Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 75 (2004)

Heft: 6

Artikel: Fingerfood - wo Messer und Gabel am Tisch fehlen : essen mit den Fingern und allen Sinnen

Autor: Ritter, Erika

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-804440

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: 07.12.2025

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

Fingerfood – wo Messer und Gabel am Tisch fehlen

Essen mit den Fingern und allen Sinnen

Erika Ritter

Fingerfood ist in Asien weit verbreitet – und vielleicht bald auch in den Altersheimen. Die Aufmerksamkeit soll nicht einer zitternden Gabel oder einem Messer gehören. Das Essen kann wieder ein sinnlicher Genuss sein – Impressionen vom Fingerfood-Kurs.

«Iss aschtändig!» Wem tönt die elterliche Mahnung nicht mehr in den Ohren nach? «Nimm d Finger us em Täller!», wurde den Kindern früher eingetrichtert. Wer erinnert sich nicht mehr an den Schlag auf die Finger? Und jetzt soll das Essen mit blossen Händen nicht nur gestattet, sondern gar erwünscht sein? Heute heisst das Fingerfood. Doch was ist Fingerfood? Für die einen ist dies gleichbedeutend mit Pommes frites, Pizza und Hamburger. Andere bringen Fingerfood mit Früchten, rohem Gemüse, mit Sandwiches oder Schokolade in Verbindung. Die einen denken an die chinesische Küche, die andern an ein Stehbüffet.

«Das kanns ja nicht einfach sein ...», sinniert Kursleiter Daniel Keiser. An einem Seminar des Schweizerischen Verbandes für Spital-, Heim- und Gemeinschaftsgastronomie (SVG) bemühen sich die Kursteilnehmenden, den Begriff Fingerfood aus verschiedenen Blickwinkeln zu definieren.

«Worum geht es denn eigentlich bei Fingerfood? Klar, es geht ums Essen, sinnlich, unkompliziert, greifbar ... ums Essen mit Fingern, genau gesagt.»

«Mit Fingerfood können wir die Verpflegungssituation von dementen Pensionären verbessern», sagt Küchenchef Hugo Hofstetter.

Fotos: Robert Hansen

Löffel, Messer, Gabel

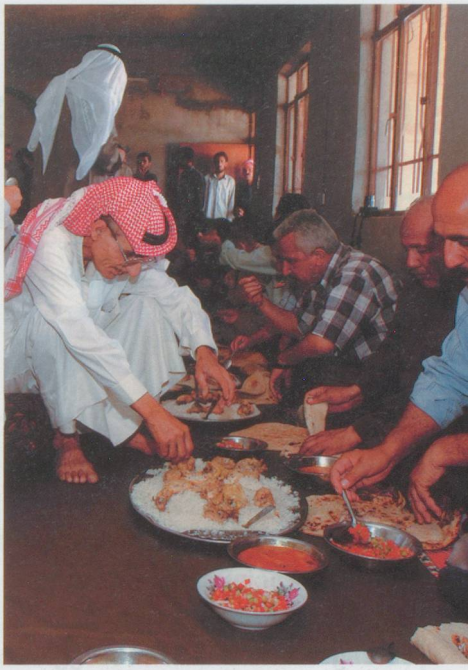
Warum essen wir mit Besteck? Warum sind Essgewohnheiten in Europa und beispielsweise Asien so unterschiedlich? Benimmregeln für das Verhalten bei Tisch entwickelten sich in Asien mit dem Aufkommen der Stäbchen vor rund 4000 Jahren. Europa hinkte hintennach: Erst im Mittelalter führte Karl der Grosse so genannte Tischsitten ein. Am Anfang gabs in Europa den Löffel – bestand doch die Nahrung hauptsächlich aus Suppe oder Brei. Später kam für die Zerkleinerung grösserer Stücke das Messer dazu.

Die Gabel schaffte den Einzug an den Esstisch als letztes Utensil, bezeugten doch gerade kirchliche Würdenträger keine grosse Freude am Metallgegenstand, der an den Dreizack der Götter erinnerte. So erhielt die Gabel in der Folge die vierte Zinke verordnet.

War es die zunehmend wärmere bis heisse Nahrung, die Hilfsmittel nötig machte? Hände ertragen im Durchschnitt eine Hitze von rund 35 Grad, der Mund aber bis 60 Grad. Oder waren es hygienische Überlegungen,

