Köstlichkeiten aus den Küchen der Kulturen

Brötchen, Butter, Aufstrich – das war einmal. Heute frühstücken wir wild und international. *Ruth Schalk* hat sich umgesehen.

Klassiker Marmeladenbrot: 76 Prozent der Deutschen frühstücken jeden Tag.

Foto ddp Images

Im kleinen Schwarzen vor der Scheibe eines Nobeljuweliers kleben und frühstücken, davon träumte Holly Golightly alias Audrey Hepurn in „Frühstück bei Tiffany“. Das war Anfang der sechziger Jahre in New York. Heute kann man auch in Deutschland hochkarätig frühstücken und vielfältig. Zum Beispiel im Hamburger Hotel Vier Jahreszeiten. Im Frühstücksraum hängen Gardinen mit aufgestickten Federn, an denen vorbei man einen guten Blick auf die Alster genießt. Die Butter wird in kleinen Glastöpfchen serviert. Plastik gibt es nicht, auch nicht für die Marmelade. Hier kann man ein Loué-Ei aus Frankreich essen. Das ist etwas ganz Besonderes, quasi ein Brillant unter den Eiern. Doch dazu später.

Denn nicht immer war unser Frühstück so inspiriert von anderen Kulturen. Nach dem Krieg war es erst mal noch klassisch deutsch, mit regional verteilten Identitäten: In Berlin gab’s „Schrippen“, in Hamburg „Rundstücke“, in Bayern „Semmeln“ und überall Brötchen. Auf Reisen buchte man das typisch deutsche Continental Breakfast: Brötchen, Butter, Marmelade und Kaffee.

Dann brachten uns Engländer und Amerikaner 1945 ihr Toastbrot mit, welches schnell Einfluss auf das Frühstück gewann: „Helles Brot erlebte seinen Aufschwung mit dem Wirtschaftswunder. In Deutschland wurde die Marke ‚Golden Toast‘ geschaffen“, erzählt Isabel Greschat, Direktorin des Museums der Brotkultur in Ulm. Eine echte Novität, denn weißes Brot galt als fein und war früher dem Adel vorbehalten, Bauern mussten sich mit Mischbroten aus Roggen, Weizen oder Hafer begnügen. Anfang der Sechziger erwarb dann die Firma Kellogg die Reis- und Handels AG in Bremen und startete mit der Eroberung des deutschen Marktes. Die Amerikaner veredeln Haferflocken und Müslis bis heute mit immer neuen Kreationen.

Zunehmender Wohlstand machte die Deutschen schließlich mobil. Gastarbeiter wurden nach Deutschland geholt und damit weitere Kulturen im Land verankert. Wegen des höheren Anteils von Migranten in der deutschen Bevölkerung sind wir zum Völkerstreuselkuchen geworden – wo entwickelt sich unser Frühstück hin?

Bei den Italienern spielt das Frühstück bis heute eine untergeordnete Rolle – Hauptsache, der Espresso ist gut, und ansonsten begnügt man sich meist mit süßem Gebäck oder Brot mit süßem Aufstrich. Ganz anders bei den Griechen und Türken, sie verzehren schon morgens Käse, meist in Form von eingelegtem Weißkäse, Feta bei den Griechen und Beyaz Peynir bei den Türken. Dazu essen die Türken traditionell Oliven, Tomaten, Gurken und andere rohe Gemüse.

In den Folgejahren kamen spanische Gastarbeiter nach Deutschland und brachten süße, fette Churros mit, in Fett gebackene, längliche Krapfen, die sie in heiße Schokolade tunkten oder in den „Barraquito“, eine Mischung aus Kondensmilch mit Espresso und zuweilen einem Schuss Likör. Südspanier bevorzugen frischen Orangensaft und Andalusier servieren dazu einfaches „Pan con aceite“, getoastetes Weißbrot mit Olivenöl und Salz. Portugiesischer Galão, ziemlich starker Milchkaffee, und Natas, kleine Küchlein aus Blätterteig mit leckerer Creme-Füllung, die einst von Mönchen erfunden wurden, haben sich in Deutschland längst etabliert. Und heute, wo wir quasi die ganze Welt zu Gast in Deutschland haben, „können wir wählen zwischen den Esskulturen fast aller Staaten,“ erläutert der Historiker Uwe Spiekermann von der Georg-August-Universität Göttingen.

