

Zeitschrift:	Schweizerisches Archiv für Volkskunde = Archives suisses des traditions populaires
Herausgeber:	Empirische Kulturwissenschaft Schweiz
Band:	101 (2005)
Heft:	1
Artikel:	Ist Essen Heimat? : das Beibehalten und das Verändern von Koch- und Essgewohnheiten in der Migration
Autor:	Bauer, Theres
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-118178

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: 09.12.2025

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

Ist Essen Heimat?

Das Beibehalten und das Verändern von Koch- und Essgewohnheiten in der Migration¹

Theres Bauer

Abstract

Es gibt wenige sozialwissenschaftliche Studien, die sich mit dem Ernährungsverhalten der Migranten und Migrantinnen in Europa befassen. In diesem Artikel, der auf einer ernährungsethnologischen Feldforschung im Kreis 4 in Zürich beruht, wird zuerst auf die zentrale Verbindung zwischen Identität und Nahrungsaufnahme hingewiesen. Diese enge Verknüpfung ist ein Grund, warum die Ernährung als Forschungsthema sich sehr gut dazu eignet, Identifikationsprozesse genauer zu betrachten. Im Zentrum des Artikels steht die Ess- und Kochbiografie einer Mutter mit Migrationshintergrund. Dieses Fallbeispiel zeigt, wie Migrantinnen die eigene Küche als autonomen Handlungsort erfahren und kreativ nutzen. Das Vermischen von traditionellen und neu dazu gekommenen Speisen widerspiegelt den Lebensstil des Hin- und Herpendelns zwischen Herkunfts- und Immigrationsland vieler Migrantinnen.

«Was der Bauer nicht kennt, isst er nicht.»

Die Zubereitung und das Verspeisen der Alltagskost rückte mit wenigen Ausnahmen wie zum Beispiel bei der Ethnologin Audrey Richards² erst in den letzten Jahren ins Zentrum des sozialwissenschaftlichen Forschungsinteresses. Die Gründe dazu sind verschieden:³ Das Kochen und die Ernährung als weiblicher häuslicher Bereich und als Alltagsthema galten lange Zeit als kein geeignetes wissenschaftliches Karrierethema. Die Enttabuisierung der Sexualität ermöglichte ein freieres Erforschen der Ernährung, bei der oft symbolisch sexuelle Aktivitäten mitgedacht werden.⁴ Aktuelle gesellschaftliche Ernährungsdebatten wie genmanipulierte Nahrung, Lebensmittelskandale, Tierschutz förderten die wissenschaftliche Neugier.

Die marginalisierte Bedeutung der sozialwissenschaftlichen Ernährungsforschung zeigt sich auch in der geringen Anzahl von Studien, welche sich mit dem Ernährungsverhalten der Migranten und Migrantinnen in Europa befassen.⁵ Dabei eignet sich das Essen aufgrund seiner engen Verknüpfung mit allen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens⁶, Prozesse des Wandels und das Weiterbestehen der Tradition genauer zu untersuchen. Zudem ist die Nahrungsauswahl eng mit unserer individuellen und kollektiven Identität verbunden. Claude Fischler (1988) weist darauf hin, dass der Mensch als Allesfresser ein anpassungsfähiges Lebewesen sei⁷, welches aus den vielfältigen Nahrungsmöglichkeiten auswählen müsse. Einerseits brauche er ein Minimum an Nahrungsvielfalt, um die nötigen Proteine, Kohlehydrate, Vitamine, Mineralien, usw. zu sich zu nehmen. Andererseits müsse sein Essverhalten misstrauisch, vorsichtig und konservativ sein, da jede neue Speise eine potentielle Gefahr in sich berge. Diese Spannung zwischen «neophobia» (Vorsicht, Angst vor Unbekanntem, Widerstand gegenüber Essveränderungen) und «neophilia» (Lust des Erforschens, das Bedürfnis nach Wandel, Verschiedenheit und

Neuem) bezeichnet Fischler als das Paradox des Allesfressers. Nach Fischler ist die Angst vor neuer Nahrung eng mit der Einverleibung der Speisen verbunden. Bei dieser Einverleibung werde das Essen über die Grenze zwischen der Welt und dem Selbst, zwischen dem Aussen und Innen unseres Körpers geschoben. Diese Handlung habe irreversible Konsequenzen. Die Einverleibung geschehe sowohl auf einer individuellen als auch kollektiven Ebene. Einerseits werde der Mensch zu dem, was er sich einverleibe.⁸ Andererseits werde er bei dieser Vereinigung auch in ein kulinarisches System aufgenommen, welches nach Douglas (1966) einen Teil einer Weltsicht, einer Kosmologie darstelle. Das Ernährungssystem sei deshalb eng mit der kollektiven und individuellen Identität verknüpft.

Während frühere Sozialwissenschaftler/-innen die Identität als einen bleibenden Zustand betrachtet haben, der durch die Enkulturation in der Kindheit und Jugendzeit ausgebildet wurde, spricht Stuart Hall (1994) als postmoderner Sozialwissenschaftler von Identifikationen. Menschen identifizieren sich im Laufe ihres Lebens mit einer Vielfalt von Identitäten, welche sehr wohl auch widersprüchlich sein können. In diesem lebenslangen Identifikationsprozess spielt nach Hall die Differenz eine grössere Rolle als die Zugehörigkeit. Auf die Ernährung bezogen geht es also darum, etwas anderes als die Anderen zu essen.⁹ Die Ernährung hat nicht nur bei Fischler (1988) und Douglas (1966, 1984, 1997), sondern auch bei Bourdieu (1982) eine wichtige identitätsstiftende, kategorisierende und abgrenzende Funktion, welche als Code innerhalb einer Gesellschaft verstanden wird. Abwertende Bezeichnungen wie Spaghetti- oder Knoblauchfresser oder auch die Diskussion um das geschächtete Fleisch sind Beispiele aus unserem eigenen Alltag.

Die wenigen Forschungen, welche sich mit der Ernährung in der Migrationssituation beschäftigen, betonen den Geschmackskonservatismus des Menschen. So meint Calvo (1982), dass in der Assimilation die Ernährung als Letztes, also nach der Bekleidung und Sprache, aufgegeben wird. Braun (1970) und Narman (1978) weisen darauf hin, dass Migrant/-innen nur unter dem Druck der erzwungenen anderen Lebensweise als Industriearbeiter/-innen ihre Nahrungsgewohnheiten veränderten.

In meiner eigenen ernährungsethnologischen Feldforschung mit Migrantinnen aus dem Zürcher Kreis 4 erhielt ich nie den Eindruck, dass die Familienfrauen nur unter Zwang ihre Koch- und Ernährungsweise veränderten. Während die Migrantinnen in ihrem Arbeits- und Wohnbereich über wenig Handlungsspielraum verfügen, wird das Kochen meist kreativ genutzt. Das Kochen und Essen entpuppte sich als Ort des autonomen Handelns. Ein Grund dieser unterschiedlichen Resultate von Braun (1970) und Narman (1978) und meiner Studie mag darin liegen, dass beide Forscher auch alleinstehende Migrant/-innen befragten, die herausgerissen aus einem Familienverbund in Arbeiterunterkünften lebten. Zudem beruhen beide Forschungen auf einem Assimilationsmodell, in dem eine Identität zugunsten einer neuen Identität aufgegeben wird. In meiner Forschung ging ich davon aus, dass Migrant/-innen in einer «Zwischenwelt» (Hettlage 1984) leben. Diese «Zwischenwelt» ermöglicht es dem/der Migrant/-in, das Ausbalancieren zwischen den

beiden Kulturen als Denk- und Handlungsprozess zu sehen, mit dem er oder sie sich identifizieren kann.

Ausgehend von Sadberes Ess- und Kochbiografie werde ich erläutern, welche Rolle das Essen in diesem Balanceakt zwischen zwei Identitäten spielt und welche Faktoren Migrantinnen dazu bewegen, ihre Koch- und Essgewohnheiten beizubehalten oder zu verändern.

Die Koch- und Essbiografie von Sadbere

Aus dem Interview mit Sadbere¹⁰ werden diejenigen Stellen zitiert, die gut aufzeigen, welche Lebensereignisse ihr Esssystem prägen. Aus Sadberes Erzählung wird klar, wie sie selber auf neue Lebensveränderungen reagiert, wie die Migration ein grosser Einschnitt in ihrem Leben bleibt, wie sie zwischen den beiden kulturellen Zugehörigkeiten ausbalanciert und welche Bedeutung das Kochen und Essen in diesem Identifikationsprozess hat. Wir sehen nicht nur die äusseren Einflüsse, die auf Sadberes Leben wirken, sondern auch Sadbere¹¹ als Akteurin, die immer wieder individuelle Entscheidungen fällt.

