Zeitschrift: Werdenberger Jahrbuch : Beiträge zu Geschichte und Kultur der Gemeinden Wartau, Sevelen, Buchs, Grabs, Gams und Sennwald

Herausgeber: Historischer Verein der Region Werdenberg

Band: 21 (2008)

Artikel: Der Hunger am Weg nach Schlaraffia : aus der Ernährungsgeschichte Europas

Autor: Reich, Hans Jakob

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-893625

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

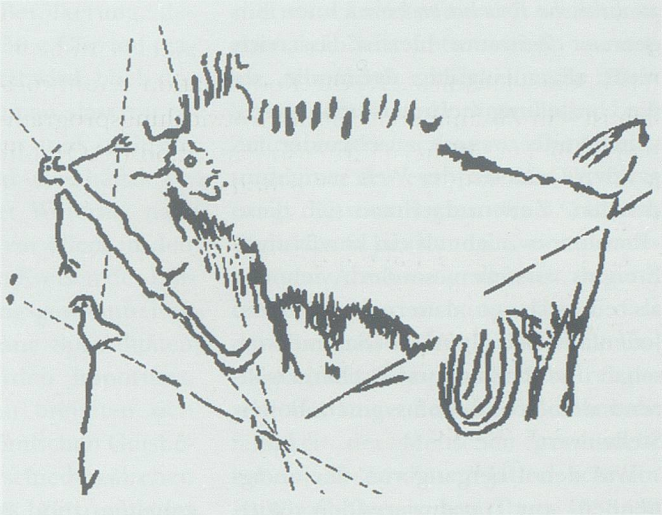
883758

Der Hunger am Weg nach Schlaraffia

Aus der Ernährungsgeschichte Europas

Hans Jakob Reich

Die Geschichte der Ernährung ist eine Geschichte des immer wiederkehrenden Mangels, erst in jüngerer Zeit auch des Überflusses. Nicht zuletzt ist sie eine Geschichte des Austauschs zwischen den Kulturen und Völkern, seit dem 19. Jahrhundert aber auch der zunehmenden Entfremdung von Mensch und Natur. Industrielle Produktionstechniken und unbeschränkte Transportmöglichkeiten haben den jahrtausendealten jahreszeitlich strukturierten Lebensrhythmus der Menschen beseitigt und bringen der modernen Konsumgesellschaft zu jeder Jahreszeit alles und jedes auf den Tisch. Schlaraffia, das uralte Traumland der Menschheit, scheint gefunden. Aber nicht von allen. Denn obwohl die auf der Welt produzierten Nahrungsmittel eigentlich für alle reichen würden, leben hunderte Millionen von Menschen weiterhin in beklemmender Sorge ums «tägliche Brot». Die Zahl der Hungernden wurde 2006 auf rund 854 Millionen geschätzt. Das ist jeder siebte Mensch auf der Erde. Jährlich sterben etwa acht Millionen Menschen an Hunger, über 20 000 pro Tag, etwa 15 jede Minute, alle vier Sekunden einer, und es trifft hauptsächlich Kinder.[1] – Diese katastrophale und beschämende Wirklichkeit sei nicht ausser Acht gelassen, bevor wir im Folgenden in knappen Zügen einige Aspekte der europäischen Ernährungsgeschichte beleuchten.



Altsteinzeitliche Jagdszene aus der Höhle von Lascaux (Frankreich): Der Jäger hat mit dem Speer einen Wisent verwundet und wird von diesem niedergerannt. Links unten die Speerschleuder.
Wikipedia/GNU-FDL

Vom Jäger und Sammler zum Ackerbauern und Viehhalter

Eine der wesentlichen Voraussetzungen für den Erfolg des Homo sapiens ist seine biologische Anlage als Allesesser. Die Fähigkeit zur Verwertung sowohl tierischer als auch pflanzlicher Nahrung ermöglichte ihm als Jäger und Sammler das Überleben in unterschiedlichsten klimatischen Verhältnissen und die Anpassung an die Gegebenheiten der einzelnen Jahreszeiten. Die Ernährung in der *Altsteinzeit* (Paläolithikum) war vollständig bestimmt vom Angebot der Umwelt und bedingte deshalb eine nomadische Lebensweise. Im Steppenklima des Eiszeitalters dominierte der Fleischkonsum; pflanzliche Nahrung oder zum Beispiel auch Vogeleier waren lediglich Ergänzung.[2]

In der *Mittelsteinzeit* (Mesolithikum) dürfte sich die Lebensweise kaum stark verändert haben. Die Menschen zogen weiterhin in Familien- oder Sippenverbänden durchs Land und jagten, fischten und sammelten, was ihnen die Natur an Nahrung bot. Bei den inzwischen günstigeren klimatischen Bedingungen gewann die pflanzliche Nahrung an Bedeutung. Zudem begannen gegen Ende dieses Zeitalters auch nördlich der Alpen einzelne Gruppen Ackerbau zu betreiben. Frühe Spuren davon finden sich im Alpenrheintal für die Zeit um 4800 v. Chr. in Zizers-Fridau GR.[3] Noch weiter zurück reichen die Hinweise, die Pollenanalysen für Oberschan (Wartau) ergeben haben: Bereits in der ersten Hälfte des 6. Jahrtausends v. Chr. muss dort in der Nähe des Sees auf einer kleinen Rodungsfläche Getreide angebaut worden sein.[4]

1 Stand 2006 nach http://de.wikipedia.org/wiki/Welthunger.

2 Nach Primas 2005.

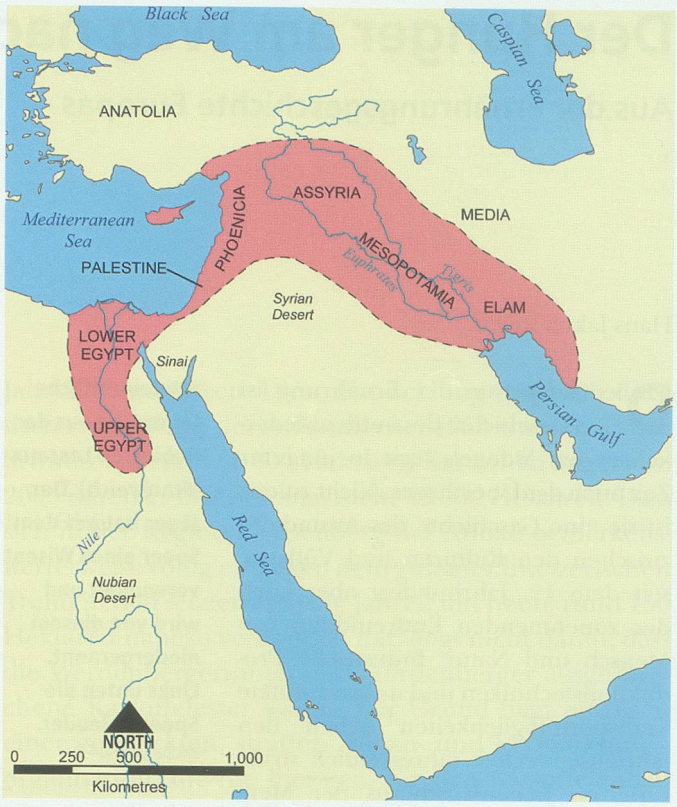
3 Vgl. dazu bzw. zur Geschichte der alpinen Kulturpflanzen in diesem Buch den Beitrag «Von der Gerste bis zur Kartoffel» von Peer Schilperoord.

