

Zeitschrift: Schweizer Revue : die Zeitschrift für Auslandschweizer
Herausgeber: Auslandschweizer-Organisation
Band: 48 (2021)
Heft: 2

Artikel: Der Wasserschmecker
Autor: Peter, Theodora / Koch, Werner
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1052220>

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: 14.12.2025

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

Der Wasserschmecker

Für Kenner wie Werner Koch ist Wasser weit mehr als ein Durstlöscher. Der 57-jährige Gerontologe ist einer der ersten «Wasser-Sommeliers» der Schweiz.

INTERVIEW: THEODORA PETER

Werner Koch, wie schmeckt Wasser?

Leitungswasser, das wir zu Hause aus dem Hahnen zapfen, ist grundsätzlich geruchsneutral. Hingegen lassen sich bei Mineralwasser, das unbehandelt am Ort der Quelle in Flaschen gefüllt wird, die enthaltenen Mineralien herausschmecken: Natrium, Magnesium und Kalzium weisen einen Eigengeschmack auf. Hydrogencarbonat zum Beispiel hinterlässt sensorisch ein leicht pelziges Gefühl auf der Zunge, und es unterstützt die Verdauung. Eine Rolle für die «DNA» von Wasser spielt, durch welche Gesteinsschichten es geflossen war: So schmeckt kalkhaltiges Wasser aus dem Jura leicht nach Gips. Mineralwasser aus Granitvorkommen enthalten weniger herausgelöste Mineralien und schmecken für mich so, als hätte man gerade einen Felsen abgeleckt.

Leitungswasser ist in der Schweiz trinkbar. Weshalb also Mineralwasser kaufen?

Man sollte Leitungswasser nicht gegen Mineralwasser ausspielen. Beides hat seine Berechtigung. Wir haben in der Schweiz eine enorme Wasservielfalt und dürfen stolz sein, dass wir bedenkenlos jederzeit und überall Wasser aus einem Hahnen trinken können. Das ist im Vergleich zu vielen Ländern ein Privileg. Mineralwasser kann eine Abwechslung bieten zum alltäglichen Leitungswasser. So kann ein passendes Mineralwasser etwa den Genuss eines schweren Rotweins abrunden.

Schmeckt stilles Wasser besser als sprudelndes?

Die Kohlensäure ist eher für die sensorische Wahrnehmung des Wassers von Bedeutung. Was einem mehr zusagt, ist Geschmackssache. Viele Menschen bevorzugen nur leicht perlendes Wasser. Wasser mit mehr Kohlensäure ist – wie der Name schon sagt – säurehaltiger.

Empfehlen Sie temperiertes oder eiskaltes Wasser?

Auch das ist eine Frage der persönlichen Präferenz. Stilles Wasser zum Essen darf ruhig ein paar Grad wärmer sein als Mineralwasser mit Kohlensäure. Zur Erfrischung eignet sich kohlesäurehaltiges Wasser, das durchaus sehr kühl sein darf. Kalt sollte auch das Trinkwasser sein, dass man sich vom Hahnen in der Küche zapft. Nur wenige mögen lauwarmes Leitungswasser.

Wieviel Wasser sollte der Mensch täglich trinken?

Empfohlen sind mindestens 1,5 Liter Wasser oder 30 Milliliter pro Kilo Körpergewicht. Mit zunehmendem Alter verspürt man weniger Durst. In unserem Alterszentrum motivieren wir die Bewohnerinnen und Bewohner zum Trinken, indem wir Wasser mit Kräutern, Früchten oder Gemüse aromatisieren. Experimentieren lohnt sich – zum Beispiel mit der Zugabe von Stangensellerie, den man im Wasser ziehen lässt. Ganz toll ist die erfrischende Kombination von Basilikum mit Erdbeeren. Die Menschen mögen Abwechslung - und trinken dadurch mehr.

Hat sich Ihr Blick auf das wertvolle Gut Wasser verändert?

Ich gehe bewusster damit um und lasse den Wasserhahnen nie unnötig laufen. Wir sollten alles tun, dass auch zukünftige Generationen jederzeit und überall Zugang zum Naturprodukt Wasser haben. Immer frisch, immer natürlich. Denn Wasser ist Leben.



Werner Koch ist diplomierter Gerontologe und Leiter des Alterszentrums Stampfenbach in der Stadt Zürich. Den Lehrgang zum «Wasser-Sommelier» bei Gastrosuisse absolvierte er aus persönlichem Interesse. Nebst dem gekannten Degustieren von Mineralwasser fasziniert ihn die Vielfalt und Herkunft von Trinkwasser.