Sadberes Kindheit

Sadbere wächst auf einem Bauernhof in einer Grossfamilie auf: sechs Erwachsene und acht Kinder. Die Familie versorgt sich selber. Ab und zu kauft man Seife, Zucker, Reis oder Bonbons (davon gab es eine Sorte) in einem Dorfladen. Das Mehl wird selber gemahlen. Bis zum Herbst werden alle Wintervorräte eingebracht: z. B. Kohl, grüne Tomaten im Salzwasser, Ajwar. Das Fleisch wird pasteurisiert. Der Grossvater verwaltet das Geld und ist dagegen, dass man einen Kühlschrank kauft. In der Familie wird mit einem Metalllöffel (die Grossmutter ass in Sadberes Erinnerung noch lange mit einem Holzlöffel) aus einer Schüssel gegessen. Als Kind hat Sadbere gern gegessen, weil es ihr von ihrer Mutter serviert wurde. Sadbere erzählt:

«Ja, ich habe gerne gegessen, weil es mir serviert wurde. Ich musste essen. Wir durften nicht in die Schule gehen, ohne etwas zu essen. Die Mutter hat für uns gesorgt. Alle mussten zuerst frühstücken, dann Schule, dann, wenn du mit der Schule fertig warst, dann bist du nach Hause gekommen. Die Mutter war immer zu Hause. Sie hat zu Hause gearbeitet. Das Mittagessen war vorbereitet, sogar serviert. Meine Mutter war schon speziell. Sie hat viel für uns gemacht. Sie hat nie gesagt: ‹Ich habe keine Zeit.› Ich kenne dieses Wort von ihr nicht. Ja, und dann das Abendessen. Das ist ja eine schöne Lebenseinstellung. Wenn du in einer grossen Familie lebst, dann wird Mittag gegessen, Abend gegessen. Dreimal im Tag. Jeden Tag. Und viel Teig. Wir essen ja viel Teig. Diese speziellen Pizzas. Die sind gut. Mit Gemüse drin. Salat und Dessert. Es gibt natürlich nicht so viel wie in einer grossen Stadt zu kaufen.»

Es gibt einen spezifischen Grund, warum Sadbere erzählt, dass sie als Kind gern gegessen hat. Als wir unser Gespräch beginnen, da sagt sie mir als Erstes: «*Ich bin kein Fressmensch. Ich habe keine besondere Freude am Essen. Ich kuche auch nicht besonders gerne.*» Am Schluss des Gesprächs erzählt sie mir von ihrer Mutter, die sie

in den Frühlingsferien in Mazedonien besucht habe. Die Mutter habe sie verwöhnt und jeden Tag gefragt, was sie zum Frühstück, zum Mittag- und Abendessen kochen solle. Sadbere genoss das sehr. Sie habe bei ihrer Mutter gut geschlafen, gern gegessen und habe ihren Mann und ihre Kinder nicht vermisst. Sie erzählt mir, wie schwer es ihr gefallen sei, in die Schweiz zurückzukehren. Nach der Heimkehr habe sie es kaum an einem Ort ausgehalten und konnte kaum noch Deutsch sprechen. Es sei auch nach 18 Jahren schwer an einem anderen Ort zu leben. Weg von der Mutter und der Herkunft. Es sei, als ob ein Stück Leben in ihr abgeschnitten werde. Dies sei oft ein unerträglicher Schmerz und dagegen helfe nur das Vergessen.

Die ersten Esserfahrungen werden von der Mutter und der Familie geprägt.¹² Die Migration trennt Menschen von Mutters Küche, welche in sich ein Universum darstellt. Wie Menschen mit dieser Trennung umgehen, das ist individuell. Sadbere reagiert darauf mit Appetitlosigkeit und Kochunlust. Wie wir später erfahren, verändert sich dies an Ramadan. Dann hat Sadbere Lust zu kochen und zu essen. Das «Essen wie bei Mutter» ist stark symbolisch besetzt. Das zeigen zum Beispiel Briefe gefallener deutscher Soldaten in Stalingrad. In diesen Briefen kommt das Wort «Kuchen» auffallend oft vor.¹³ Die Sehnsucht nach Mutters Kuchen symbolisiert offenbar in der deutschen Esskultur familiäre Geborgenheit, Ganzheit, Verbindung und Unversehrtheit. Welche Speisen eng mit dieser kindlichen Mutterbeziehung verbunden sind, hat in einer traditionellen und nicht vollständig fragmentierten Gesellschaft eine überfamiliäre Bedeutung. Mutters Kuchen bedeutet für die deutsche Männergeneration des 2. Weltkriegs dasselbe, sonst hätten die Soldaten kaum so oft dieses Wort in den Briefen benutzt.¹⁴ Migrieren Menschen in ein anderes Land, leben sie meist getrennt von ihrer Mutter und Herkunftsfamilie. Der Geruch und Geschmack des mütterlichen Essens hat, ähnlich der Sprache, der Kleidung und der Musik für viele Migranten/-innen die Funktion einer Brücke zur Vergangenheit, zur Kindheit, zur verlassenen Heimat. Insofern kann das Essen, wie man es in der Kindheit erlebt hat, Heimat sein.

Sadberes erster bewusster Esswandel

Sadbere heiratet in jungen Jahren und zieht in den Haushalt der Schwiegermutter. Sie erzählt:

«Im gleichen Dorf. Die Schwiegermutter, die sich ums Essen gekümmert hat. Ich habe gehört, jetzt im Kosovo ist es ein bisschen anders. Wenn eine junge Frau ins Haus kommt, dann muss sie auch gewisse Kochaufgaben übernehmen. Ich weiß nicht. In unserer Gegend war man ein junges Mitglied in der Familie und man kennt sich nicht gut aus und man gibt ihr Zeit. Und das finde ich sehr schön. Denn sonst wäre ich verloren gewesen. Ich hatte bei meiner Mutter nie gekocht und wie sollte ich in einer neuen Familie kochen, die noch größer war und alle wissen, wieviel Salz in dieser Familie benutzt wird. Das ist in jeder Familie verschieden. Die einen Leute essen viel Salz, die anderen wenig Salz. Nein, ich musste nie kochen.»

Sadbere wird schon vor der Migration mit anderen Esssitten konfrontiert. Mit der Heirat kommt sie in einen anderen Haushalt, in dem auch anders gekocht wird. Auch wenn diese andere Kochweise vor allem darin besteht, dass das Essen ver-

schieden gesalzen wird. Sadbere kann sich anpassen oder Einfluss auf die Essgewohnheiten nehmen. Über die nach der Heirat veränderte Lebens- und Esssituation erzählen auch andere interviewte Frauen. Lele wächst zum Beispiel ebenfalls als Kind in Mazedonien auf und zieht bei der Heirat in das kosovarische Dorf ihres Mannes. Während sie als Kind in einer politisch und religiös liberalen Kleinfamilie aufgewachsen ist, wird sie im Kosovo von einer Grossfamilie aufgenommen, die eng mit der Tradition verbunden ist. Für das Kochen, den Haushalt und die weiblichen Arbeiten in der Landwirtschaft sind die Schwiegermutter, drei Schwägerinnen und sie zuständig. In dieser traditionell lebenden Familie ist es üblich, dass zuerst die Männer und erst dann die Kinder und Frauen essen. Lele ist sich dies aus ihrer Kindheit nicht gewohnt und sie kocht für ihre beiden Kinder meist zuerst eine Suppe. Sie versucht die Schwägerinnen davon zu überzeugen, dass es sinnvoller sei, die hungrigen Kinder zuerst mit dem Essen zu beruhigen und erst dann die Männer zu bedienen. Sie setzt sich auch dafür ein, dass die Männer selber die kleinen schweren Tische in den dritten Stock hinauftragen, damit diese Arbeit nicht wie bis anhin von den Frauen verrichtet werden muss. Auch Maria erzählt mir, dass sie bei der Heirat mit anderen Essbräuchen konfrontiert worden sei. Sie selber sei in Sri Lanka katholisch aufgewachsen und ihr Mann sei Hindu. Das habe aber nie zu Problemen geführt, meint sie.

