

Kopfsalat

Die britische Historikerin *Bee Wilson* erklärt, wie wir *Essen lernen*.

Von Tobias Becker

VON RACH, dem Restauranttester wissen wir: Vorsicht vor Küchen mit allzu großer Karte, sie können oft nichts richtig, sie servieren nichts frisch. Gemessen daran, kann einen *Essen lernen*, das neue Buch von Bee Wilson, der vielleicht besten Gastrokritikerin Großbritanniens, schon skeptisch machen. Wilson, eine promovierte Historikerin, rührt hier noch eine Studie ein und da noch eine, sie streut zur Verzierung allerlei private Anekdoten drüber und serviert dann alles im Plauderton auf 450 Seiten. Ein etwas stärkerer Fokus hätte die Lektüre bekömmlicher gemacht.

Andererseits erkennt man ein gutes Buch über Essen ja daran, dass man das Buch zwischendurch liegen lässt und zum Herd geht, um sich – nur so als Beispiel – zum ersten Mal seit Jahren eine Portion Milchreis zu kochen, Zimt drüberzustreuen und Zucker, so wie das Oma immer gemacht hat, und sich dann wieder zu fühlen wie drei. Gemessen daran, ist *Essen lernen* ein sehr gutes Buch.

In den meisten Ernährungsratgebern geht es darum, was wir essen sollten und was nicht. Wilson legt den Fokus darauf, warum wir essen, was wir essen. Und sie macht schnell deutlich, dass es in einer Zeit, in der wir geneigt sind, alles für sozial konstruiert zu halten, selbst die Geschlechter, doch reichlich naiv ist, ausgerechnet den Geschmack für gottgegeben zu halten, vulgo vererbt. Manches mag sich von Eltern auf Kin-



der übertragen, die Abneigung gegen Sellerie, die Liebe zu Brombeeren, aber Eltern und Kinder ähneln sich in Vorlieben nicht mehr als Paare.

Geschmack hängt ab von der sozialen Situation, in der wir essen – der Retsina-Effekt: Im Griechenland-Urlaub schmeckt der mit Harz versetzte Weißwein wunderbar erfrischend, im verregneten Hamburg wie Farbverdünner. Vor allem aber hängt er ab von unseren Erinnerungen: Alles schmeckt gut, solange wir positive Erinnerungen damit verknüpfen. Nun gut, fast alles, bei Retsina helfen auch die Urlaubserinnerungen nicht.



Bee Wilson:
Essen lernen.
Aus dem Englischen von Laura Su Bischoff.
Suhrkamp; 480
Seiten; 17,95
Euro. Erscheint
am 7. August.

Der Mensch kommt nicht mit festgefühten Vorlieben zur Welt, er erwirbt sie, vor allem in den ersten Lebensmonaten. Je jünger ein Baby, desto offener ist es für neue Aromen. Daher hält Wilson es für falsch, in den ersten sechs Lebensmonaten ausschließlich zu stillen, das sei verschenkte Zeit. Stattdessen sollte man Kindern schon ab dem vierten Monat erste Pürees anbieten, am besten aus vergleichsweise bitteren, bislang auch bei vielen Erwachsenen unbelieb-

ten Gemüsesorten: Blumenkohl, Zucchini, Spinat, Brokkoli, Rosenkohl. Denn Eltern füttern ihr Baby nicht nur mit Brei, sie füttern es mit Erinnerungen. Wie wir mit 2 Jahren essen, schreibt Wilson, verweist recht genau darauf, wie wir mit 20 Jahren essen werden. Was so verrückte Studienergebnisse erklärt wie jenes, dass Erwachsene, die einst mit Vanille-Folgemilch großgezogen worden sind, selbst ihren Ketchup am liebsten mit Vanillearoma mögen. Oder jenes, dass erhitzter Apfelsaft, der in einem tiefen Teller als „Apfelsuppe“ serviert wird, länger satt macht als kalter Apfelsaft aus dem Glas.

Suppen sind Soulfood, sie machen uns zum Kind, weil wir sie weder schneiden noch kauen müssen. Sie machen uns satt, weil wir an sie glauben. Wilson hält selbst die Coffeeshop-Mode für Kindheitsnostalgie. Für die meisten sei ein Kaffee eben kein Espresso oder eine Tasse Filterkaffee, sondern ein Cappuccino, ein Latte macchiato, ein Flat White, ein Milchlischgetränk also, oft zusätzlich mit Sirup aromatisiert. Der Geschmack gesüßter Milch: Das ist in der westlichen Kultur „vielleicht die prägendste Essenserinnerung von allen“. Kakao, heiße Milch mit Honig, Milch und Kekse. Und, ja, auch Milchreis.