4 Schindler 2003, S. 159.

Die neolithische Revolution

Die Umstellung der Lebensweise auf Ackerbau und Viehhaltung dient in der Einteilung der frühgeschichtlichen Epochen zur Abgrenzung der *Jungsteinzeit* (Neolithikum) von den früheren Perioden der Steinzeit. Der Übergang vom Wildbeutertum zur Landwirtschaft und zur Sesshaftigkeit – einer der bedeutsamsten Umbrüche in der Menschheitsgeschichte – wird auch als *neolithische Revolution* bezeichnet. Ein genauer Zeitraum hierfür lässt sich nicht allgemeingültig definieren, da die Umstellung mehrmals unabhängig voneinander in weit auseinander liegenden Gebieten der Welt stattgefunden hat.[5] Zudem darf man sich diese «Revolution» nicht als ein kurzfristiges Ereignis vorstellen, sondern vielmehr als einen lange dauernden Prozess. Jedenfalls behielten die Sammelwirtschaft und die Jagd und Fischerei während des Neolithikums einen hohen Stellenwert.[6]

Der «fruchtbare Halbmond», das Gebiet, aus dem Ackerbau, Viehzucht und zahlreiche Kulturpflanzen nach Europa gelangten.
Wikipedia/GNU-FDL



Was den Übergang von der aneignenden zur produzierenden Wirtschaftsweise ausgelöst haben könnte, wird von den Wissenschaftlern kontrovers diskutiert. Eine vielleicht wichtige Rolle könnte die Bevölkerungsentwicklung gespielt haben: Berechnungen für die Schweiz zeigen, dass im Mesolithikum die Bevölkerungsdichte mit einem Menschen pro zehn Quadratkilometern etwa zehnmal höher war als im Paläolithikum.[7] Eine allein auf Jagd- und Sammeltätigkeit basierende, mit Unwägbarkeiten behaftete Wirtschaftsweise muss zu Ernährungskrisen geführt haben – um zu überleben waren die Menschen zu einer Umstellung der Nahrungsbeschaffung gezwungen.

Als Wiege der europäischen Landwirtschaft gilt der sogenannte *fruchtbare Halbmond*, die Regionen östlich des Mittelmeers von Ägypten bis an den Persischen Golf mit den Gebieten an Euphrat und Tigris im Zentrum – in den Gegenden also, wo auch die frühen Hochkulturen entstanden sind. Vor mehr als 13 000 Jahren wurden dort schon Schafe und Ziegen als Haustiere gehalten, rund 2000 Jahre später kamen Rinder und Schweine hinzu. Wie zuvor die Wildtiere dienten die Haustiere zunächst als Fleisch-, Horn-, Sehnen- und Felllieferanten, bald aber entwickelte sich die Nutzung von Sekundärprodukten wie Milch, Käse und Wolle. Um 11 000 v. Chr. wurde in Vorderasien Wildgetreide geerntet, ab 9000 v. Chr. wurde es auch angebaut und ab etwa 7600 v. Chr. domestiziert.

Zwischen 6000 und 5000 v. Chr. gelangte der Ackerbau via Anatolien und Balkan nach Mitteleuropa.[8] Mit dem Getreideanbau erhöhte sich im Neolithikum der Kohlenhydratanteil an der Ernährung markant, was bei unausgewogener Kost, wie aus Skelettuntersuchungen bekannt ist, zu Mangelerscheinungen führen konnte. Für die Ufersiedlungen der Schweiz ist jedoch durch Reste von Haselnüssen, Beeren, Schlehen und anderen Früchten eine recht vielfältige, jahreszeitlich wechselnde Ernährung nachgewiesen.[9] In der Siedlung von Hornstaad-Hörnle am Bodensee wurden sogar Kerne von Kornelkirschen (*Cornus mas*) gefunden.[10] Diese Früchte wuchsen während des Neolithikums aber nur südlich der Alpen im Mittelmeergebiet: ein Importfund also, der beweist, dass damals Beziehungen über grosse Distanzen bestanden, über die zweifellos auch landwirtschaftliches und handwerkliches Wissen ausgetauscht wurde.

Wegen seiner nahrhaften und lange haltbaren Fruchtkerne könnte auch der aus dem südosteuropäischen und vorderasiatischen Raum stammende Nussbaum (*Juglans regia*) von Menschen auf die Nordseite der Alpen gebracht worden sein. Entgegen der landläufigen Meinung, er sei ein Import der Römer, ist er – unter anderem in Wartau – schon in vorrömischer Zeit nachgewiesen.[11]

Die durch die Landwirtschaft ermöglichte Vorratshaltung verbesserte die Nahrungsgrundlage und erleichterte insbesondere im Winter das Überleben entscheidend. Die Vorräte für den Winter bestanden aus Getreide, Dörrfrüchten und Fleisch von im Herbst ge-

schlachteten Haustieren, das, um es länger haltbar zu machen, möglicherweise geräuchert wurde. Mit der Vorratshaltung waren auch Lösungen für die sichere Aufbewahrung und die Konservierung der Lebensmittel zu finden. Mäusesichere Gefässe aus Keramik lösten nun die früheren Lederbehälter ab. Salz scheint gemäss den Erkenntnissen der Archäologie aber erst im zweiten vorchristlichen Jahrtausend, während der *Bronzezeit,* in grösserem Ausmass als Konservierungsmittel verwendet worden zu sein. Ebenfalls im 2. Jahrtausend v. Chr. gut belegt ist die Verwendung von Bienenwachs und damit indirekt auch die Gewinnung von Honig, der als Süssstoff sicher schon lange davor gesammelt worden war. Funde von gelochten Schulterblättern von Rind und Schwein im Unterengadin lassen vermuten, dass die Bevölkerung des 1. Jahrtausends v. Chr. die dortigen klimatischen Gegebenheiten zu nutzen verstand und bereits Trockenfleisch herstellte.[12]

