

Ludger Fischer, Kleines Lexikon der Küchenirrtümer, Eichborn Verlag, Frankfurt am Main 2009, 238 Seiten, 14, 95 Euro, ISBN978-3-82185700-8

Ludger Fischer ist Mensch geblieben. Obwohl er seit langem in Brüssel arbeitet, inzwischen seit vielen Jahren als Lobbyist für das europäische Lebensmittelhandwerk im Rahmen des europäischen Dachverbands UEAPME.

Ludger Fischer isst und trinkt gern. Das führt dazu, dass er gelegentlich selbst Speisen zubereitet. Er kocht. Und Fischer ist nicht nur studierter Politologe, sondern auch Kunsthistoriker. Dies bringt es möglicherweise mit sich, dass er sensibel ist für Kulturtechniken wie das Kochen. Im Vorwort heißt es: „Kochen und Backen sind lebenswichtige Kulturtechniken. Es hat Jahrtausende gedauert, bis, als Ergebnis von Irrtümern und Erfolgen, ungefährliche, nahrhafte, manchmal sogar schmackhafte Speisen hergestellt werden konnten.“ Wer jetzt denkt, Fischer sei ein Traditionalist, wird sogleich eines anderen belehrt: „Ich würde es sogar vorziehen, beim Kochen ganz auf Traditionen zu verzichten. Die Begründung eines Vorgehens mit dem Argument `Das hat man immer so gemacht´ reicht mir einfach nicht.“ Und so geht es in dem jetzt von Fischer vorgelegten Buch hauptsächlich um überlieferte Irrtümer, die sich um die Herstellung von Speisen drehen.

Der Leser wird in alphabetischer Reihenfolge über den Sinn und vor allem den Unsinn solcher Küchenweisheiten wie von „Alkohol verdampft beim Kochen“ bis hin zu „Zusatzstoffe müssen nicht sein“ unterrichtet – in humorvoller und an die Lebenserfahrung der Verbraucher – und der Lebensmittelhersteller – anknüpfender Form. Hierzu ein Zitat aus dem Bereich der Bäckerei:

„In der Bäckerei dagegen wissen Kunden ganz genau, was sie wollen: etwas Gesundes. Es soll so schmecken wie der Geruch des Bäckerladens, der sich ihnen aus der Kindheit eingepägt hat, soll dabei den neuesten Ernährungsmethoden folgen, also

ballaststoffreich *und* leicht verdaulich sein, wenigstens eine Woche lang nicht schimmeln, dabei keine Konservierungsstoffe enthalten, eine kräftige Kruste haben, die aber leicht zu kauen ist, zu jedem Belag passen, der ganzen Familie schmecken und vor allem nicht zu teuer sein.“

Aber das Buch hat auch noch eine zweite Ebene: Es vermittelt nützliches Wissen, das der Autor offenbar in seiner beruflichen Praxis gewonnen hat. So werden nicht nur Küchenirrtümer, sondern auch Verbraucherschutzirrtümer gleichzeitig mitaufgeklärt. Das gut lesbare Buch liefert damit Argumente, die in politischen Auseinandersetzungen über immer mehr Gesetze zum Verbraucherschutz äußerst nützlich sein können (Beispiel: „Aluminiumtöpfe verursachen die Alzheimerkrankheit“ oder „Zusatzstoffe lösen Allergien aus“). Aktuelles Zitat: „Die Kampagne gegen ein Zuviel an Salz steht allerdings auf wissenschaftlich sehr wackeligen Füßen. Das ist schon seit Langem bekannt. 1999 stellte das amerikanische Wissenschaftsmagazin Science fest: `Zwar prangert die Regierung seit Jahrzehnten an, Salz sei ein Gesundheitsrisiko. Aber die riesige Menge wissenschaftlicher Studien hat diesen Verdacht nicht erhärten können.´ Die Gleichung viel Salz = hoher Blutdruck stimmt jedenfalls nicht. Nur wenige Menschen reagieren auf salziges Essen mit erhöhtem Blutdruck. Die Botschaft drang aber nicht zu allen Menschen durch.

Wohlmeinende salzen deshalb prinzipiell sparsam. Ich werde deshalb immer sehr mitleidig angesehen, wenn ich mein Essen nachsalze (was ich gerne tue, wenn es von einem wohlmeinenden Menschen zubereitet wurde).“

Diese „Politikirrtümer“ werden mit Fußnoten unterlegt, ein Literatur- und Sachverzeichnis schließen den handlichen Band ab. Fazit: Ein nützlicher Ratgeber für alle, die mit Lebensmitteln und mit Lebensmittelpolitik zu tun haben, zum Selbstkauf oder als Geschenk sehr zu empfehlen.

Rechtsanwalt Dr. Matthias Wiemers, Berlin  
Deutsche Lebensmittel Rundschau, 8/2009