Die drei beschriebenen Beispiele zeigen, dass die Essgewohnheiten schon vor der Migration kein fixes System sind. Sie wandeln sich aufgrund der Heirat, aber ebenfalls aufgrund des veränderten Lebensmittelmarktes oder durch eine veränderte Koch- und Haltbarkeitstechnologie wie z. B. Kühlschrank oder Tiefkühltruhe, Gas- oder Elektroherd.

Sadberes eigenständiges Kochen

Sadbere migriert im Alter von 22 Jahren mit ihrem Mann und den beiden Kindern in die Schweiz. Sie lebt zuerst ein Jahr lang in einer Unterkunft für Asyl Suchende. Sadbere erzählt:

«Als Asylbewerber, da lebst du sechs Monate in einem Heim, wo es verschiedene Nationen gibt und alle das gleiche Schicksal haben. Wir haben eigentlich nicht nur sechs Monate, sondern ein Jahr in einem solchen Heim gewohnt. Mit einer gemeinsamen Küche und einem öffentlichen Raum und einem Zimmer zum Schlafen. Ja, für mich war das sehr gut. Ich habe so einen grossen Rahmen gebraucht, um mit Menschen Kontakt zu haben. Wir haben nicht alle zusammen gegessen. Aber wer wollte. Es gab viele Tische, und dann sass man dort. Das war sehr schön. (...) Jeder hat für sich gekocht. Zwei, drei Familien, die gut miteinander auskamen, kochten manchmal zusammen. Ich habe viel mit Libanesen zusammen gekocht. Es hatte damals sehr viele Libanesen gehabt. Aus dem Iran. Ich war irgendwie in eine libanesische Gesellschaft hineingekommen, und ich war viel mit denen zusammen und wir haben auch viel gekocht. (...) Und dann habe ich Brot gebacken. Ich habe das dann gelernt. Ich wusste dies. Ich habe ja so viele Male gesehen, wie das meine Mutter gemacht hat. Ich habe es ausprobiert und habe das sehr schnell gelernt. Während dieser Zeit im Heim habe ich sehr viele Sachen gemacht, auch Albanisches. Wir waren alles Ausländer da und wir kannten die Schweizer Küche nicht. Da habe ich Brot gebacken, und die Libanesen machen ja eine andere Art von Brot, ein Fladenbrot, und wir machen das Brot mit Hefe, und wir machen auch Zopf, aber nicht als Zopf, sondern kleinere Brötchen. Auch Pite, mindestens dreimal in der Woche. Das haben wir sehr gerne gegessen.»

Sadbere fühlt sich in der Unterkunft für Asyl Suchende aufgehoben und schätzt die vielen Kontakte mit Menschen, die in derselben Situation leben. Dadurch kommt sie auch in Kontakt mit anderen Essgewohnheiten. Sie mag das. Sadbere kocht in der Unterkunft für Asyl Suchende zum ersten Mal allein und sie kocht aus der Erinnerung. Durch das tägliche Zuschauen und Mithelfen kann sie sich an die verschiedenen Handgriffe ihrer Mutter erinnern, ohne dass sie im (schwieger-)elterlichen Haushalt eigenständig gekocht hat.

Die meisten interviewten Frauen haben als junge Mädchen kochen gelernt, zum Teil schon im Alter von vier oder fünf Jahren. Das Kochen ist ein Handwerk, welches traditionell meist informell von der Mutter oder Grossmutter an die Tochter oder Enkelin weitergegeben wird. Innerhalb dieser «embodied apprenticeship»¹⁵ werden praktische Handgriffe verinnerlicht. Das Kneten eines Brotteiges oder das Schneiden einer Zwiebel ist eine rhythmische körperliche Tätigkeit, bei der manchmal nicht nur die Hand oder der Arm, sondern der ganze Körper bewegt wird. Beim Weitergeben des Kochhandwerks spielen Erinnerungen an das Aussehen der Speisen, an den Geruch und den Geschmack, an die Erfahrungen und an die Techniken, welche nur teilweise sprachlich weitergegeben werden können und durch geschriebene Rezepte, welche die Erinnerung unterstützen werden, eine Rolle. Nach Sutton (2001) ist die Art und Weise, wie das Kochen erlernt wird, wichtig für den Erinnerungsprozess und für die Reproduktion und Innovation der Ess- und Kochvergangenheit. Eine wichtige Schlüsselqualifikation beim informellen Lernen ist das Zuschauen. Viele Gesprächspartnerinnen erzählen, wie sie über das Zuschauen hier in der Schweiz neue Kochweisen kennenlernen und diese in ihr Kochrepertoire integrieren.

Das Kochen als verinnerlichtes Handwerk ist ein wichtiger Faktor, warum die Koch- und Essgewohnheiten beibehalten werden. Warum sollten die Migrantinnen ihre kostbare Zeit zusätzlich mit dem Erlernen eines neuen Kochrepertoires verschwenden, wenn das Kochen der traditionellen Speisen leicht von der Hand geht? Zudem fühlen sich viele Gesprächspartnerinnen über das Kochen mit ihrer Mutter oder Grossmutter verbunden. Sie berichten, wie sie ihre Mutter oder Grossmutter telefonisch um Rat fragen, wenn sie sich bei einer Speisezubereitung unsicher fühlen.

Sadbere in der Kleinfamilie – als Mutter, Hausfrau und Mediatorin

Sadberes Familie zieht von der Unterkunft für Asyl Suchende in eine kleine Wohnung. Sadbere hat schnell Deutsch gelernt und übersetzt für Albanisch sprechende Migranten/-innen.

«Ich habe eigentlich nie voll gearbeitet. Ich habe eigentlich sofort angefangen – nachdem ich merkte, dass ich relativ gut Deutsch konnte und den anderen helfen konnte –, da habe ich schon im Heim für andere begonnen zu übersetzen. Es gab auch noch andere albanische Familien. Und so habe ich gelernt. Und ich habe gemerkt, das ist eine gute Sache, und ich mach das gut und ich mach das gerne. Und so habe ich Kurse besucht. Und ich habe mich im Sprachbereich weitergebildet. Und ich habe gedolmetscht. Wie sage ich es am besten? Irgendwie ist es mir gelungen. Ja, und dann habe ich gekocht. Für die Kinder gekocht. Ich hatte am Anfang nicht so viele Übersetzungen. Zwei

oder drei in der Woche. Vier sind es geworden. Ich konnte ja auch nicht mehr. Die Kinder waren ja auch zu Hause. Lange Zeit habe ich das Brot selber gemacht. Sieben Jahre habe ich immer selber das Brot gemacht. Es hat mir geschmeckt. Ich hatte noch nicht den Geschmack von Gipfeli. Ich habe sie gesehen. Aber ich dachte: «Was sind das für Sachen?» Lange Zeit habe ich sie auch nicht probiert. Ich habe von meinen Kochkünsten gelebt.»

Durch die Übersetzungsarbeit erhält Sadbere Kontakt zu Schweizerinnen, und sie erzählt:

«Und nachdem ich mehr gearbeitet habe, da bin ich auch mehr mit Schweizerinnen in Kontakt gekommen. Und so hat es mich auch interessiert. Gipfeli isst man eher zum Kaffee. Schmeckt gut. Ist eher Blätterteig. Müesli und Dessert. Bei uns macht man ja ganz andere Dessert. Bei uns sind es schwere Gebäcke. Und ich dachte, warum nicht? Schneller und leichter.»

Sadbere lernt dank ihrer guten Deutschkenntnisse und über Arbeitskontakte das Schweizer Essen kennen. Sie probiert es aus, und diejenigen Speisen, die ihr schmecken und sogar noch leichter und schneller zuzubereiten sind, integriert sie in ihr Kochsystem. Auch die anderen Frauen erzählen von solchen Inspirationsquellen, sei dies in Form von Fernsehsendungen, Rezeptvorschlägen auf Lebensmittelpackungen oder Gesprächen mit Nachbarinnen. Oft waren es auch Arbeitskontakte im Gastgewerbe. Oder die Kinder wünschten sich ein bestimmtes Essen, das sie in der Schule oder bei anderen Kindern kennengelernt haben. Entscheidend ist dabei, dass die Frauen in irgendeiner Form in Kontakt mit dem neuen Wohnumfeld kommen. In den Gesprächen mit den Migrantinnen erlebte ich diese Lern- und Anpassungsfähigkeit¹⁶ nicht als Assimilationsdruck, sondern als Antwort auf die bestehenden sozialen und kulturellen Verhältnisse im Immigrationsland. In diesem Prozess spielt die Neugier auf Unbekanntes und das Integrieren von ungewohnten Speisen in das bestehende Kochrepertoire eine wichtige Rolle. Diese Anpassung führt nicht den vollständigen Verlust der bestehenden Ess- und Kochgewohnheiten herbei. Es geht also nicht um ein Entweder-Oder, sondern um ein Sowohl-als-Auch. Dies entspricht der menschlichen Realität der multiplen Zugehörigkeit, die Fremdes integrieren kann.