Für die Jungsteinzeit kann die Archäobotanik die Getreidearten Gerste, Einkorn, Emmer und Nacktweizen nachweisen. In der Bronzezeit kamen Kolben- und Rispenhirse sowie Dinkel hinzu. Neu erscheint ebenfalls die Ackerbohne, die besonders in alpinen Siedlungen häufig angebaut wurde.[13] Ab der *Eisenzeit* (800 v. Chr. bis zur Zeitenwende) sind Roggen und Hafer nachgewiesen.[14] Von diesen Arten hat einzig der Dinkel seine Herkunft nördlich der Alpen; alle andern stammen ursprünglich aus dem Mittelmeerraum beziehungsweise aus Vorderasien. Dass die Menschen der Bronzezeit Kontakte über die Alpen hinweg pflegten, zeigen Amphoren, die in einzelnen Siedlungen in der Schweiz gefunden wurden und anhand derer die Einfuhr von Wein und Olivenöl aus dem westlichen Mittelmeerraum nachgewiesen ist. Aufgrund von Geschirrsätzen in Grabbeigaben gilt als gesichert, dass den Trinksitten im 2. und vor allem im 1. Jahrtausend v. Chr. im gesellschaftlichen Leben Bedeutung zukam. Wie die Archäologin Margarita Primas vermutet, wurde Hirse nicht nur als Nahrungsmittel, sondern auch als Ausgangsstoff zum Brauen von Bier verwendet.[15]

Neue Ernährungsgewohnheiten in der Römerzeit

Die Eroberung und Kolonisierung der heutigen Schweiz durch die Römer veränderte die ethnische Zusammensetzung der Bevölkerung nur wenig. Die alteingesessene Bevölkerung, deren Zahl für das Jahr 50 v. Chr. auf maximal 160 000 geschätzt wird, blieb dominierend. Man nimmt an, dass nur einige tausend Soldaten und mehrere hundert Beamte und Geschäftsleute aus Italien im Gebiet Wohnsitz nahmen.[16] Dennoch war vor allem in den sozial besser gestellten Kreisen der Einfluss auf die Ernährungsgewohnheiten erheblich: «Mediterrane Spezialitäten wie Fischsaucen wurden importiert, Rebbau und Obstbau breiteten sich aus. In den grossen römischen Gutshöfen lassen sich Unterschiede zwischen dem Speisezettel des Herrenhauses und des Gesindetraktes fassen, so etwa im Fleischkonsum. Ausserdem bereicherten Austern, Spargeln, Feigen, Datteln und exotische Gewürze die Tafeln der Villen. Zu den bleibenden Errungenschaften, welche die politischen Veränderungen der Spätantike überdauerten, scheint die Gartenkultur zu gehören. Wurde früher eher angenommen, im 5. Jahrhundert sei dieses Kulturelement nördlich der Alpen vorübergehend verschwunden und später von den Klöstern wieder eingeführt worden, so vermittelt nun die Siedlungsforschung ein differenzierteres Bild. Es scheint, dass zumindest punktuell die Gärten und Obstbäume und der Anbau von Gemüse und Gewürzpflanzen den Wandel der Machtstrukturen [beim Zerfall des Römischen Reiches] überdauerten.»[17]

Der kritische Moment Europas

Der Zerfall und Untergang des weströmischen Reiches im 5. Jahrhundert war von einem markanten Bevölkerungsrückgang begleitet. Jahrhundertelang überzogen blutige Auseinandersetzungen, Verwüstungen, schlimme Hungersnöte und Seuchen den Kontinent. Der italienische Historiker Massimo Montanari spricht vom «kritischen 'Moment' Europas»: «Der 'Notstand' war [...] einige Jahrhunderte die tägliche Realität; die Menschen – zumindest rund zehn Generationen – mussten sich schnell daran gewöhnen; möglicherweise konnten sie sich noch nicht einmal andere Lebensweisen vorstellen. Allmählich entwickelten sie Überlebenstechniken, die diesen 'schweren' Zeiten angemessen waren. Die Wachstumskurve der europäischen Bevölkerung, die vom Beginn des 3. bis zum Ende des 6. Jahrhunderts einen nachhaltigen Abschwung aufweist, könnte hingegen eher vermuten lassen, dass das Übermass an Unglück und die Unmöglichkeit, entsprechend zu reagieren, für lange Zeit die Widerstandsfähigkeit der Menschen geschwächt habe. [...] 'In diesem Jahre', schreibt [Bischof] Gregor von Tours [538/39 bis 594] über die Ereignisse gegen

5 Viele Forscher vermuten heute bis zu neun Gebiete, in denen unabhängig voneinander mit dem systematischen Anbau von Pflanzen zum Zweck der Ernte begonnen wurde. Internet-Enzyklopädie Wikipedia, http://de.wikipedia.org/wiki/Agrargeschichte.