In den siebziger Jahren wanderten aber auch Tiefkühlkost und Fertiggerichte mit Geschmacksverstärkern wie Natriumglutamat in deutsche Küchen. Und McDonald’s eröffnete 1971 in München seinen ersten europäischen Fast-food-Laden. Außerdem ging der Trend hin zur Selbstbedienung in Supermärkten. Die Waren konnten angefasst werden, das Auge aß nun mit. Durch aufwendige Verpackungen sahen sie immer attraktiver aus. Eine daraus resultierende Konsequenz war die zunehmende Relevanz von Markenidentitäten wie etwa der Kaffeemarke „Jacobs Krönung“, die nicht nur leckeren Kaffee versprach, sondern dazu noch ein Wohlfühlgefühl zum Frühstück.

Doch wer kann das in der Woche schon genießen? Der Italiener nimmt höchstens einen Latte macchiato, und der Franzose bevorzugt den Café au lait auf dem Weg ins Büro. Die französischen Croissants werden in Frankreich meist erst zum *petit déjeuner* gereicht, dem kleinen späten Frühstück oder Lunch-Ersatz. An Wochenenden oder Feiertagen starten die Franzosen auch mal nobler in den Tag, mit Champagner, Austern, Langusten, Baguette, Patés und einem üppigen Käse-Sortiment.

Die Briten nennen ein derart üppiges Morgenmahl „Brunch“. Im 19. Jahrhundert war der Brunch noch als Erfrischung nach dem Kirchgang oder auch nach der Jagd gedacht, bis die Amerikaner ihn um 1930 aufgriffen und daraus einen üppigen Start in den Tag nach 10 Uhr machten. So zog der Brunch um die Welt und landete schließlich auch in Deutschland, wo er wächst und gedeiht.

Das deutsche Tischlein deckt sich derweil unermüdlich weiter mit den Köstlichkeiten aus den Töpfen der Kulturen: Lachs aus Schweden, Kaviar aus Russland, Porridge und Häggis aus Großbritannien, süße Waffeln und Poffertjes (kleine Puffer) aus den Niederlanden, Blueberry Muffins oder Pancakes aus den Vereinigten Staaten – und seit den achtziger Jahren gibt es endlich auch Espresso-Maschinen in Deutschland.

1980 war außerdem das Gründungsjahr der Grünen. Erste Bioläden in der Stadt verkauften nachhaltig und artgerecht hergestellte Produkte. Im April 1982 erschien „Jane Fonda’s Workout“. Der Fitness-Hype riss die Deutschen aus den Sesseln und pushte sie in die Aerobic-Studios. Das Frühstück wurde zum Fitmacher mit mexikanischer Guacamole aus Avocado, Fruchtsäften und Ergänzungsmitteln aus Protein.

Die Neunziger spiegelten die Überflussgesellschaft im Westen und etwas gemäßigter erstmals auch im Osten. Essen wurde zum Statussymbol. Der Gesundheitsaspekt wurde noch wichtiger. Lebensmittel wurden jetzt designt, zum Beispiel zum *functional food*. Das heißt, die Nahrungsmittel werden um bestimmte Wirkstoffe angereichert, welche die Gesundheit fördern sollen. Als *functional food* gelten etwa Joghurts, die mit Bakterienkulturen angereichert wurden und dann als „probiotisch“ verkauft werden, oder Fruchtsäfte, die zusätzlich mit Vitaminen angereichert werden. Der Trend kommt aus Japan und Amerika, wo einige Produkte auch als „brain food“ oder „beauty food“ angepriesen werden. Die Wirkung ist fraglich.

Ab 1997 konnten die Hamburger „unterwegs frühstücken“ wie die New Yorker, denn „World Coffee“ ging an den Start und eröffnete damit die Coffee-to-go-Ära. „In Deutschland hat sich über die letzten 50 Jahre das Frühstück enorm pluralisiert; es unterliegt einem starken Effizienzdruck, alles muss schnell gehen, unkompliziert sein, transportierbar sein“, so Norman Aselmeyer und Veronika Settele vom interdisziplinären Arbeitskreis Gesundheit und Ernährung der freien Universität Berlin. Essen solle zu den Anforderungen des Alltags passen und bequem sein, *convenience food* also, und das beinhalte praktische Fertiggerichte auch beim Frühstück. Vielfältigkeit sei demnach eher das Lifestyle-Wochenendphänomen. „In Berlin ist ein orientalischer Brunch gerade ziemlich angesagt: Hummus (Kichererbsenmus), Halloumi (halbfester Käse aus Kuhmilch) und Simit (ringförmiges Hefeteiggebäck mit Körnern) anstatt Brot“, so Aselmeyer und Settele. Es werde wieder mehr auf Klasse statt Masse geachtet, auch beim Brunchen.