Der Asylentscheid

Sieben Jahre lang hat Sadbere immer dasselbe Brot gebacken. Nach sieben Jahren kam der positive Asylentscheid, und Sadbere sagt:

«Nach sieben Jahren. Während diesen sieben Jahren waren wir immer mit einem Fuss zu Hause. Wir hatten keinen Status. Wir waren nicht anerkannte Asylbewerber, aber vorläufig hier und alle sechs Monate haben sie geschaut, und wir haben auch viele Rekurse gemacht, damit wir hier bleiben können. Sonst wären wir ausgewiesen worden. Und wir lebten von heute auf morgen. Und nachdem wir diese humanitäre B-Bewilligung erhalten haben, da haben wir aufgeatmet, und wir wussten, dass wir nun wirklich hier bleiben können. Und dann hatten wir auch mehr Lust und Freude, die Schweiz kennen zu lernen. Da sind wir in den Ausgang gegangen. Und dann haben wir mal geschaut, was eine Bratwurst kostet. Wir mussten immer ausrechnen. Bratwurst, wir mussten immer schauen, Fleisch als Voessen gekauft, mussten wir auch schauen, dass es nicht mit Schweinfleisch gemischt ist. Bratwurst, ja Kalbsbratwurst, kein Schwein, das hat mir sehr geschmeckt.»

Als Sadbere weiss, dass sie im Migrationsland so lange bleiben kann, wie es ihrer Lebensplanung entspricht, probiert sie auch Speisen aus, die für sie typisch schweizerisch sind. Die Bratwurst hat eine besondere Bedeutung, weil Sadberes Mann jahrelang im Restaurant «Vorderer Sternen» arbeitete. Zum «Vorderen Sternen» gehört ein stadtbekannter Imbissstand, dessen Bratwürste von den Zürchern/-innen sehr geschätzt werden. Weil Sadbere sich mit der Familie definitiv in Zürich niederlassen kann, ist es jetzt möglich, auch zürcherische Speisen zu essen. Dieses Beispiel zeigt auf, was Fischler (1988) und Douglas (1966) unter den äusseren sowie inneren Grenzen und der kollektiven sowie individuellen Identität verstehen. Es weist darauf hin, wie das Einverleiben der Nahrung auch als Grenzüberschreitung verstanden werden kann und eng mit der sozialen Ordnung verbunden ist. Nach dem positiven Asylbescheid sind die fremden Speisen nicht mehr «unsicheres, bedrohliches Land». Im Gegenteil – jetzt darf man auch Teil dieser Gesellschaft werden. Sadberes Beispiel zeigt aber auch, dass das knappe Familienbudget und die religiösen Essvorschriften dieser neuen Esslust Grenzen setzen können.

Wunsch nach Zugehörigkeit

Es sind nicht nur bestimmte Speisen, sondern auch bestimmte Essorte, die als Türöffner zum Migrationsland dienen.

«Ja, und dann sahen wir, wie in den McDonald's viele Kinder gehen, und dann sind wir mit den Kindern dorthin gegangen. Hamburger, das hat mir aber nie gefallen. (...) Und dann ging ich ab und zu mit den Kindern in den McDonald's, nur weil es den Kindern irgendwie Spass gemacht hat. Nicht wegen dem Essen, die Kinder haben es auch nicht gern.»

McDonald's verkörpert die urbane, moderne, fortschrittliche Welt, an der Sadbere ihre Kinder teilnehmen lässt, obwohl diese gar nicht gern Hamburger essen. Die Kinder spielen bei der Veränderung der Koch- und Essweise eine zentrale Rolle. Fragt man Kinder aus dem Kreis 4 nach ihrem Lieblingsessen, dann erhält man unabhängig des Herkunftslandes die ähnlichen Antworten: Hamburger, Pizza, Pommes Frites, Kebab und verschiedene Zubereitungsformen von Pasta. Nahrungsmittel funktionieren wie Kleidermarken als Label und versprechen durch die Einverleibung eine Zugehörigkeit zu einer globalen Essgemeinschaft. Aufgrund der geführten Gespräche ist es auffallend, wie die Kinder der Gesprächspartnerinnen die traditionellen Speisen verschmähen oder zumindest nicht nur solche essen wollen. Überhaupt ist die Mitbestimmung der Kinder für viele Gesprächspartnerinnen ein zentrales und konfliktreiches Thema. Oft in einer Grossfamilie aufgewachsen fühlen sich viele Gesprächsteilnehmerinnen von der Macht der Kinder in der Essgemeinschaft der Kleinfamilie überfordert. Nach Calvo (1982) sind die Kinder die Hoffnungsträger der Migrantengruppen. Sie besitzen meist eine starke Machtposition in der Familie und können ihre Esswünsche durchsetzen.

Das Essen im Spannungsfeld der Partnerbeziehung und der Familie

Als Sadberes Mann weiss, dass er mit der Familie definitiv in der Schweiz bleiben kann, möchte er auch andere Speisen ausprobieren. Sadbere erzählt, dass ihr Mann für ein breites Spektrum in der Küche sei und dass sie wegen seiner Experimentierfreudigkeit praktisch alle Nahrungsmittel ausprobiert habe. Sie habe viele Speisen vorher gar nicht gekannt, z.B. Fisch und Meeresfrüchte. Weil Sadbere an ihrer Kochweise festhalten will, beginnt ihr Mann zu Hause zu kochen. Diese Rollenveränderung kann Sadbere am Anfang schwer akzeptieren. Vor allem auch deshalb, weil ihr Mann ihre Kochkünste kritisiert und weil er die Kinder und sie zwingt, seine zubereiteten Speisen zu essen.

«Und dann hat er angefangen, eben wie ich schon gesagt habe, wir waren so, wir bleiben jetzt hier ein bisschen, wir geniessen und machen es uns schön. Dann hat er angefangen: ‹Das isst man nicht. Warum hast du das so gemacht?› Wir haben Streit bekommen. Plötzlich. Was ist los? Man hat Hunger und dann isst man, was man gekocht hat. Wir waren es so gewohnt. Es gab nicht zwei Menüs zu Hause. Es gab etwas und dann musst du das essen und dann sagte ich: ‹Gut, dann koche ich gar nicht mehr, wenn du wegen dem Essen streitest.› Er sagte: ‹Schau, hier gibt es alles!› Und er hat angefangen zu kochen. Oh mein Gott. ‹Du kannst ja gar keine Zwiebeln schälen?› ‹Doch,› hat er gesagt und er hat es sehr schnell gelernt. Zack, Zack! Er hat ziemlich schnell gemacht. Diese Sauce und jene Sauce und ich sagte: ‹Was machst du da? Das macht man doch nicht so. Und Milch in der Sauce. Was ist das? Und diese Mayonnaise- und diese Senfsachen, oh Gott.› Und für mich war dann auch, wie kann ich das essen. Aber ich habe nie gesagt: ‹Ich probiere nicht.› Ausser manchmal: ‹Ich kann das nicht essen oder es schmeckt mir nicht.› ‹Du musst probieren und so.› Ja, und dann habe ich den Geschmack gefunden und ich esse vieles. Viele Gemüse haben wir gar nicht gehabt und wir kennen es nicht. Broccoli oder dieser Rosenkohl. Diesen bitteren Geschmack kennen wir nicht. Wir kennen Kohl, Kartoffeln und Lauch. Und das ist alles. Auch Blumenkohl, mein Gott, riecht wie Kohl, aber stark. Zucchetti. Diese Zucchetti. Auberginen, das kennen wir. Paprika haben wir. Er hat immer Beilagen gemacht. Verschiedener Reis. Beilagen und Gemüse. Ich hatte so Mühe zu essen. Ich konnte nicht. Es hat mir nicht geschmeckt. Ja, und wirklich, seitdem ist er viel in der Küche. Immer kommt er mit einer guten Idee. Wir machen das oder das. Und ich habe jetzt von meinem Mann gelernt, ein bisschen italienisch und französisch zu kochen. Und ich finde es sehr praktisch. Viele Saucen, Sachen aus der Migros und dem Coop, die kannte ich früher gar nicht. Ich sah da etwas, aber: Wie isst man das? Was ist da drin? Viele Kräuter. Wir benützen ja auch nicht viele Kräuter. Salz, das haben wir in unserer ‹Vegeta.›»

Als Sadberes Mann das Kochen teilweise übernimmt, wirkt sich dies auch auf die Paarbeziehung und die familiären Beziehungen aus. Sadbere und ihr Mann streiten viel. Für Sadbere ist dies die schwierigste Zeit in ihrer Paarbeziehung.