6 Primas 2005.

7 Steinhauser 2003, S. 57.

8 Mattmüller 2005; Jacomet 2006; Internet-Enzyklopädie Wikipedia, http://de.wikipedia.org/wiki/Agrargeschichte.

9 Primas 2005.

10 Nach Steinhauser 2003, S. 58.

11 Schindler 2003, S. 159. Vgl. zum Nussbaum auch Reich 2004.

12 Primas 2005.

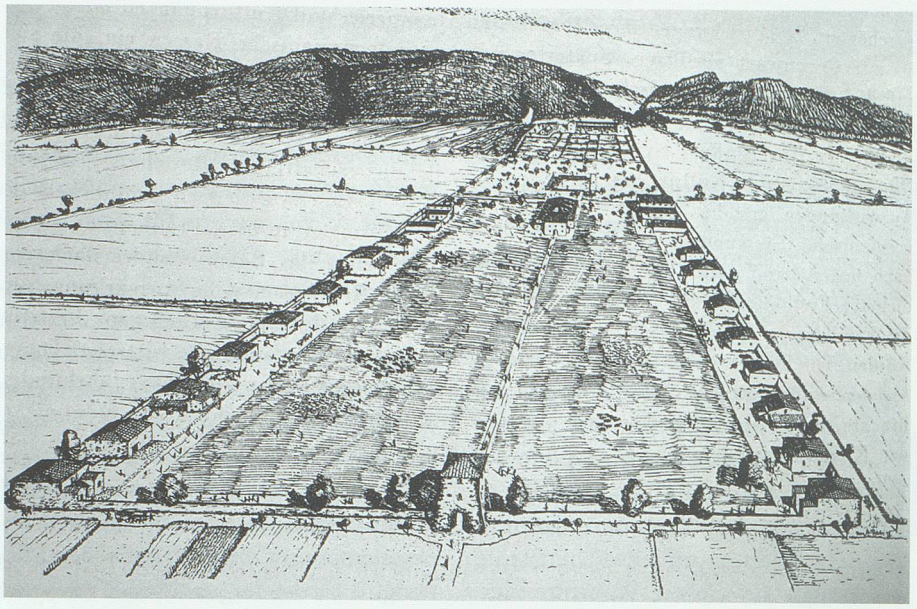
13 Mattmüller 2005; Primas 2005; Jacomet 2006.

14 Mattmüller 2005.

15 Primas 2005.

16 Steinhauser 2003, S. 59.

17 Primas 2005.



Rekonstruktion eines römischen Gutshofes nach Ausgrabungen in Oberentfelden AG.
Bild aus Laur 1939

Ende des 6. Jahrhunderts, 'bedrängte eine grosse Hungersnot fast ganz Gallien. Und viele buken aus Traubenkernen oder Haselblüten Brot, manche auch aus getrockneten und zu Staub zermahlenen Wurzeln des Farnkrautes, denen sie etwas Mehl beimischten. Viele schnitten die grüne Saat ab und taten damit dasselbe. Es gab ferner viele, die gar kein Mehl mehr hatten und daher allerhand Kräuter ausrissen und assen; von deren Genuss schwollen sie aber und starben.'»[18]

Allerdings warnt Montanari davor, für das an Tragödien reiche Frühmittelalter, das «allzu simple Bild eines Europas am Rande des Zusammenbruchs» hervorzurufen: «Der europäische Mensch des 5. und 6. Jahrhunderts [...] nahm nicht nur wilde Kräuter und Wurzeln zu sich oder wurde in Notzeiten zum grausamen Kannibalen; er war auch – und sicherlich wesentlich häufiger – ein gewöhnlicher Nahrungskonsument [...]. Und weil er zu Recht fürchtete, von einem Tag auf den anderen der Nahrung entbehren zu müssen, bemühte er sich, die Nahrungsquellen, aus denen er schöpfte, soweit wie möglich zu differenzieren. *Differenzieren* ist das vielleicht wichtigste Schlüsselwort, um die Mechanismen der Auffindung und Herstellung von Nahrungsmitteln in dem Jahrhundert zu verstehen, in welchem sich auf dem europäischen Kontinent eine neue institutionelle, ökonomische und kulturelle Ordnung abzuzeichnen begann, nachdem das Römische Reich als politischer Bezugspunkt an Bedeutung verloren hatte.»[19]

Das Brot und der Wein des Südens – und das Fleisch des Nordens

Die griechisch-römischen Anbaumethoden und kulturellen Werte hatten sich deutlich unterschieden von jenen der keltischen und germanischen Völker Nord- und Mitteleuropas. Die Ernährungsgewohnheiten der römischen Zivilisation, die für die unbearbeitete Natur wenig Wertschätzung hatte, basierten auf der Bearbeitung kultivierter Böden, auf Landwirtschaft und Baumzucht, auf Getreide, Reben und Ölbäumen als wichtigsten Nahrungsquellen. Demgegenüber hatten die keltischen und germanischen Völker eine Vorliebe für die Nutzung der unberührten Natur entwickelt: der grossen Wälder Nord- und Mitteleuropas und der unkultivierten Landstriche. «Die Jagd und die Fischerei, das Sammeln wilder Früchte sowie die Zucht wildlebender Tiere in den Wäldern (hauptsächlich Schweine, aber auch Pferde und Rinder) waren für ihre Lebensweise charakteristisch. Nicht Brot oder Polenta, Fleisch war ihr Hauptnahrungsmittel. Sie tranken keinen Wein, der ohnehin nur in den Grenzregionen ihres Herrschaftsgebietes bekannt war, sondern die Milch weiblicher Lasttiere und die säuerlichen Flüssigkeiten, die sie daraus gewannen. Getrunken wurde auch Obstwein aus vergorenen Wildfrüchten oder Bier – dort nämlich, wo man auf kleinen, dem Wald abgerungenen Lichtungen Getreide anbaute. Nicht Öl, die einzige Art von Fett, die in dem [...] Handbuch der römischen Küche vorkommt, verwendete man zum Einfetten und Kochen. Vielmehr benutzte man dazu Butter und Speck. [...] Eine tiefe Kluft trennte die 'römische' Welt von der 'barbarischen'. Gegensätzlich waren die Wertvorstellung, die Weltbilder, die Wirtschaftsverhältnisse. Unmöglich schien es, diese Kluft zuzuschütten, und tatsächlich müssen wir eingestehen, dass zwei Jahrtausende gemeinsamer Geschichte nicht ausgereicht haben, ihre Spuren zu beseitigen. Europas Charakter ist selbst heute noch tief davon gezeichnet. Dennoch kam es zu einer bestimmten, auf einem doppelten Integrationsprozess beruhenden Annäherung, einer Art reziproker Kulturübernahme, die zwischen dem 5. und 6. Jahrhundert ihren Anfang nahm und in den darauffolgenden Jahrhunderten heranreifte.»[20]

Eines der Instrumente, die der Integration dienten, war die politische und soziale Macht der germanischen Stämme, die inzwischen überall im nachrömischen Europa die Vorherrschaft übernommen hatten. «Mit ihnen», schreibt Montanari, «verbreitete sich auch ein – im Vergleich zur griechisch-römischen Tradition – neues Verhältnis im Umgang mit der unkultivierten Natur, die nicht mehr als störendes Hindernis und eine den erzeugerischen Aktivitäten des Menschen gesetzte

Grenze angesehen wurde, sondern vielmehr als Nutzungsraum.»[21]

