

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 137 (2011)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Aphoristiaka : orthorektische Einsichten  
**Autor:** Uhlenbruck, Gerhard  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-903355>

#### 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:** 13.01.2026

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

# Ein Fall von Hunde-Orthorexie

HANSKARL HOERNING

**K**ennen Sie noch das alte Kinderlied vom Mops, der in die Küche kam und dem Koch ein Ei stahl? Haben Sie auch schon über den Widerspruch nachgedacht, dass Hunde nun wirklich nicht scharf auf Eier sind und sich hüten würden, welche zu klauen?

Wenn es denn wenigstens ein Knochen zum Abnagen gewesen wäre – aber Eier? Es muss sich hier eindeutig um einen Fall von zwanghaftem Gesund-Essen-Wollen, also um eine Fressstörung gehandelt haben. Die lässt sich aber nicht beseitigen, indem man den armen Hund mittels einer Kelle entzwei-, oder in einer noch inhumaneren Version mittels eines Löffels zu Brei schlägt.

Kein Wunder, wenn die anderen Möpse für den ermordeten Artgenossen die Erde aufwühlten, ihm ein Grab gruben und dann noch für die von der Hundesteuer abgesetzte Summe einen teuren Grabstein setzten, dessen Inschrift besagte, dass ein Mops in die Küche kam, dem Koch ein Ei stahl und dergestalt zu einer Endlosschleife ausartete. Das ist nicht kindlich, das ist kindisch.

Ich finde daher die Neuschöpfung eines weisen Mannes für angebracht, die nicht nur die



VLADIMIR KAZANEVSKY

Ihr Köche solltet kochen,  
statt Hunde tot zu haun,  
sonst werden euch die Möpse  
nicht nur die Eier klaun.

Nun gibt es noch eine weitere Abwandlung des Kinderliedes, die aktuell sein dürfte und wohl am ehesten einer (von wem auch immer) angedachten Gesundheitsreform entgegenkommt, und die geht so:

Ein Huhn kam in die Küche  
und legte dort ein Ei.  
Da nahm der Koch das Messer  
und schlug das Huhn entzwei.

Er kochte draus 'ne Brühe,  
weil die bekömmlich sei,  
dann quirlte er als Krönung  
hinein das Hühnerei.

Da kamen die anderen Köche,  
von Schubeck angeführt,  
und kochten um die Wette,  
was vieler Neid geschrürt.

Als «Kochkunst» ward's gehuldigt,  
das Fernsehn live dabei.  
Was letztlich dabei rauskam,  
war nichts als Fresserei.

## Aphoristiaka

### Othorektische Einsichten

Orthorexie: In einem gesunden Körper – nur gesundes Essen.

Orthorexia nervosa: Beim zwanghaften Gesund-Essen-Müssen wird der Nähr-Wert zum Mehr-Wert.

Früher prägte die Religion unseren Lebensstil, heute ist der Lebensstil unsere Religion.

Seine Nahrung ergänzte er durch Mineralzufuhr täglich – bis sein Urin einem Mineralwasser glich.

Geronto-Doping: Im Alter ohne gesunde Nahrung – dann ist man auch nicht mehr fähig zur Paarung!

Die Wirkung der Vitamine wird falsch interpretiert, wenn man sie als vita minima deklariert.

Mit dem Geigerzähler in der Hand, geht man auf Nahrungssuche demnächst durchs Land!

Schädliches in Nahrungsmitteln? Ach, das ist doch der ewige Streit mit den ewigen Abstreitern – !

Etikettenschwindel: Vertrauen ist gut, Misstrauen besser. Kein Eisen im Spinat – da hatte man den Salat!

Epigenetik, das ist auch die Vererbung nutritiv erworbener Eigenschaften: Haben die

Eltern schon zu viel gegessen, sind die Kinder schon früh verfressen.

Epigenetik ist auch eine Ethik: Eltern fasten für ihre Kinder!

Es wäre heilsam, wenn wir von einigen Nahrungsmitteln geheilt wären, um durch andere geheilt zu werden.

Im Übrigen: Für mein gesundes Essverhalten gehe ich durch dick und dünn!

GERHARD UHLENBRUCK