«Ja, wir waren total anderer Meinung, und er hat mich gezwungen: ‹Du musst es so machen.› Aber ich finde, er hat ein bisschen irgendwo auch recht gehabt. Hier kannst du nicht einfach so leben, wie ich dachte. Mit dem Kopftuch zu Hause und immer weinen wegen jeder Kleinigkeit, jeden Traum, den ich gesehen habe: Meine Mutter, meine Schwester! ‹Was soll das? Hast du Heimweh?› Und er sagte: ‹Vergiss es. Jetzt sind wir da und nur so können wir leben und glücklich sein.› Ja, und er hat mir vorgeführt, mit Gewalt, und nicht mit ‹bitte mach das oder lass›, sondern mit ‹Du musst, geh. Und iss! Nein, du musst ganz fertig essen.› Für meine Tochter war es oft auch sehr schlimm. Sie konnte nicht essen. Sie hat oftmals erbrochen und er hat sie oft gezwungen zu essen. Es war für sie sehr schlimm (...). Der Sohn hat gesagt: ‹Es schmeckt mir nicht.› Aber er hat gegessen.»

Sadbere wird in ihrem Widerstand gegenüber der neuen Kochweise von der Verwandtschaft unterstützt. Obwohl Sadbere jetzt selber meist keine klassischen

albanischen Gerichte mehr zubereitet, gibt es Verwandte, die nur zu Besuch kommen, wenn Sadbere und nicht ihr Mann kocht. Selbstverständlich bewirkt Sadbere dann ihre Gäste mit bekannten albanischen Speisen. Wie wir in Sadberes Erzählung lesen können, steht die soziale Norm eindeutig auf Sadberes Seite.

«S: ‹Was macht er da in der Küche?› Und mit der Zeit haben die Freunde und die Verwandten erfahren: Mein Mann kocht. Und er macht diese Sachen, und er hat auch für die Gäste immer etwas anderes gemacht. Und ich sagte: ‹Sie essen das nicht.› Ich schwöre, oft haben sie gar nicht gegessen. Sie konnten gar nicht essen und er sagte: ‹Probier, probier!› ‹Nein, ich will das nicht probieren. Ich will nicht.› ‹Oh, deine arme Frau muss alles essen, was du da kochst?› Meine Schwägerin isst immer noch nicht. Sie sagt: ‹Ich komme, aber nur wenn die Frau kocht, sonst müssen wir verhungern.› T: ‹Und dann musst du kochen und dann kochst du albanisch?› S: ‹Ja, etwas, was sie kennt. Nein, und er hat so gerne allen gezeigt, welche verschiedenen Fische es gibt. Diese Heringe, und so.› T: ‹Aber das war wahrscheinlich für dich auch schwierig? Wegen den Gästen.› S: ‹Ja, das war mir so peinlich. Manchmal waren die Karotten nicht richtig gekocht. Und so. Und einfach nur Karotten, schön, aber. Und dieser Reis, mein Gott!›»

Sadberes Beispiel zeigt, wie das Essen zu einem Ort des Machtkampfes zwischen den Geschlechtern und den beiden kulturellen Zugehörigkeiten werden kann. Während Sadbere am liebsten weiterhin albanisch gekocht und gegessen hätte, zwingt ihr Mann sie und die Kinder, auch andere Speisen auszuprobieren. Er begründet seine Haltung damit, dass die Familie nun hier lebe und deshalb auch ähnlich wie die Einheimischen essen solle. Während Sadbere sich schwer von ihrer Herkunftsfamilie lösen kann, öfters traurig ist und sich nicht nur bezüglich des Essens mit dem Herkunftsland stark verbunden fühlt, möchte Sadberes Mann sich hier niederlassen und die Lebensweise des Immigrationslandes übernehmen.

Auch in den anderen Interviews ist zu beobachten, dass oft nicht beide Ehepartner in gleicher Weise und zum gleichen Zeitpunkt die Koch- und Essweise verändern wollen. Meist ist es aber so, dass die Männer eher wünschen, weiterhin traditionell bekocht zu werden, während die Frauen, zum Beispiel durch die Kinder inspiriert, ihre Kochweise verändern. Wenn die Kinder die traditionelle Küche ablehnen und damit die Esswünsche des Vaters desavouieren, bringen sie die kochende Mutter und Ehefrau in einen Loyalitätskonflikt.¹⁷ Es wäre interessant, genauer zu untersuchen, inwieweit die Frauen in diesem Familienprozess mitbestimmen. Das Kochen und Essen ist unabhängig vom Migrationshintergrund in modernen Kleinfamilien ein möglicher Konfliktstoff. Marjorie DeVault (1997) weist in ihrer Studie nach, dass sich Frauen in Kleinfamilien nach den Esswünschen ihrer Ehemänner richten und sich von ihrem Kochurteil abhängig machen. Sie empfinden sich unweiblich und nicht liebenswert, wenn sie seine Erwartung bezüglich ihres Kochservices nicht erfüllen. Wenn Männer in Paarbeziehungen ihre Frauen schlagen, dann rechtfertigen Männer ihre Gewaltanwendungen oft damit, dass sie sich über die Küche ihrer Ehefrauen beklagen. DeVault weist darauf hin, dass diese weibliche Unterordnung vor allem in Familien zutrifft, in der die Ehepaare selbstverständlich annehmen, dass die Ehefrau für die Hausarbeit – und dazu gehört auch das Kochen – zuständig ist. Die wenigsten Frauen, die ich interviewt

habe, leben in einer Familienkonstellation, in der die klassische Arbeitsteilung praktiziert wird. Aufgrund der unregelmässigen ausserhäuslichen Arbeitszeit der Ehepaare sind auch die Väter oft für die Kinder zuständig, kochen für sie oder gehen mit ihnen einkaufen. Die traditionelle Rolle der kochenden Ehefrau – wie sie im Herkunftsland meist praktiziert wird – kann in der Migrationssituation aufgebrochen werden. Wie wir bei Sadberes Beispiel sehen, kann, aber muss dies nicht zu Konflikten führen. Hardiana erzählt mir, dass es in Senegal unvorstellbar wäre, dass ihr Mann kochen würde. Aber hier in der Schweiz sei das selbstverständlich. Sie arbeite hier in der Schweiz auch ausserhalb des Hauses, und in Senegal wäre sie nur für die Hausarbeit zuständig. Dies sei weder für ihren Mann noch für sie ein Problem. Man lebe einfach hier. Und hier sei es eben anders.

Das schweizerische Essen als Normalfall

S: «Und jetzt esse ich wirklich nur noch schweizerisch.»

T: «Ist das wirklich so?»

S: «Ja, in den letzten drei Jahren.»

Sadbere hat die französisch-italienisch-schweizerische Küche von ihrem Mann übernommen. Diese Küche sei oft viel weniger aufwändig, meint sie. Heute kochen Sadbere und ihr Mann abwechslungsweise und das, worauf sie Lust haben. Für sie sei es aber selbstverständlich, dass sie für ihren Sohn kuche, wenn er auch erst um 23.00 Uhr nach Hause komme und Hunger habe. Aber dann bereite sie meist Nudeln mit einer Sauce, Poulet oder Cordon bleu zu. Einfach etwas, was gerade im Hause sei. Das brauche auch nicht so viel Zeit. Sie erzählt mir, dass sie im Alltag selten albanische Gerichte kuche. Aber wenn die Verwandten zu Besuch kommen, dann kuche sie albanisch. Sie selber habe in der Schweiz auch nie Kohl oder andere albanische Spezialitäten wie zum Beispiel Ajwar eingemacht. Sie und ihr Mann hätten das gar nicht so gern, meint sie dazu. Wenn sie Lust nach traditionellem albanischem Essen habe, dann besuche sie ihre Tante, die ebenfalls in Zürich lebe und eine grosse Familie habe.

Sadbere zählt drei Gründe auf, warum sie selten traditionell kocht. Als Erstes ist es der Mann, der ein breites Essspektrum wünscht. Zweitens lohnt es sich nicht, in einer Kleinfamilie für so wenig Menschen aufwändige Speisen zuzubereiten. Und als dritten Punkt weist sie darauf hin, dass der jetzige Lebens- und Arbeitsrhythmus ein schnelles Kochen erfordere.