Eine wichtige Kraft des Integrationsprozesses sieht Montanari anderseits im Christentum. Nachdem es sich im 4. Jahrhundert als offizielle Religion des Römischen Reiches durchgesetzt hatte, «entwickelte es sich [...] neben der jüdischen auch zur Zeugin und Erbin der griechischen und römischen Kultur. Entstanden im Umfeld einer rein mediterranen Zivilisation, hatte das Christentum nicht gezögert, als Nahrungssymbole und Instrumente seiner eigenen Religion jene Erzeugnisse zu übernehmen, die die materielle und ideologische Grundlage eben dieser Zivilisation bildeten: Brot und Wein. Nach zahlreichen und lang anhaltenden Kontroversen sprach man ihnen die Rolle heiliger Nahrung zu, Bildnis und Instrument des eucharistischen Wunders. Dasselbe gilt für das Öl, auf das man bei der Liturgie nicht verzichten konnte. Man benötigte es bei der Verabreichung der Sakramente und, vor allem, für das Entzünden der Lichter an den heiligen Stätten. [...] Fest steht, dass Brot, Wein und Öl, sei es durch die Bedeutung der römischen Kultur, sei es durch die treibende Kraft des neuen Glaubens, aussergewöhnlich an Ansehen gewannen.»[22]

Letztlich scheine sich, so Montanari, im aus der «barbarischen Invasion» hervorgegangenen Europa als neues Ernährungsmodell eine «bis dahin unbekannte Verbindung der Fleischkultur mit der des Brotes» vollzogen zu haben. Beide Lebensmittel seien schliesslich in den Status von unabdingbaren Grundnahrungsmitteln gekommen. Überall, auch im Süden Europas, habe man begonnen, mehr Fleisch als in der Vergangenheit zu essen, während das Brot den Norden eroberte.

Der Landesausbau – die Antwort auf sich häufende Hungerkrisen

Aus der Perspektive von Montanaris Einsichten betrachtet, lässt sich im hochmittelalterlichen Landesausbau ein Rückgriff auf griechisch-römische Wertvorstellungen erkennen: Unbebautes Land stellte erneut die negativ besetzte Antithese zur Zivilisation dar.

Zu Beginn des 8./9. Jahrhunderts zeigte die Bevölkerungskurve wieder nach oben. Die Nachfrage nach Nahrungsgütern nahm zu, sie zu befriedigen erforderte eine Vergrösserung der Anbauflächen und eine Intensivierung des Ackerbaus. Kirche, Klöster und Adel forcierten – in einer ersten Welle im 9. Jahrhundert, in einer zweiten zwischen dem 11. und 13. Jahrhundert – Rodungs-, Urbarisierungs- und Besiedlungsunternehmungen. Sie waren die Reaktion auf die sich um die Jahrtausendwende in kurzen Zeitabständen häufenden Hungerkrisen. Und, wie Montanari feststellt: «Die unberührte Natur wird von jetzt ab an den Rand der produktiven Werte und der vorherrschenden Ideen verbannt. Es ist dies der Anfang eines grossen 'Booms' – oder, vielleicht, einer grossen Krise.»[23]

Tatsächlich scheinen Hungersnöte im 13. Jahrhundert seltener aufgetreten zu sein, bevor sie im Laufe des Spätmittelalters und in der frühen Neuzeit wieder häufiger wurden.[24]

Mus und Brot

Die im Spätmittelalter für breite Bevölkerungsschichten wichtigsten Kalorienlieferanten waren die verschiedenen Getreidesorten, die zu den Alltagsspeisen Mus und Brot verarbeitet wurden. Daneben gab es Hülsenfrüchte, Gemüse, getrocknetes oder gekochtes Obst, im besten Fall als Zukost auch Fleisch, das im Vergleich zur frühen Neuzeit häufiger auf den Tisch kam. Milchprodukte scheinen keineswegs eine dominante Rolle gespielt zu haben, allenfalls Restprodukte der Milchverarbeitung, die in Ergänzung zur Getreidenahrung konsumiert wurden.[25] Beim im Werdenberg bis heute aus entrahmter Milch hergestellten Suure Chäs dürfte es sich um ein solches Restprodukt handeln.

In den Latrinensedimenten von städtischen Wohnquartieren, die eher die Ernährung der Oberschicht spiegeln, sind unter anderem Obst, Nüsse, Beeren, Gartengemüse sowie Südfrüchte wie Granatäpfel und Feigen nachgewiesen. Knochenreste fanden sich hauptsächlich von Rindern, Schafen, Schweinen, Ziegen und Wildtieren. Aus Brandschichten von Wohnhäusern aus dem 13. bis 15. Jahrhundert in Laufen BL liessen sich als Hauptgetreide Hafer und Dinkel nachweisen, daneben Einkorn, Emmer, Saatweizen, Gerste, Hirse und Roggen (mit dem giftigen Mutterkornpilz) sowie die Hülsenfrüchte Ackerbohne, Erbse, Linse und Saatwicke. Eine weitere Pflanzengruppe umfasste unter anderem Knoblauch, Rüben, Kohl, Nüsse und Obst nebst Gewürz- und Heilpflanzen. Die Reichhaltigkeit dieses Speisezettels lässt sich allerdings nicht verallgemeinern: Bei Untersuchungen von spätmittelalterlichen Bestattungen fanden sich auch Zeichen von Mangel- und Fehlernährung, die auf wiederholte Mangellagen schliessen lassen.[26]

16. bis 18. Jahrhundert: Neue Speisen und Hungersnöte

Zur Ernährungssituation in der frühen Neuzeit, in der die Entdeckung Amerikas ihre nachhaltige Wirkung zu entfalten begann, schreibt der Historiker Jakob Tanner:

«Während Jahrhunderten beherrschten zwei gegensätzliche Stereotypen das Bild der Ernährung in der Schweiz: Einerseits galt sie als 'Armenhaus', das

18 Montanari 1995, S. 11ff.

19 Ebenda, S. 14.

20 Ebenda, S. 15ff.

21 Ebenda, S. 23.

22 Ebenda, S. 27.

23 Ebenda, S. 50ff.

24 Kurmann 2005.

25 Illi 2005.

26 Ebenda. Für das Spätmittelalter und die beginnende frühe Neuzeit schriftlich belegt sind in der Schweiz die Hungersnöte 1438, 1530 und 1571–74 (Kurmann 2005).

Die ausgebrachte Saat bedeutete für unsere Vorfahren noch keineswegs gefüllte Kornkammern. Die Menschen waren stets dem Schreckgespenst Hunger ausgeliefert. Stundenbuch aus dem 15. Jahrhundert. Bild aus Collins/Davis 1997

seine Bevölkerung nicht zu ernähren imstande war, weshalb junge Männer sich in fremde Dienste stellten. Andererseits galten die helvetischen Hirten dank ihrer frugalen Ernährungsweise als kerngesunde Kraftpakete.