Geschmack ist kein Schicksal, für niemanden, davon ist Wilson überzeugt. Selbst Erwachsene könnten noch lernen, sich ausgewogen zu ernähren – und Spaß daran haben. Der Weg dorthin führe jedoch nicht über Argumente, also vernunftbasierte Einsicht, sondern über Neukonditionierung, Biss für Biss, Mahlzeit für Mahlzeit. Essen ist eine Bauchentscheidung.

Die These beruht auf dem sogenannten Mere-Exposure-Effekt: Zuneigung entsteht durch Vertrautheit, Abneigung durch eine Angst vor Unbekanntem. Was der Bauer nicht kennt, frisst er nicht. Staatliche Behörden, fordert Wilson, sollten nicht ständig neue Ernährungsempfehlungen herausgeben, sie sollten „auf eine Weise in unser Umfeld eingreifen, die uns bei der eigenständigen Ausbildung gesünderer Essgewohnheiten unterstützt“, etwa Fast Food in Krankenhäusern verbieten und auch um sie herum.

Vielleicht war der Veggie-Day doch nicht die schlechteste Idee der Grünen.

Nutella im Weltraum

Der junge Autor *Jaroslav Kalfař* hat eine Mission.

Von Katharina Stegelmann

DER DEBÜTROMAN des 1988 in Prag geborenen Jaroslav Kalfař präsentiert sich als Wundertüte. Kalfař, heute in New York lebend, schreibt über Sex, die Geschichte Tschechiens seit dem Mittelalter, extraterrestrische Wesen, den Sinn des Lebens, Erwachsenwerden und einiges mehr. Seine *Kurze Geschichte der böhmischen Raumfahrt* ist in ihrer Absurdität durchaus charmant, zum Teil intelligent und anspruchsvoll, auch lustig, zum Teil jedoch langatmig verworren. Über diese Längen und Wirrungen tröstet die wunderbar lakonische Sprache hinweg, die den Ton dieses Erstlings bestimmt. Der Autor emigrierte mit 15 Jahren in die USA und studierte dort Literatur, Politik, Europäische Geschichte und Kreatives Schreiben. Sein Buch ist auch eine Hommage an die alte Heimat. Der Icherzähler Jakub, Sohn eines sowjetischen Geheimdienstmitarbeiters, wächst Ende der Achtzigerjahre als Vollwaise bei seinen Großeltern in der tschechischen Provinz auf. Nach der Samte-



Sex, extraterrestrische Wesen, der Sinn des Lebens, Erwachsenwerden und mehr.

nen Revolution, die alten Autoritäten haben ihre Macht endgültig verloren, zeigt die Dorfgemeinschaft aggressiv ihren bisher unterdrückten Abscheu vor den Angehörigen des Kollaborateurs. Als auch noch ein Folteropfer des Vaters auftaucht und die Familie erpresst, ziehen die Großeltern mit Jakub nach Prag. Dort studiert er Astrophysik, verschreibt sich der Erforschung von Sternstaub und hofft, seinem Land eines Tages Ehre zu machen – und die Familienschande auszulöschen. Tatsächlich darf er eine Weltraummission übernehmen, die Tschechien globales Ansehen bringen soll. Finanziert durch ein Heer von Sponsoren wird Jakub als öffentlicher Held inszeniert. Doch schon kurze Zeit nach dem Start Richtung Venus hat er andere Sorgen. Seine geliebte Frau verlässt ihn, er bekommt Zahnschmerzen und entdeckt ein großes Spinnenwesen im Raumschiff. Das hat 34 Augen, zahlreiche haarige Beine, knallrote Lippen, kann Gedanken lesen, nennt Jakub „dünnere Mensch“ und liebt Nutella. Die beiden geben einander Halt in den unendlichen Weiten des Alls. Irgendwann kehrt Jakub inkognito in sein geliebtes Prag zurück. Er bleibt ein unglücklich Suchender, bis er sich ganz und gar auf sich selbst besinnt.



Jaroslav Kalfař:
Eine kurze Geschichte der böhmischen Raumfahrt.
Aus dem Amerikanischen von Barbara Heller.
Tropen; 368
Seiten; 22 Euro.
Erscheint am
5. August.