Braun (1970) und Narman (1978) weisen beide darauf hin, dass durch den veränderten Arbeits- und Lebensrhythmus die italienischen und türkischen Migrant/-innen gezwungen sind, ihre Ernährung umzustellen. Während sie früher vor allem in einer Gesellschaft mit Subsistenzwirtschaft lebten, migrierten sie in eine Industriegesellschaft, in welcher andere Lebensbedingungen herrschen. Die Gespräche mit den Migrantinnen zeigen, dass der urbane Lebens- und Arbeitsrhythmus ein starker, aber nicht der einzige Faktor für die Veränderung der Koch- und Essweisen ist. Zudem berichten die Gesprächsteilnehmerinnen, dass sich in ihrem Her-

kunftsland aufgrund anderer Arbeits- und Lebensbedingungen die Ernährungsweisen sich ebenfalls verändern.¹⁸ Lele erzählt, dass nach dem Krieg die kosovarischen Verwandten ihres Mannes das Essverhalten umgestellt haben. Die Frauen, Kinder und Männer würden gemeinsam an einem grossen Tisch essen, Besuch sei seltener und am Abend werde früher gegessen und weniger lang zusammengesessen.

Die Brücke zur Heimat

Sadbere sagt von sich, dass sie religiös sei, aber selten in die Moschee gehe. Sie achtet aber auf die religiösen Essvorschriften und isst bewusst kein Schweinefleisch. Regelmässig bäckt sie für Zuckerbairam albanische Spezialitäten, obwohl die Familienmitglieder diese Speisen heute oft gar nicht mehr essen, weil sie zu süß seien.

S: «Dann backe ich und esse gar nicht, weil wir uns da nicht mehr gewohnt sind, so viel Zucker zu essen. Aber ich mach das. Weisst du, das ist für mich wie Tradition. Ich muss das machen. Dann esse ich oder ich verteile es an alle Menschen. Aber ich muss mir Zeit nehmen und das machen. Das ist irgendwie obligatorisch für mich, auch wenn ich keine Zeit habe, ich mach das dann vielleicht ganz spät in der Nacht, damit ich es für den nächsten Tag habe.» T: «Für Bairam?» S: «Ja.» T: «Das machst du immer, egal, was da kommt?» S: «Ja, das muss, das muss daran erinnert werden.»

Sadbere fastet regelmässig im Fastenmonat Ramadan.

«Während des Monats Ramadan. Während dieses Monats bin ich so verbunden mit meiner Kultur und mit meiner Vergangenheit. Das ist ein sehr schöner Monat für mich. Nicht nur, aber auch emotional, sozial bist du so verbunden. Dann koch ich auch albanisch. Dann habe ich Ideen, Lust, dann kommen mir ganz viele Ideen. Du isst ja den ganzen Tag nichts, dann hast du so ein gutes Gefühl vom Essen und du denkst, ah, einmal hab ich das gegessen und es hat so geschmeckt. Und die Mutter hat irgendwann so etwas gemacht. Und es zwingt dich, etwas auszuprobieren und zu machen.»

Im Fastenmonat Ramadan sieht Sadbere ihre ebenfalls in Zürich lebenden Verwandten und muslimischen Freunde häufiger, da man sich gegenseitig zum Iftar (Abendessen) einlädt. Dies geniesst Sadbere sehr, weil sie in den letzten Jahren oft allein gefastet hat. Aufgrund der Arbeitszeiten war es ihrem Mann nicht möglich von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang nichts zu essen. Doch seit zwei Jahren ist er selbstständig, und im letzten Jahr hat er zum ersten Mal mitgefастet. In einem Telefongespräch, welches Wochen nach dem Interview stattgefunden hat, erzählt mir Sadbere, dass es zum ersten Mal für sie schwierig sei, den Ramadan einzuhalten. Sie habe seit einigen Monaten eine feste Anstellung, und sie könne ihre Arbeitszeit nicht mehr selbstständig einteilen. Sie verstehe jetzt ihren Mann besser, warum er früher nie mitgefastet habe. Ihre Kinder fasten jetzt als Jugendliche auch nicht mehr mit. Sadbere akzeptiert den Entscheid ihrer Kinder, aber sie hat Angst, dass die Kinder die traditionellen und kulturellen Bräuche verlieren.

In Sadberes Beispiel sehen wir, wie sie vor allem an Ramadan die albanischen Speisen, die in einem klaren sozialen, kulturellen und religiösen Kontext eingebun-

den sind, zubereitet. Das Essen funktioniert in Sadberes Beispiel als Erinnerungsvehikel¹⁹, als kulturelle und soziale Verbindung zur Herkunft und als kulturelles und religiöses Erbe, das Sadbere gerne den Kindern weitergeben möchte.

Schlusswort

Für die meisten interviewten Migrantinnen ist die eigene Küche ein autonomer Handlungsort, der kreativ genutzt wird. Sie pflegen die traditionellen Koch- und Essgewohnheiten vor allem bei festlichen Anlässen oder aufgrund religiöser Essvorschriften weiter, aber sie erweitern ihr traditionell erlerntes Kochrepertoire wegen anderer Essgelüste ihrer Familienmitglieder und durch äussere Einflüsse wie zum Beispiel durch Arbeit im Gastgewerbe, andere Essprodukte und Rezepte. Dieser kreative Umgang entspricht nicht den Resultaten aus den empirischen Studien von Braun (1970) und Narman (1978), in denen die italienischen, bzw. türkischen Migranten/-innen nur unter äusseren Zwängen ihre Ernährungsweise an die herrschenden Ernährungssitten im Immigrationsland anpassten. Braun (1970) und Narman (1978) gehen beide von einem Assimilationsmodell aus, in dem eine kulturelle Identität durch eine andere kulturelle Identität abgelöst wird. Postmoderne Sozialwissenschaftler/-innen, wie Hall (1994, 1996), verneinen diese essentialistische Sichtweise, in der ein fixes Ich durch die Enkulturation für den Rest des Lebens im menschlichen Wesen verankert wird. Sie gehen davon aus, dass die Identitätsbildung ein lebenslanger Prozess bleibt, der auch hybride Identitäten und multiple Zugehörigkeiten ermöglicht. Dies entspricht dem Lebensstil der Migrantinnen, welche meist zwischen ihrem Herkunftsland und dem Immigrationsland hin- und herpendeln. Das Vermischen von traditionellen und neu dazu gekommenen Speisen zeigt ebenfalls, wie die Gesprächsteilnehmerinnen diese unterschiedlichen Zugehörigkeiten ausbalancieren und sie integrieren.

Der Titel dieses Artikels und der Lizentiatsarbeit, auf der dieser Artikel beruht, lautet «Ist Essen Heimat?» Nach Hubers postmodernem Ansatz (1999) ist die Heimat genauso ein Konstrukt wie die Identität. Orten wir die Heimat in der Kindheit und Vergangenheit, dann kann der Geruch und der Geschmack bestimmter vertrauter Speisen wohlige Heimat- und Geborgenheitsgefühle hervorrufen. Das sind menschliche, reale Erfahrungen, die uns vertraut sind, sofern wir aus unserer Kindheit genussvolle Esserlebnisse kennen. Im Kontakt mit anderen Essgewohnheiten können wir im Laufe unseres Lebens aber auch neu lustvolle Esserfahrungen machen, die wiederum zur Erinnerung und dadurch auch zu Heimaten werden. Mir fällt dazu eine Geschichte ein, die mir Paola erzählt hat. Ihre italienischen Eltern lebten vier Jahrzehnte als Arbeitsmigranten/-innen in der Schweiz und kehrten nach der Pensionierung in ihr Herkundsdorf zurück. Wenn die Mutter ihre Töchter nun in der Schweiz besucht, dann geht sie am liebsten mit ihnen in ein Migros-restaurant. Den Kaffee dort, den mag sie am liebsten.

Anmerkungen

¹ Der Aufsatz basiert auf meiner Lizziatsarbeit mit dem Titel: «Ist Essen Heimat? Eine ernährungs-ethnologische Feldforschung mit Migrantinnen aus dem Zürcher Quartier Hard», die ich im Oktober 2003 am ethnologischen Seminar der Universität Zürich eingereicht habe.

² Die Malonowskischülerin Audrey Richards (1932) beschreibt in ihrer Monografie wie die Produktion, die Zubereitung und der Verzehr der Nahrung bei den Bantu eng mit dem Lebenszyklus, mit den Gruppenstrukturen und deren sozialen Beziehungen verknüpft waren.

