

## Rezension

RÜTZLER Hanni, REITER Wolfgang: Food Change. Sieben Leitideen für eine neue Esskultur. Krenn 2010

**KOLMER Lothar**

Das Buch fasst das gegenwärtige Wissen zusammen und bringt fokussiert die Probleme aber auch Lösungswege kompakt zum Vorschein. Ein Viertel aller produzierten Lebensmittel wird weggeworfen. Die Preise für Lebensmittel entsprechen weltweit kaum mehr den tatsächlichen Gestehungskosten, sind künstlich wie manche Lebensmittel selbst. Die Kosten durch Fehlernährung machen in der EU bis zu 12 % der gesamten Gesundheitskosten aus, dazu kommt noch der volkswirtschaftliche Schaden aus Produktivitätsverlusten wegen Krankenständen, geringerer Belastbarkeit, Leistungsfähigkeitsdefiziten. Die Umweltschäden sind noch nicht eingepreist.

Angesichts dieser Umstände müssen wir lernen, eine gute Wahl hinsichtlich der für uns wichtigen Dinge zu treffen und die Verantwortung für Umwelt und das soziale Gewissen in die Konsumententscheidungen hineinzunehmen. Dabei sind solche Vorgänge wie die „Retroisierung“, der künstliche Einsatz von Vergangenheit, kritisch zu sehen. Die Betonung einer heilen Welt auf Verpackungen und in der Werbung soll die Gegenwart symbolisch vor ihren Problemen retten.

Gute Lebensmittel sind naturnah, natürlich, regional, saisonal, umweltfreundlich, fair produziert, ohne Zusatzstoffe, ohne Umweltbelastung, ohne Ausbeutung, ohne viel Fett, ohne viel Zucker, ohne viel Salz, möglichst unverarbeitet. Es ist besser zu formulieren: ich will etwas Besseres essen, als negativ: das ist verboten, das muss man vermeiden.

Je stärker unsere Genussfähigkeit ausgeprägt ist, desto leichter wird es auch im Alltag sich gesundheitsorientiert zu verhalten. Genuss ist eine ganzheitliche intensive Sinnesempfindung, die mit körperlichem und geistigem Wohlbehagen verbunden ist. Die Ideen werden gut fundiert, die Regeln eingängig zusammengefasst. Die Richtung, in die wir uns angesichts der gesamten Verhältnisse bewegen müssen, ist klar angegeben. Wir dürfen nicht mehr nur interpretieren, wir müssen (uns) verändern.