Sozialhistorische Untersuchungen zeigen differenzierte Ernährungsmuster, die im Zusammenhang mit der spätmittelalterlichen-frühneuzeitlichen Entfaltung der Agrarzonen stehen. Dem nordalpinen 'Hirtenland' und dem mittelländischen 'Kornland' können die beiden vorherrschenden Muster zugeordnet werden: Ersterem eine Kombination von Milchspeisen, Käse, Nüssen, Beeren, Pilzen, Gemüse und Obst, Letzterem ein Zusammenspiel von Mus, Suppen, Brot, Hülsenfrüchten, Gemüse und eventuell Wein. In beiden Räumen spielte Brot eine wichtige Rolle. Insgesamt waren Essen und Trinken stark saisonalen Schwankungen unterworfen. Im Winter kamen statt der Frischgemüse aus dem Gartenbau Dörrfrüchte und Sauerkraut auf den Tisch. In Mangelzeiten mussten verstärkt Eicheln, Rüben, Wurzeln und mit Ersatzstoffen gestreckte Brotsorten verzehrt werden.

Der Auffassung, dass die Ernährung vom 16. bis ins 19. Jahrhundert auf Selbstversorgung beruht habe und ein Spiegelbild der lokalen Agrarproduktion gewesen sei, ist entgegenzuhalten, dass die meisten Regionen der Schweiz bereits früh in grössere Wirtschaftsräume eingebunden wurden, was sich auch auf die Ernährung auswirkte. Dabei gilt es vor allem zwei Aspekte zu berücksichtigen:

Vom Beginn der Neuzeit an verengten sich erstens mit dem Bevölkerungswachstum bei stagnierender agrarischer Produktivität die Nahrungsspielräume, was eine Vegetabilisierung und eine Verarmung der Kost mit sich brachte. Die Versorgung war unregelmässig und unsicher, Hungersnöte und Teuerungen die Folge.[27] Die Durchsetzung eines 'Brei-Mus-Standards' fand allerdings in einem Konjunkturszenario statt, das auch lange Prosperitätsphasen aufweist [...].

Zweitens begannen europäischer Kolonialismus und kulinarische Innovation zusammenzuwirken. Die Eroberung Amerikas veränderte die Nahrungsgeografie und löste, zunächst bei Festessen (Zucker, Gebäcke, Früchte etc.) kulturelle Aneignungs- und Veränderungsprozesse aus. Die Akkulturation von Nahrungsmitteln blieb lange auf vor allem städtische Oberschichten beschränkt. Im 18. Jahrhundert kam es mit dem Durchbruch der Kartoffel auch zu einer exemplarischen Notinnovation von unten.

Im ausgehenden 18. Jahrhundert fand eine von der Protoindustrialisierung ausgehende 'Nahrungsrevolution' statt. Neben der Kartoffel setzten sich der Kaffee und – etwas später – der

Der Traum vom Schlaraffenland, vom Land, in dem es keinen Hunger gibt und wo «Milch und Honig fliessen», hat die Menschen immer beschäftigt, so auch den flämischen Maler Pieter Bruegel d. Ä. (um 1530–1569).
Alte Pinakothek, München

Branntwein durch, wobei oft schlechte Surrogate vorherrschten [...]. Im Tessin, im St.Galler Rheintal und in Teilen Graubündens verbreitete sich der Mais und damit auch das Polenta- [bzw. Türggeribel-]Frühstück, das einen Kontrast zum in Mittelland, Jura und Voralpen beliebten Kartoffel-Milchkaffee-Frühstück darstellte.»[28]

Der Sieg über den Hunger

In den Jahren 1770/71, 1816/17 und 1845–49 erlebte Europa – abgesehen von den durch die beiden Weltkriege ausgelösten Ernährungskrisen – die letzten grossen Hungersnöte. Die beiden Ersteren trugen wesentlich dazu bei, dass sich der Anbau der Kartoffel als Grundnahrungsmittel durchsetzte. Die Letztere traf vor allem Irland mit grösster Härte, fatalerweise wegen der dort mittlerweile zu einseitig auf die Kartoffel ausgerichteten Grundversorgung: Von Nässe begünstigte Kraut- und Knollenfäule führte in mehreren aufeinanderfolgenden Jahren zu praktisch totalen Ernteausfällen.

Für die Verbesserung der Ernährungslage im Laufe des 19. Jahrhunderts spielen hauptsächlich vier Faktoren eine bedeutende Rolle:

- Die Agrarrevolution[29] und die damit verbundene Spezialisierung bewirkten eine Erhöhung der landwirtschaftlichen Produktivität. Die sich herausbildende leistungsfähige Vieh- und Milchwirtschaft versorgte nicht nur die einheimischen Absatzmärkte, sondern zunehmend auch industrielle Abnehmer und die Exportwirtschaft.[30]
- Der Ausbau der Verkehrswege und des Transportwesens (Strassen- und Eisenbahnbau, Dampfschiffe) ermöglichte die Vernetzung der regionalen Märkte und den Aufbau eines Weltmarktes. Durch Nahrungsmitteltransporte über grosse Distanzen konnten lokale Ernteausfälle und Mangelsituationen leichter ausgeglichen werden.
- Die Industrialisierung bewirkte Effizienzsteigerungen in der Bereitstellung von Nahrungsmitteln; die infolge Ausbreitung des Handels verstärkte Konkurrenz führte zu sinkenden Konsumentenpreisen.
- Verbesserte Verarbeitungs- und Konservierungstechniken schufen neue Möglichkeiten der Vorratshaltung und bildeten die Voraussetzung für den Aufstieg der Nahrungs- und Genussmittelindustrie – und für eine Veränderung der wirtschaftlichen Funktion der Landwirtschaft: der Bauer wurde vom Nahrungsmittelproduzenten mehr und mehr zum Rohstofflieferanten.

Die Folgen dieser Entwicklungen waren die Abkoppelung der Nahrungsversorgung von den Ernteschwankun-

---

27 Zu den Hungersnöten im 18. und 19. Jahrhundert vgl. in diesem Buch die ausführlichen Beiträge von Hansjakob Gabathuler und Werner Hagmann.

