

# Kulinarische Weltverbesserungen



## Warum wir essen, was wir essen

Mögen Sie Sushi? Warum eigentlich? Die Entstehung von Geschmackspräferenzen ist vielschichtig. Ernährungswissenschaftlerin Eva Derndorfer zeigt gut leserlich und fundiert auf, was unsere Vorlieben von Kindesbeinen an bis ins hohe Alter prägt. Welchen Einfluss etwa die Speisenauswahl in der Schwangerschaft auf spätere Präferenzen der Kinder haben

kann, dass gestillte Kinder neugieriger auf neue Geschmäcker reagieren oder dass schon bei den ganz Kleinen besonders die Farbe der Speise die Akzeptanz beeinflusst. Wer als Baby an Zwieback gewöhnt war, wird später etwa farblich ähnliche Lebensmittel, wie Pommes oder Cracker bevorzugen. Man ist bei der Lektüre wirklich erstaunt, was alles erforscht wird! Bekannter: Das wiederholte Anbieten und Probieren einer Speise prägt den Geschmack. Eltern sollten daher ihren Kindern auch wenig beliebte Gerichte immer wieder anbieten. Die Chance, dass sie irgendwann gemocht werden, ist groß. Dieser „Mere-Exposure-Effect“ wirkt auch auf „die Großen“. Wenn am Schulbuffet Limonade und Wurstsemmel als „Eyecatcher“ positioniert werden, sind die Präferenzen vorprogrammiert. In einer Welt, in der Schnitzel und Pizza an jeder Straßenecke sichtbar locken, ist es auch nicht erstaunlich, dass gerade diese Speisen ÖsterreicherInnen so gut schmecken. Umgebungsgerüche, Hormone, Schlafmangel, Stress, körperliche Anstrengung, Lichtverhältnisse und persönliche Vorstellungen beeinflussen Geschmackswahrnehmungen. Wenn Sie Ihren Vorlieben und Abneigungen auf den Grund gehen möchten, sei die Lektüre dieses flott geschriebenen Buches wärmstens empfohlen. Dann werden Sie vielleicht auch beantworten können, warum Sie Sushi mögen. RZ

*Eva Derndorfer: Warum wir essen, was wir essen.*

Eine Entdeckungsreise zum persönlichen Geschmack.

Hubert Krenn Verlag, Wien 2008. 144 S., EUR 16,90

ISBN 978-3902532-67-1

## Fährtenuche zum Biogenuss

Bio ist mittlerweile allorts zu finden. Erfreulicherweise. Das beste aber: unter den vielen Bio-ProduzentInnen Österreichs sind nicht wenige, deren Leidenschaft die Suche nach dem besonderen Geschmack ist. Das Autorenduo Knoll und Schmücking hat diese Bio-Spezialitäten-ErzeugerInnen ausfindig gemacht und ihr Angebot verkostet. Ergebnis ist ein Bio-Genuss-Guide mit einer durchaus subjektiven Zusammenstellung hervorragender handwerklich erzeugter Bio-Spezialitäten mit wissenswerten Geschichten zu den Herstellerbetrieben. Im Buch finden sich bekannte Stars am Genusshimmel wie Zotter Scho-

kolade, Stekovics mit seinen 1000 Paradeisersorten oder Robert Paget, der Wasserbüffel-Käsemacher. Daneben werden aber auch wenig bekannte Erzeuger mit ihren Genuss-Produkten – von Käse bis zu Wein, von Schinken bis zu duftendem Brot, von frischen und verarbeiteten Fischen bis zu Chutneys, Marmeladen, Bränden, Bier und vielem mehr – porträtiert. Dass WinzerInnen im Bio-Genussguide besonders häufig vorkommen, liegt sicher an der hohen Qualität österreichischer Bio-Weine, wohl aber auch an der Profession der beiden Autoren: Jürgen Schmücking leitet den Bereich Weinmarketing bei BIO AUSTRIA und der Journalist Rudolf Knoll ist Autor von rund drei Dutzend Weinbüchern und Kolumnist der Zeitschrift „Der Winzer“. RZ

*Rudolf Knoll/Jürgen Schmücking: Der Bio.Genuss.Guide.*

Holzhausen Verlag, Wien 2008. 288 S., EUR 24,-

ISBN 978-3-85493-142-3



## Kulinarische Kapitalismuskritik

Cover und Titel machen neugierig. Die Fotos auch. Aber dann das Vorwort: Neunmalkluges von einem esoterischen Weltverbesserer! Schon wenige Seiten später war ich allerdings gefangen. Von Wam Kat und 50 Jahren Zeitgeschichte aus Sicht eines kochenden Friedensaktivisten. Wam Kat betreibt mit seinem Kollektiv Rampenplan mobile Großküchen, um Demonstrationen, Aktionscamps oder Konferenzen von Friedens-, Antiatomkraft- und UmweltaktivistInnen bis zu den GlobalisierungskritikerInnen beim G8-Gipfel in Heiligendamm mit frisch gekochtem veganem Bio-Essen zu versorgen. „Kochen schafft Normalität, wo Ausnahmezustände herrschen“. Seine anekdotisch gehaltene kulinarische Autobiografie startet der Autor mit Kindheitserinnerungen von seiner bunt zusammengewürfelten Familie in den Niederlanden der Nachkriegsjahre, dann die psychedelischen 1970er mit Musik, Hausbesetzungen, Ferialjobs in Fleischfabriken und der Nachhall von Woodstock (und der free kitchen, die die Festivalgäste dort bekochte). Dann die 1980er und 1990er – vor, während und nach den politischen Umbrüchen in der DDR, in Ungarn und in den Flüchtlingslagern des Balkankrieges. Die Erinnerungen hat Wam Kat mit 24 seiner Rezepten ergänzt. Wer also schnell mal 2000, 200 oder auch nur 2 hungrige Mäuler mit Gutem stopfen will, findet hier kundige Anleitung. RZ

Seine anekdotisch gehaltene kulinarische Autobiografie startet der Autor mit Kindheitserinnerungen von seiner bunt zusammengewürfelten Familie in den Niederlanden der Nachkriegsjahre, dann die psychedelischen 1970er mit Musik, Hausbesetzungen, Ferialjobs in Fleischfabriken und der Nachhall von Woodstock (und der free kitchen, die die Festivalgäste dort bekochte). Dann die 1980er und 1990er – vor, während und nach den politischen Umbrüchen in der DDR, in Ungarn und in den Flüchtlingslagern des Balkankrieges. Die Erinnerungen hat Wam Kat mit 24 seiner Rezepten ergänzt. Wer also schnell mal 2000, 200 oder auch nur 2 hungrige Mäuler mit Gutem stopfen will, findet hier kundige Anleitung. RZ

*Wam Kat: Wam Kats 24 Rezepte zur kulinarischen Weltverbesserung*

Orange-press, Freiburg 2008. 255 S., EUR 25,70/SFR 44,-

ISBN 978-3-936086-36-2