Die Deutschen sind und bleiben aber eine Frühstücksnation; 76 Prozent von ihnen frühstücken jeden Tag und immer mehr auch ganz bewusst: Sie legen Wert auf Lebensmittel, die sowohl fair als auch nachhaltig produziert werden, heißt es in der Nestlé-Zukunftsstudie. Spürbar wird das auch beim Angebot, denn es entstehen immer neue Trends, zum Beispiel „Superfoods“ oder „Clean Eating“.

Zurück nach Hamburg, ins Hotel Vier Jahreszeiten. Das Loué-Ei wird serviert. Seit 1958 werden die weißen, gelben und schwarzen Hühner von den Bauern in der Nähe von Le Mans in Freilandhaltung gehalten und mit ausgesuchtem Getreide gefüttert. Sie kommen aus einer geschützten geographischen Region, tragen ein rotes Label, das offizielle Label für die Königsklasse des französischen Geflügels, und jeder Eier-Karton ist numeriert. Das Fünf-Minuten-Loué-Ei schmeckt auch vorzüglich. Aber ein Unterschied zu gewöhnlichen Bio-Eiern ist nicht zu erkennen.

Das Eiweiß der Zukunft wird anders schmecken, weil wir Ressourcen schonen müssen. Es wird gerade am Lehrstuhl für Physiologie und Pathophysiologie der Ernährung der Universität Potsdam gezüchtet, und zwar von der Ernährungswissenschaftlerin Ina Henkel. Sie empfiehlt Mehlwürmer – in der Pfanne ohne Fett nur mit ein wenig Salz gebraten.