28 Tanner 2005.

29 Unter Agrarrevolution versteht man die Umstrukturierung der Landwirtschaft, die in England um 1700, auf dem europäischen Kontinent in der zweiten Hälfte des 18. Jahrhunderts einsetzte und sich bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts hinzog. Sie beinhaltete die Auflösung der kollektiv getragenen Dreizelgenwirtschaft, eine erweiterte Fruchtwechselwirtschaft und eine stärkere Integration von Viehwirtschaft und Ackerbau. Die gesteigerte pflanzliche Produktion diente nicht nur der Ernährung der wachsenden und zunehmend gewerblich-industriell tätigen Bevölkerung, sondern auch der Fütterung eines wachsenden Viehbestandes. Nach Baumann 2005.

30 Die Kehrseite dieser Entwicklung hat in Jeremias Gotthelfs «Die Käserei in der Vehfreude» (1835) Niederschlag gefunden: Der zeitkritische Autor vermerkt, die Milch sei von den Familientischen verschwunden.

Die Staaten mit einem über 20-Prozent-Anteil unterernährter Menschen an der Gesamtbevölkerung. Wikipedia/GNU-FDL St. Krekeler

gen und die Lockerung der Bindung zwischen Nahrung und Wohnort beziehungsweise zwischen der landwirtschaftlichen Nahrungsproduktion und dem Konsum. Diese *Delokalisation des Nahrungssystems*[31] ermöglichte in Europa den Sieg über den Hunger – allerdings auch auf Kosten der nicht industrialisierten Länder, die dazu herangezogen wurden, die Nahrungsbedürfnisse der euro-amerikanischen Staaten zu befriedigen: «Die Komplexität der Handlungsabläufe, die mit der weltweiten Delokalisation der Nahrungsproduktion und -verteilung in Zusammenhang stehen, bedroht vor allem dann die Erzeugervölker, wenn diese ihren Lebensunterhalt ausschliesslich vom Verkauf eines oder weniger Produkte bestreiten. Es handelt sich hierbei um den dramatischsten – wenn sicherlich auch nicht einzigen – Widerspruch eines Systems, dem es zum ersten Mal in der Geschichte gelungen ist, den Hunger zu besiegen.»[32]

Montanari weist auf ein Zweites hin: Der Prozess der Delokalisation habe der Ernährungsweise der industrialisierten Welt einen Charakter grösserer Uniformität gebracht, was durch die Interessen der Grossproduzenten und die Verheissungen der Werbung noch beschleunigt worden sei. «Zur Ankurbelung dieses Prozesses trugen auch noch andere Faktoren bei: die Erweiterung von Beziehungen und Kenntnissen, die sich durch eine grössere gesellschaftliche Mobilität ergeben […]; das Schwinden saisonal bedingter Abhängigkeiten […]; die fortschreitende Abnahme der Ritualisierung der Speisen, der Wegfall ihres periodischen Wechsels im Wochen- und Jahresrhythmus, der an die religiösen Feste wie Karneval und Fastenzeit, an die fetten und die mageren Tage und Perioden gebunden war. Dies alles hat bei vielen Produkten geradezu einen kulturellen 'Bedeutungsverlust' bewirkt sowie jeglicher Art von gastronomischen Experimenten und Kombinationen unterschiedlichster Speisen den Weg geebnet.»[33]

Entgrenzte Möglichkeiten

Damit sind wir auf unserer Reise durch die Ernährungsgeschichte in der Gegenwart angelangt – sie müsste den Menschen vergangener Jahrhunderte wie Schlaraffia vorkommen. Niemand mehr in Mitteleuropa muss heute in der Sorge leben, morgen nichts zu essen zu haben. Lebensmittel aus aller Welt sind zu jeder Jahreszeit täglich beliebig verfügbar: frisch oder tiefgekühlt, pasteurisiert oder vorgekocht, vakuumiert oder als Konserve, als Functional-, Fast- oder Junkfood-Produkt. Die Ernährungsstile und Essgewohnheiten sind völlig entgrenzt und dienen nicht selten der Selbstdarstellung mindestens so sehr wie der Kalorienaufnahme. Seit den 1950er Jahren ist der Anteil der gewerblich-industriell hergestellten, meist standardisierten und geschmacksnivellierten Produkte ins beinah Unermessliche gestiegen. Mit dem Convenience-Food haben neue, zeitsparende Zubereitungsarten Einzug gehalten. Dennoch hat der Boom der Fertig- und Halbfertignahrung das «Ende der Küche» noch keineswegs eingeläutet. Gegenakzente zu den Nivellierungstendenzen zeigen sich in der «Biowelle», in der Erlebnisgastronomie und nicht zuletzt auch in der Slowfood-Bewegung. Sie setzt auf naturbelassene, authentische Produkte, auf traditionelle Herstellung, auf die Bewahrung regionaler Geschmacksvielfalt und die Pflege des Genusses beim Essen und Trinken. Türggeribel und Suure Chäs sind Rheintaler Beispiele für diesen Trend, in dem sich häufig folkloristische Elemente und das Bestreben zur Etablierung landwirtschaftlicher Nischenprodukte mit touristischen Zwecken verbinden.

Geiz ist geil …

Die Veränderung der Ernährungsgewohnheiten im 19. und 20. Jahrhundert war begleitet von einer stark sinkenden Bedeutung der Nahrungsausgaben. 1830–75 setzte eine Schweizer Arbeiterfamilie für die Ernährung durchschnittlich 62 Prozent aller Ausgaben ein. Zu Beginn des 20. Jahrhun-

derts sank der Anteil auf unter 50 Prozent, 1950 betrug er noch einen Drittel, und 1995 lag er bei knapp über 10 Prozent. Doch auch das scheint vielen im Land noch zu viel zu sein, wie die anhaltenden, erfolgreichen Preisoffensiven von Grossverteilern und Discountern zeigen. Billig-Konsum ist «in», der neue Egoismus der «Geiz-ist-geil-Welle» hat auch die reiche Schweiz erfasst. Sie wird – unter Mitwirkung der Massenmedien – angetrieben von einem lauten Wehklagen über zu hohe Preise, über Abzockerei am angeblich betrogenen Schweizer Konsumenten. Kritische Stimmen, die menschen- und naturverträgliche Produktionsweisen und eine «faire» Preisgestaltung anmahnen, wie etwa die folgende, vermochten sich bisher kaum Gehör zu verschaffen: «Nahrungsmittel sind nicht nur das Zeug, das uns satt macht, sondern das Ding, das andere hungern lässt. Jedes Mal, wenn wir in der Schweiz auf den Preis drücken, klingelt weit weg ein Telefon. Die Märkte werden härter, die Händler unnachgiebiger und die Pflanzer skrupelloser. Schon heute verdient ein angeheuerter Marokkaner kaum mehr als einen Hungerlohn, um in Südspanien unsere Orangen zu pflücken oder die Erdbeeren abzulesen. Inklusive weitem Transport, diverser Zwischenhändler und teurer Werbemassnahmen ist das Produkt immer noch billiger als ein Apfel aus der Schweiz oder die Erdbeere von nebenan.»[34]

