorexia gebildet. Wenn ihn von da an Patienten mit ihren Ernährungszwängen nervten, sagte er ihnen, er wolle lieber mit ihnen an ihrer Orthorexie arbeiten. 1997 veröffentlichte er seine Erkenntnisse in einer Zeitschrift und schrieb ein gar nicht so ernst gemeintes Buch, das er „Health Food Junkies“ nannte. Es löste ein großes Echo aus, und Bratman erfuhr dabei, dass tatsächlich Menschen starben an jener Störung, der er den Namen gegeben hatte. Häufig sei das Krankheitsbild von Therapeuten fehldiagnostiziert worden. „Anders als anorektische Patienten, denken orthorektische nicht, sie seien zu dick, sondern sie seien nicht rein genug, sie bräuchten eine innere Reinigung.“ Das, sagt Bratman, verlange nach einem anderen Behandlungsansatz.

Der seit ein paar Jahren verstärkt auftretende Ernährungswahnsinn hat Orthorexie zu neuer Prominenz verholfen. Jordan Younger sagt, ihr gehe es besser, seitdem sie sich orthorektisch nennt. Auf ihrer Küchenanrichte stehen immer noch 17 Packungen mit Nahrungszusätzen.

Und Anastasia Cole Plakias, die Frau mit der größten Rooftop-Farm der Welt, sagt, es gehe um nichts Geringeres als die Stadt der Zukunft. 2015 hat Brooklyn Grange auf den Dächern beider Farmen knapp 25 Tonnen Lebensmittel hergestellt. Jedes Jahr werden es mehr, weil die Stadtbauern von Jahr zu Jahr klüger werden. „Aber seien wir ehrlich“, sagt Anastasia und zeigt auf einen Falken, der über der Farm im Industriegebiet kreist. „Wir werden nie genügend anbauen können, um eine gesamte Stadt zu ernähren.“

Selbst wenn alle geeigneten leer stehenden Flächen in New York in Äcker umgewandelt würden, ließen sich von dem Ertrag gerade mal 150 000 Menschen versorgen. Das wäre noch nicht einmal jeder 50. Einwohner der Stadt. Ein substanzieller Beitrag zur Ernährungssicherheit ist vom Urban Farming nicht zu erwarten.

Über eins der Beete krabbelt ein Maikäfer. Wie ist der hier hochgekommen? Und wie all die Würmer und Raupen, die in der Erde kriechen? Das nun, sagt Anastasia, sei das Einzige, was sie noch nicht herausgefunden habe. Twitter: @oehmke