Aktuell im Kino

Ice Age 5

AACHEN: Cinekarree, Eden-Palast (OV)
AUGSBURG: CinemaxX (+OV), Thalia-Theater
BERLIN: Astor-Filmlounge, Astra-Filmpalast, Autokino, Blauer Stern, CinemaxX Potsdamer Platz, Cinemotion, Cineplex Alhambra (+OV), Cineplex Neukölln (+OV), Cineplex Spandau, CineStar Cubix, CineStar Hellersdorf, CineStar IMAX, CineStar Original (OV), CineStar Tegel, CineStar Treptower Park, Filmtheater am Friedrichshain, Kant Kino, Kino in der Kulturbrauerei, Kino Spreehöfe, SSF Autokino, Thalia, Toni, Titania Palast, UCI Kinowelt am Eastgate, UCI Kinowelt Colosseum (+OV), UCI Kinowelt Friedrichshain, UCI Kinowelt Gropius Passagen, Union-Filmtheater Friedrichshagen, Zoo-Palast, **BERNAU:** Filmpalast, **WILDAU:** CineStar, **POTSDAM:** UCI Kinowelt (+OV), Thalia Arthouse
BIELEFELD: CinemaxX, CineStar (+OV)
BOCHUM: Bofimax, UCI Kinowelt (+OV), Union-Kino
BONN: Kinopolis (+OV), Stern-Lichtspiele, Woki
BREMEN: CinemaxX, (+OV), Cinespace, CineStar Kristall Palast (+OV)
CHEMNITZ: CineStar am Roten Turm (+OV), Metropol
DARMSTADT: Festival, (OV), Helia, Kinopolis
DORTMUND: CineStar (+OV), Filmbühne zur Postkutsche
DRESDEN: CinemaxX, Neues Rundkino (+OV), Programmkino Ost, Schauburg, UCI Kino Elbe Park, UCI Kinowelt, UFA Kristall-Palast
DÜSSELDORF: CineStar (+OV), UCI Kinowelt (+OV), UFA Palast
ERLANGEN: CineStar (+OV)
ESSEN: Autokino, CinemaxX, Lichtburg (+OV)
FRANKFURT/MAIN: Autokino (+OV), CineStar, CineStar Metropolis (+OV), E-Kinos (+OV), Kinopolis (+OV)
GIESSEN: Kinopolis (+OV)
HALLE/SAALE: CinemaxX (+OV), Light Cinemax
HAMBURG: Blankeneser Kino, CinemaxX Dammtor (+OV), CinemaxX Harburg, CinemaxX Wandsbek, Hansa-Filmstudio, Koralle-Kino, Savoy (OV), UCI Kinowelt Mundsburg, UCI Kinowelt Othmarschen (+OV), UCI Wandsbek
HANNOVER: Astor Grand Cinema (+OV), CinemaxX Raschplatz (+OV)
JENA: CineStar (+OV)
KARLSRUHE: Filmpalast am ZKM (+OV), Kurbel, Schauburg (OV), Universum (+OV)
KASSEL: Cineplex, CineStar (+OV)
KIEL: CinemaxX (+OV), Metrokino im Schloßhof, Studio Filmtheater (+OV)
KOBLENZ: Apollo-Kinocenter, Kinopolis (+OV), Odeon-Kinocenter
KÖLN: Autokino, Cinedom, Cinenova, Metropolis (+OV), Residenz
LEIPZIG: Autokino Alte Messe, Cineplex, CineStar (+OV), Passage (+OV), Regina Palast (+OV), UCI Kinowelt Nova Eventis
MANNHEIM: CinemaxX (+OV), Cineplex Planken (+OV)
MÜNCHEN: Cadillac, Cinema (OV), Cincinati, CinemaxX, Gloria Palast, Kino Solln, Leopold, Mathäser (+OV), Münchner Freiheit, Museum (OV), Royal
MÜNSTER: Cineplex (+OV)
NÜRNBERG: Admiral, Cinema (+OV), Cinecitta (+OV)
ROSTOCK: CineStar Capitol (+OV), CineStar Lütten klein Rostock, Ostsee-Welten
SAARBRÜCKEN: CineStar (+OV), Passage-Kino, UT Kinocenter (+OV)
STUTTGART: CinemaxX an der Liderhalle (+OV), CinemaxX im SI Zentrum (+OV), Corso (OV), Gloria (OV), Metropol, UFA Palast
WÜRZBURG: CinemaxxX (+OV)
WUPPERTAL: CinemaxX

Ma Ma – Der Ursprung der Liebe

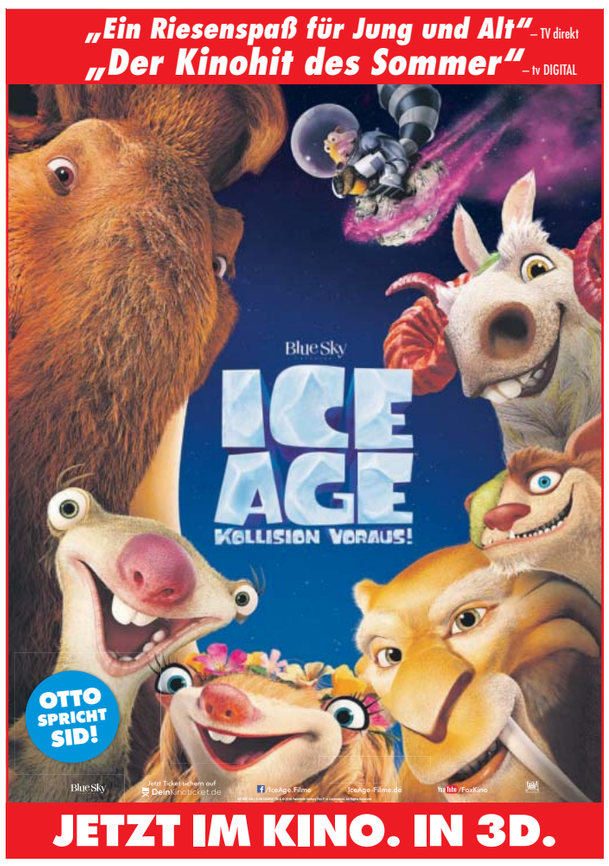
AUGSBURG: Savoy
BERLIN: Cinema Bundesallee, CinemaxX Potsdamer Platz, Eiszeit Kino, Filmkunst 66, Moviemento, Kino in der Kulturbrauerei
BIELEFELD: Lichtwerk
BONN: Kino in der Brotfabrik
BRAUNSCHWEIG: Universum Filmtheater
BREMEN: Atlantis Filmkunsttheater, Gondel Filmkunsttheater
DRESDEN: Schauburg
DÜSSELDORF: Bambi Filmstudio
ESSEN: Filmstudio Glückauf
FRANKFURT/MAIN: Cinema Kinos
FREIBURG IM BREISGAU: Cinema-Kinos
HAMBURG: Blankeneser Kino, Passage Kinos
HANNOVER: Kino am Raschplatz
KARLSRUHE: Schauburg
KIEL: Kommunales Kino in der Pumpe
KÖLN: Cinenova, Filmpalette
LEIPZIG: Passage Kinos
MAGDEBURG: ARTist!
MAINZ: Palatin
MANNHEIM: Atlantis
MÜNCHEN: Monopol Kinos, Theatiner Filmkunst,
NÜRNBERG: Metropolis
STUTTGART: Atelier am Bollwerk
WIESBADEN: Apollo Kinocenter
WUPPERTAL: Cinema Wuppertal