… und der Foodprint der Schweiz

Nach einer jahrtausendelangen Geschichte des Hungers ist der Überfluss, wenn auch längst nicht überall, alltäglich geworden. Gemessen an der Not, die der Mangel an Nahrung immer wieder über die Menschen gebracht hat – und in anderen Teilen der Welt über Millionen noch immer bringt –, mögen die mit dem Überfluss verbundenen Schwierigkeiten gering erscheinen. Dieser trügerischen Annahme seien zum Schluss ein paar nüchterne Feststellungen gegenübergestellt:

«In Bezug auf mit der Ernährung verbundene Probleme ist […] eine transnationale Konvergenz [Übereinstimmung] zu beobachten, wobei zwei Aspekte hervorzuheben sind: Zum einen lässt sich die ökologische Dimension nicht mehr ausblenden. Die importabhängige Schweiz lebt gerade unter dem Ernährungsaspekt auf 'grossem Fuss'. Gemessen an ihrem sogenannten ökologischen Fussabtritt (Gesamtbeanspruchung von Ressourcen pro Flächeneinheit) benötigt sie fünfmal mehr Raum, als innerhalb der Landesgrenzen zur Verfügung steht. Auch in qualitativer Hinsicht mehrt sich das Unbehagen, das Konsumentinnen und Konsumenten gegenüber verschiedenen industriell, insbesondere gentechnisch erzeugten Nahrungsmitteln empfinden. Als Reaktion zeichnet sich ein Trend zu reduziertem Fleischkonsum (Vegetarismus) ab, und Bioangebote haben auch Eingang bei Grossverteilern […] gefunden. Zum andern bereitet der Überfluss Schwierigkeiten. Fitnessideologie, Gesundheitsbewusstsein und Schlankheitskult haben die Ernährung symbolisch umgepolt. Die Angst vor dem Hunger ist der Bedrohung durch übermässige und unausgewogene Ernährung gewichen, welche das Streben nach körperlichen Schönheitsidealen und die physisch-psychische Leistungsfähigkeit bedrohen. Auch dieses Problem teilt die Schweiz mit anderen Konsumgesellschaften.»[35]

---

31 Die Bezeichnung wurde erstmals von den Sozialanthropologen Gretel H. und Pertti J. Pelto verwendet (Pelto 1985).

32 Montanari 1995, S. 190.

33 Ebenda, S. 190f.

34 HASLER, PAUL DOMINIK, *Garantiert kurzsichtig*. In: *bio.logisch* 3/06, Hg. Biofarm Genossenschaft, Kleindietwil.

35 Tanner 2005.

Literatur

Baumann 2005: BAUMANN, WERNER, *Agrarrevolution*. In: *Historisches Lexikon der Schweiz (HLS)*, Version vom 11.02.2005, URL: http://www.his-dhs-dss.ch/textes/d/D13827.php

Collins/Davis 1997: COLLINS, MARIE/DAVIS, VIRGINIA, *Das mittelalterliche Leben auf dem Lande*. Düsseldorf 1997.

Illi 2005: ILLI, MARTIN, *Ernährung. Hoch- und Spätmittelalter*. In: *Historisches Lexikon der Schweiz (HLS)*, Version vom 11.02.2005, URL: http://www.his-dhs-dss.ch/textes/d/D16224-1-2.php

Jacomet 2006: JACOMET, STEFANIE, *Ackerbau. Vom Neolithikum bis zur Römerzeit*. In: *Historisches Lexikon der Schweiz (HLS)*, Version vom 20.03.2006, URL: http://www.his-dhs-dss.ch/textes/d/D27895.php

Kurmann 2005: KURMANN, FRIDOLIN, *Hungersnöte*. In: *Historisches Lexikon der Schweiz (HLS)*, Version vom 11.02.2005, URL: http://www.his-dhs-dss.ch/textes/d/D16226.php

Laur 1939: LAUR, ERNST, *Der Schweizer Bauer, seine Heimat und sein Werk*. Brugg 1939.

Mattmüller 2005: MATTMÜLLER, MARKUS, *Getreidebau. Urgeschichte bis Frühmittelalter*. In: *Historisches Lexikon der Schweiz (HLS)*, Version vom 11.02.2005, URL: http://www.his-dhs-dss.ch/textes/d/D13936-3-1.php

Montanari 1995: MONTANARI, MASSIMO, *Der Hunger und der Überfluss. Kulturgeschichte der Ernährung in Europa*. München 1995.

Pelto 1985: PELTO, GRETEL H./PELTO, PERTTI J., *Diet and Delocalisation: Dietry Changes since 1750*. In: ROTBERG, ROBERT I./RABB, THEODORE K. (Hg.), *Hunger and History. The Impact of Changing Food Production and Consumption Patterns on Society*. Cambridge 1985.

Primas 2005: PRIMAS, MARGARITA, *Ernährung. Urgeschichte bis Frühmittelalter*. In: *Historisches Lexikon der Schweiz (HLS)*, Version vom 11.02.2005, URL: http://www.his-dhs-dss.ch/textes/d/D16224-1-1.php

Reich 2004: REICH, HANS JAKOB, *Der Nussbaum – geschätzt, begehrt, vernachlässigt und fast vergessen*. In: *Werdenberger Jahrbuch 2004*, 17. Jg., S. 134–144.

Schindler 2003: SCHINDLER, MARTIN PETER, *Siedlungskammer Wartau: Eine Kulturlandschaft entsteht*. In: *Sankt-Galler Geschichte 2003*, Bd. 1. St.Gallen 2003, S. 157ff.

Steinhauser 2003: STEINHAUSER, REGULA, *Gesellschaft und Wirtschaft vom Paläolithikum bis zur Spätantike*. In: *Sankt-Galler Geschichte 2003*, Bd. 1. St.Gallen 2003, S. 56ff.

Tanner 2005: TANNER, JAKOB, *Ernährung. Neuzeit*. In: *Historisches Lexikon der Schweiz (HLS)*, Version vom 11.02.2005, URL: http://www.his-dhs-dss.ch/textes/d/D16224-3-1.php (und die folgenden vier Seiten).

Foto Hans Jakob Reich, Salez