³ Grundlagenliteratur: Prahl/Setzwein 1999, Beardsworth/Keil 1997, Teuteberg 1993, Counihan 1999

⁴ Im deutschen Sprachgebrauch zeigt sich diese Verbindung der Ernährung und der Sexualität in den Redewendungen: «Ich habe dich zum fressen gern» oder «Die Liebe geht durch den Magen».

⁵ Braun 1970, Calvo 1982, Kötürk, zitiert in Bayer/Kutsch/Ohly 1999:114, Narman 1978

⁶ Das Essen wird bei Bayer/Kutsch/Ohly (1999) und bei Wierlacher (1993) als typisches Beispiel eines «phénomène social total» bezeichnet. Mauss prägte 1923 diesen Begriff, um soziale Tatsachen und Prozesse zu benennen, die nicht nur einzelne Aspekte oder Bereiche des gesellschaftlichen Lebens betreffen, sondern eine umfassendere Bedeutung haben.

⁷ Während ein Koalabär nur dort leben kann, wo Eukalyptusblätter wachsen, breitete sich der Mensch in verschiedensten Weltregionen aus.

⁸ Bekannt ist das Sprichwort des Philosophen Ludwig Feuerbachs: «Der Mensch ist, was er isst!»

⁹ «Human beings mark their membership of a culture or a group by asserting the specificity of what they eat, or more precisely – but it amounts to the same thing – by defining the otherness, the difference of others» (Fischler 1988:280).

¹⁰ Sadbere ist eine von fünfzehn Migrantinnen, mit denen ich zwischen Herbst 2001 und Sommer 2003 mindestens ein zweistündiges Leitfadeninterview führte. Alle interviewten Frauen haben Kinder, leben in den Kreisen 4 oder 5 der Stadt Zürich, verfügen über ein kleines Familienbudget, sind aus kulturell unterschiedlichen meist ländlich geprägten Regionen in die Schweiz migriert und sprechen neben ihrer Muttersprache deutsch, englisch oder französisch.

¹¹ Sadbere wuchs in einem mazedonischen Dorf in einem religiösen Tal auf, wie sie sagt. Sie hat jung geheiratet und geba mit 20 Jahren eine Tochter und ein Jahr später einen Sohn. Die politische und wirtschaftliche Lage war im damaligen Jugoslawien schwierig, und Sadberes Mann sah keine Zukunft mehr in seinem Dorf. Mit 22 Jahren ging Sadbere mit ihrem Mann und ihren beiden Kindern in die Schweiz und sie stellten hier ein Asylgesuch. Erst nach mehreren Rekursen wurden sie definitiv in der Schweiz aufgenommen. Die Familie wohnt jetzt seit 18 Jahren in Zürich. Kurze Zeit nach dem Interview wurde Sadbere mit ihrer Familie in der Schweiz eingebürgert.

¹² Die Psychoanalytikerin Gisèle Harris-Révidi (1996) schreibt: «Die orale Phase ist die früheste Phase der libidinösen Entwicklung des Kindes. Sie beginnt mit der Freude und dem Schmerz des ersten Atemzugs und setzt sich dann in der Lust des Saugens und der Sättigung fort» (1996:16). Harris-Révidi weist auf die enge Beziehung von Mutter und Essen hin: «Die ersten Wörter eines Kindes sind nahrungsbezogen; im Französischen bedeutet das erste Wort «Maman» sowohl «Mama» als auch «manger»: Maman-manger ist eine Person-Funktion, die sich für alle Zeiten in das Unbewusste des Kindes einprägt. Auf die Frage: «Was ist eine Mama?» antworten Kinder bis zu sechs oder sieben Jahren: «Das ist jemand, der mir zu essen gibt.»» (1996:24).

¹³ «Es ist bemerkenswert, dass die Speise, nach der sich die hungernden Soldaten am meisten sehnten, Kuchen gewesen zu sein scheint. «Ich möchte so gern wieder einmal Kuchen essen oder ein gutes Mittagessen geniessen.» «Liebe Wally[,] wenn ich gesund nach Hause kommen sollte und wir verheiratet sind[,] musst Du dann fleissig Kuchen backen[,] den[n] noch nie habe ich so ein[en] starken Kuchenappetit wie jetzt.» «Und einen Appetit habe ich jetzt auf ein schönes Stück Kuchen[,] aber für uns scheint es nur Entbehrungen zu geben.» Kuchen zu essen bedeutete in besonders deutlicher Weise, dass man satt, in Sicherheit und zu Hause war. Mit dem Wort «Kuchen» assoziierte man gerade nicht den Krieg und andere männliche Aktivitäten, sondern Kuchen genoss man mit Kaffee am Sonntagnachmittag zusammen mit der Familie, den Frauen, der Mutter. Tatsächlich war es in vielen Fällen die Mutter als klarste Verkörperung von Heimat und Familie, als ursprünglichste Quelle von Schutz, Geborgenheit und Nahrung, nach der sich viele Soldaten in ihren Briefen am leidenschaftlichsten sehnten: «Wenn man in der Fremde ist und ganz für sich allein ist, merkt man erst recht was eine Mutter wert ist», schrieb ein Soldat seinem Bruder im Frühling 1942. Indem sich die Männer allein und hilflos fühlten, begannen sie ihre Mutter als früheste Bezugsperson in besonderer Weise zu schätzen» (Reulecke, Jürgen 2001: 190).

¹⁴ In meiner Herkunfts familie war «Öpfelchüächli» eine wichtige mütterliche Speise. Kurz bevor meine Mutter vor einigen Jahren starb, wünschte sie sich für uns erwachsene Kinder «Öpfelchüächli» zu backen. In dieser Aussage steckte alles: Ihre fürsorgliche und nährende Rolle, ihr Wissen und ihre Erinnerung. Wenn ich Menschen, die ebenfalls wie ich mit einer ostschweizerischen Küche aufgewachsen sind, diese Öpfelchüächli-Geschichte erzähle, dann löst dies bei ihnen oft eine Flut von Assoziationen und Emotionen aus.

¹⁵ Sutton (2001) beschreibt eindrücklich wie das Kochwissen über Generationen weitergegeben wird. Er weist auf Jack Goody hin, der meint, dass die Überlieferung von traditionellem Wissen und Bräuchen in einer oralen Kultur keine Wiederholung und Kopie sei, sondern ein flexibler und innovativer Prozess. Das Verändern der informell gelernten Kochweise ist Teil des traditionellen Kochhandwerkes und geschieht unabhängig der Migration. Wahrscheinlich beschleunigt die Migration solche Veränderungsprozesse, weil die äusseren Einflüsse stärker wirken. Es ist jedoch auch möglich, dass in der Migration traditionelle Kochweisen besonders bewahrt werden, wie dies z. B. bei religiösen Praktiken zu beobachten ist. Die Auswertung der Interviews zeigen, dass der Besuch im Herkunftsland eine Erinnerungsfunktion bezüglich des Kochens haben kann. Das Kochhandwerk der Mutter oder der Geschmack, der von der Mutter zubereiteten Speisen, kann die Migrantinnen daran erinnern, wie die Speisen ursprünglich in der eigenen Familie traditionell gekocht wurden. Die Migrantinnen erzählen, dass ihre Mütter beim Besuch ihrer Enkelkinder das Kochhandwerk weitergeben. Sutton meint, dass die «embodied apprenticeship» in einem weiteren Sinn eine Übermittlung der weiblichen Kultur, Geschichte und alltäglichen Erfahrung sei.

¹⁶ Kuper (1999) weist auf den Ethnologen Lévi-Strauss hin, der die Lern- und Anpassungsfähigkeit der Menschen als hervorstechende Gemeinsamkeit aller menschlicher Wesen hervorhebt.

¹⁷ Einige Gesprächspartnerinnen lösen diesen Konflikt, indem sie je nach Essgemeinschaft unterschiedlich kochen. Isst der Ehemann mit, wird tendenziell traditionell gekocht. Bei der Abwesenheit des Ehemannes geht sie auf die Wünsche der Kinder ein und kocht tendenziell leichte Speisen.

¹⁸ Wiegelmann (1986) und Aymard, Grignon, Sabban (1993) schreiben über den engen Zusammenhang zwischen Mahlzeitenordnung und Arbeits- und Lebensbedingungen.