Nur wir drei gemeinsam

AACHEN: Apollo
AUGSBURG: Mephisto
BAMBERG: Lichtspiel
BERLIN: Cinema Paris, Filmtheater am Friedrichshain, Kino in der Kulturbauerei, Yorck
BIELEFELD: Lichtwerk
BOCHUM: Casablanca
BREMEN: Schauburg
DARMSTADT: Rex Kinos
DUISBURG: Filmforum
DÜSSELDORF: Atelier
ESSEN: Astra
FRANKFURT: Harmonie
FREIBURG: Kandelhof
GIESSEN: Kinocenter
HAMBURG: Holi, Zeise Kinos
KARLSRUHE: Schauburg
KASSEL: Bali
KONSTANZ: Scala
KÖLN: Weisshaus Kino
LEIPZIG: Passage
MANNHEIM: Cineplex
MÜNCHEN: Arri, Eldorado, Kino Solln, Theatiner Kino, Münchner Freiheit
NÜRNBERG: Cinecitta
OLDENBURG: Casablanca
REGENSBURG: Wintergarten
SEEFELD: Kino Breitwand
STUTTGART: Atelier am Bollwerk

Caracas, eine Liebe

AACHEN: Apollo
AUGSBURG: Thalia
BERLIN: Babylon Kreuzberg, Filmtheater am Friedrichshain, Hackesche Höfe, Kant Kinos, Kino in der Kulturbrauerei, Il Kino, Rollberg Kinos, Xenon
BOCHUM: Casablanca
BREMEN: Schauburg
DARMSTADT: Rex
DETMOLD: Filmwelt
DÜSSELDORF: Metropol
DRESDEN: Thalia (OmU)
ESSEN: Astra (auch OmU)
ESSLINGEN: Kommunales Kino
FRANKFURT: Orfeos Erben
FREIBURG: Friedrichsbau Apollo
HALLE (SAALE): Luchs Kino
HAMBURG: 3001 (OmU), Holi
HANNOVER: Kino im Raschplatz
KASSEL: Filmladen
KÖLN: Filmpalette (OmU), Turistarama
LEIPZIG: Passage Kinos
LIPPSTADT: Cinema Studiocenter
MAGDEBURG: Studiokino
MAINZ: Palatin
MÜNCHEN: Atelier/City, Breitwand Seefeld, Monopol, Studio Isabella
MÜNSTER: Cinema (auch OmU)
OLDENBURG: Casablanca
SAARBRÜCKEN: Filmhaus
STUTTGART: Delphi
TÜBINGEN: Atelier
ULM: Mephisto
WEIMAR: Lichthaus



Nr. 1 bei der Elite: Frankfurter Allgemeine.

Die Spitze der Gesellschaft ist in jeder Hinsicht eine entscheidende Zielgruppe für Ihre Kommunikation: Sie ist erfolgreich, genießt ihr Leben, bewegt Deutschland – und ist deshalb besonders wichtig für Werbungtreibende.

Mehr unter www.faz.media

Frankfurter Allgemeine MEDIA SOLUTIONS