die zum Besteck greifen liessen – statt Fett unter den Fingernägeln hervorklauben zu müssen? Oder verlangte die vermehrt festere Nahrung nach einer technischen Zerkleinerung?
Noch heute wird im asiatischen Kulturraum vieles mit den Händen gegessen und das gemeinsame Essen aus dem Topf als Gesellschaftsform zelebriert. In Indien gibts viel Fladenbrot mit Zugaben. In Südamerika isst jeder, wann er Hunger hat: Tortillas, Fajitas, Tamales oder Burritos. «Feste Essenszeiten sind nicht gefragt», erzählt Kursleiter Daniel Keiser, der viel reist und sich für Esskulturen in anderen Ländern interessiert.
Im südlichen Europa, in Griechenland, in der Türkei, im Libanon sind die kleinen Häppchen beliebt, in Spanien die Tapas zum Wein, in Italien die Polentastreifen, Antipasti, Pizza, in Südfrankreich Fisch, Oliven, geröstetes Brot mit Kräutern – und alles wird mit den Fingern gegessen.
Wer in der Schweiz bei der Feldarbeit keine Zeit hatte, nach Hause zu gehen, der verpflegte sich aus dem Korb mit Brot, Käse, Wurst und Most. Daniel Keiser: «Wer ein Nahrungsmittel in die Hand nimmt, zum Mund führt und dann abbeisst, hat einen ganz anderen Genusswert.» Da ist diese Sinnlichkeit beim Essen, die mit der Erziehung zu Tischsitten gebrochen wurde.
«Dazu gehören das Licht, die Farben der Umgebung. Ist ein Raum mit Dekorationen überladen? Wird im Freien gegessen? All diese Überlegungen sollten in der Gastronomie die Experimentierfreudigkeit fördern. Ja, und auch der Geruch. Die Sinne sollen helfen, sich eine Meinung zu bilden, ohne Angst vor schmutzigen Fingern.»

Im asiatischen Raum – wie hier im Nordirak – ist das essen mit den Händen weit verbreitet und gehört zur Tradition.



Fingerfood im Heim?

Und wenn die alten Hände immer mehr zittern, das Besteck die Nahrung nur schwer zum Mund führen kann. Früher ist alles gelungen, und jetzt gehts nicht mehr. Der kognitive Zerfall lässt sich selber diagnostizieren und schmerzt die Betroffenen. Vor allem betagte oder an Demenz erkrankte Menschen leben bei der Nahrungsaufnahme zunehmend mit Unsicherheiten und Unzulänglichkeiten. Sie möchten aber nicht ausgelacht werden: Fingerfood erlaubt, eine gewisse Selbständigkeit zu wahren. Gerade in Zusammenarbeit mit der Physiotherapie ist vieles möglich.
«Betagte Menschen lieben Gerichte, die ihnen von früher her vertraut sind. Aus vielen Teigspeisen lassen sich Kroketten formen, die frittiert werden. Wärmeplatten auf den Tischen halten die Speisen angenehm warm. Fingerfood kann viele Varianten haben und hilft, die Nahrungsaufnahme auch bei Unzulänglichkeiten wieder zum sinnlichen Erlebnis werden zu lassen», erläutert Daniel Keiser.

Was sagt der Küchenchef?

Hugo Hofstetter, Küchenchef der Senioren-Residenz «Am Schärme» in Sarnen hat den SVG-Kurs besucht und macht sich seine Gedanken: «Mit Fingerfood können wir die Verpflegungssituation von dementen Pensionären verbessern. An ein Stehbuffet ist allerdings nicht gedacht, auch nicht an Hamburger und Frites. Fingerfood muss ernährungstechnisch stimmen», gibt der Fachmann zu bedenken. «Das Angebot ist gross, wenn wir uns überlegen, dass selbst eine Berner Platte oder Älplermagronen als Fingerfoood zubereitet werden können. Beides lässt sich in kleinen Portionen auf den Tisch bringen. Gemüse und Fleisch werden in mundgerechte Streifen geschnitten. Älplermagronen mit einer Béchamel-Sauce und Käse leicht überbacken, abkühlen lassen, die nun feste Masse in Streifen schneiden und vor dem Servieren fertig backen», so sein Tipp. «Fingerfood macht Spass bei der Zubereitung und bildet für das Küchenteam eine Herausforderung. Nur bitte ohne Zahnstocher, es darf keine Verletzungsgefahr bestehen.» *(rr)*

Zwischen Skepsis und Verständnis

Wie reagieren Angehörige, wenn Löffel, Gabel, Messer weggelegt werden? «Also, so lange es noch mit dem Löffel geht, ist uns das schon lieber», ist eine der Reaktionen. «Wenn ich mir überlege, dass Demenz immer mehr einen Schritt zurück in die Kindheit bedeutet, dann ist das Essen mit den Fingern eigentlich logisch. Aber akzeptieren kann dies wohl nur, wer über Demenz und Alzheimer Bescheid weiss», gibt jemand zur Antwort. «Aber bitte nicht einfach nur Schinkengipfeli oder Pommes frites hinstellen. Die Küche sollte sich dann auch etwas einfallen lassen und trotzdem auf die Hygienevorschriften achten», gibt jemand zu bedenken.
(Aussagen eingeholt an einem Seminar für Angehörige.) *(rr)*