¹⁹ Die Gesprächsteilnehmerinnen berichteten, wie bestimmte Gerüche sie an weit zurückliegende Ereignisse erinnern. Der Romancier Marcel Proust, der sich in seinem siebenteiligen Werk «A la recherche du temps perdu» (1913) intensiv mit der Erinnerung auseinandergesetzt hat, schreibt zum Geruch und Geschmack als Erinnerungsvehikel: «Doch wenn von einer weit zurückliegenden Vergangenheit nichts mehr existiert, nach dem Tod der Menschen und dem Untergang der Dinge, dann verharren als einzige, zarter, aber dauerhafter, substanzloser, beständiger und treuer der Geruch und der Geschmack, um sich wie Seelen noch lange zu erinnern, um zu warten, zu hoffen, um über den Trümmern alles übrigen auf ihrem beinahe unfassbare Tröpfchen, ohne nachzugeben, das unermessliche Gebäude der Erinnerung zu tragen.» (Proust 2000:70)

Literaturliste

Aymard, Maurice, Claude Grignon, Françoise Sabban. 1993. «A la Recherche du Temps Social», in *Le Temps de Manger*. Hrsg. M. Aymard, C. Grignon, F. Sabban, pp. 1–37. Paris: Editions de la Maison des Sciences de l'Homme. Institut National de la Recherche Agronomique.

Barlösius, Eva. 1993. «Anthropologische Perspektiven einer Kultursoziologie des Essens und Trinkens», in *Kulturthema Essen – Ansichten und Problemfelder*. Hrsg. A. Wierlacher, G. Neumann, H.J. Teuteberg, pp. 85–102. Berlin: Akademie Verlag.

Barlösius, Eva. 1999. *Soziologie des Essens. Eine sozial- und kulturwissenschaftliche Einführung in die Ernährungsforschung*. Weinheim und München: Juventa Verlag.

Bayer, Otto, Thomas Kutsch, Peter H. Ohly. 1999. *Ernährung und Gesellschaft*. Opladen: Leske und Budrich.

Beardsworth, Alan und Teresa Keil. 1997. *Sociology on the Menu. An Invitation to the Study of Food and Society*. London und New York: Routledge.

Bourdieu, Pierre. 1982 (1979). *Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Braun, Rudolf. 1970. *Sozio-kulturelle Probleme der Eingliederung italienischer Arbeitskräfte in der Schweiz*. Erlenbach-Zürich: Eugen Rentsch Verlag.

Calvo, Manuel. 1982. «Migration et Alimentation». *Information sur les Sciences Sociales*, Vol. 21,3: 383–446.

Charles, Nickie und Marion Kerr. 1988. *Women, Food and Families*. Manchester and New York: Manchester University Press.

Counihan, Carole M. 1999. *The Anthropology of Food and Body. Gender, Meaning, and Power*. New York and London: Routledge.

DeVault, Marjorie. 1997. «Conflict and Deference», in *Food and Culture – a Reader*. Hrsg. C. Counihan und P. Van Esterik, pp. 180–199. New York and London: Routledge.

Douglas, Mary. 1984. «Standard Social Uses of Food: Introduction», in *Food in the Social Order. Studies of Food and Festivities in Three American Communities*. Hrsg. M. Douglas, pp. 1–39. New York: Russell Sage Foundation.

Douglas, Mary. 1985 (1966). *Reinheit und Gefährdung. Eine Studie zu Vorstellungen von Verunreinigung und Tabu*. Berlin: Dietrich Reimer Verlag.

Douglas, Mary. 1997. «Deciphering a meal», in *Food and Culture – a Reader*. Hrsg. C. Counihan and P. Van Esterik, pp. 36–54. New York and London: Routledge.

Fankhauser, Marie-Anne. 1998. «Bedeutsames tamilisches Essen». Zur Bedeutung des Essens bei tamilischen MigrantInnen im Kanton Bern. Lizentiatsarbeit eingereicht bei Prof. Dr. W. Marschall. Bern: Institut für Ethnologie der Universität Bern.

Fischler, Claude. 1988. «Food, Self and Identity». *Social Science Information*, Vol. 27: 275–292.

Goody, Jack. 1998. *Food and Love. A Cultural History of East and West*. London and New York: Verso.

Grinberg, Léon und Rebeca Grinberg. 1990. *Psychoanalyse der Migration und des Exils*. München und Wien: Verlag Internationale Psychoanalyse.

Hall, Stuart. 1994. *Rassismus und kulturelle Identität*. Hamburg: Argument – Verlag.

Hall, Stuart. 1996. «Who Needs 'Identity?'», in *Questions of Cultural Identity*. Hrsg. S. Hall und P. du Gay, pp. 1–18. London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage Publications.

Harrus-Révidi, Gisèle. 1996. *Die Kunst des Geniessens. Esskultur und Lebenslust*. Düsseldorf und Zürich: Artemis und Winkler.

Hartmann, Andreas. 1994. *Zungenglück und Gaumenqualen. Geschmackserinnerungen*. München: C.H. Beck.

Hettlage-Varjas, Andrea und Robert Hettlage. 1984. «Kulturelle Zwischenwelten. Fremdarbeiter – eine Ethnie?». *Schweizerische Zeitschrift für Soziologie*, Vol. 10: 357–403.

Hohler, Franz. 1973. «Bedingungen für die Nahrungsaufnahme», in *Der Rand von Ostermundigen*. Hrsg. F. Hohler, pp. 21–29. Darmstadt: Luchterhand.

Huber, Andreas. 1999. *Heimat in der Postmoderne*. Zürich: Seismo.

Hughes, Marvalene H. 1997. «Soul, Black Women, and Food», in *Food and Culture – a Reader*. Hrsg. C. Counihan und P. Van Esterik, pp. 272–280. New York and London: Routledge.

Kuper, Adam. 1999. *Culture – The Anthropologists' Account*. Cambridge. Massachusetts, London: Harvard University Press.

Mennell, Stephen, Anne Murcott, Anneke H. van Otterloo. 1992. «The Sociology of Food – Eating, Diet and Culture». London, Newbury Park, New Delhi: Sage Publications.

Narman, Halil. 1978. Türkische Arbeiter in Münster. Ein Beitrag zum Problem der temporären Akkulturation. Münster: F. Coppenrath Verlag.

Prahl, Hans Werner und Monika Setzwein. 1999. Soziologie der Ernährung. Opladen: Leske und Budrich.

Proust, Marcel. 2000. Auf der Suche nach der verlorenen Zeit 1. Unterwegs zu Swann. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

Reulecke, Jürgen. 2001. «Ich möchte einer werden so wie die...» – Männerbünde im 20. Jahrhundert. Frankfurt und New York. Campus Verlag.

Richards, Audrey I. 1985 (1932). Hunger and Work in a Savage Tribe – a Functional Study of Nutrition among the Southern Bantu. Westport und Connecticut: Greenwood Press, Publishers.

Sutton, David E. 2001. Remembrance of Repasts. An Anthropology of Food and Memory. Oxford and New York: Berg.

Teuteberg, Hans Jürgen. 1993. «Prolegomena zu einer Kulturpsychologie des Geschmacks», in KulturtHEMA Essen – Ansichten und Problemfelder. Hrsg. A. Wierlacher, G. Neumann, H.J. Teuteberg, pp. 103–136. Berlin: Akademie Verlag.

Tolksdorf, Ulrich. 1976. «Strukturalistische Nahrungsforschung. Versuch eines generellen Ansatzes», in Ethnologica Europaea, Vol IX, 1: 64–85.

Tolksdorf, Ulrich. 1993. «Das Eigene und das Fremde. Küchen und Kulturen im Kontakt», in KulturtHEMA Essen. Ansichten und Problemfelder. Hrsg. A. Wierlacher, G. Neumann, H.J. Teuteberg, pp. 187–192. Berlin: Akademie Verlag.

Wiegelmann, Günter. 1986. «Möglichkeiten ethnohistorischer Nahrungsforschung. Ansätze für Analogieschlüsse», in Unsere tägliche Kost. Geschichte und regionale Prägung. Hrsg. H. T. Teuteberg, G. Wiegelmann, pp. 33–41. Münster: F. Coppenrath Verlag.

Wiegelmann, Günter. 1986. «Was ist der spezielle Aspekt ethnologischer Nahrungsforschung?», in Unsere tägliche Kost. Geschichte und regionale Prägung. Hrsg. H.T. Teuteberg, G. Wiegelmann, pp. 21–31. Münster: F. Coppenrath Verlag.

Wierlacher, Alois. 1993. «Einleitung», in KulturtHEMA Essen – Ansichten und Problemfelder. Hrsg. A. Wierlacher, G. Neumann, H.J. Teuteberg, pp. 1–21. Berlin: Akademie Verlag.