

Prost Mahlzeit!

von Doris Neubauer

... mit Nebenwirkung

„Beim Essen und Trinken kumman d’Leit z’samm“. Was der Volksmund schon lange weiß, wird soeben neu entdeckt. Immer mehr soziale Projekte nutzen das Kochen und Essen, um Menschen miteinander in Kontakt zu bringen. Und ganz nebenbei tragen sie auch zur Integration bei, schaffen neue Arbeitsplätze und fördern die Gesundheit.



Essen verbindet

19 Uhr abends vor dem *Café Ministerium* in der Wiener Innenstadt: Ein bärtiger Mann in roter Hose läuft Zigarette rauchend vor der Eingangstür auf und ab. Drinnen sitzen schon zwei ältere Damen an einem Tisch und blättern schweigend in Magazinen. Ein Mittdreißiger drückt auf seinem Smartphone

herum. Es riecht förmlich nach Anspannung. Eine Stunde später ist sie wie verfliegen und der Gasträum erfüllt von Tellergeklapper, Stimmengewirr und Lachen. Der Handytipper unterhält seine Sitznachbarn mit intellektuellen Anekdoten. Eine der älteren Damen – eine Wiener Sinologin – erzählt von ihren Aufenthalten in China. Und der Rotbe-

hoste entpuppt sich als entspannter Tourist aus Berlin, der sich über Kontakte mit „Eingeborenen“ freut.

Miteinander am Esstisch zu sitzen und „das Brot miteinander zu teilen“, kann Menschen verbinden. Es fördert die Kommunikation und bietet viele Möglichkeiten, Kontakte zu knüpfen. Genau dieser soziale Aspekt gerät im heutigen Alltag, der geprägt ist von schnellem Fast-Food und Zwischendurch-Snacks, von figurbewusstem Dinner-Cancelling und praktischen Eiweiß-Shakes, immer mehr in Vergessenheit. Unter dem Begriff „Social Dining“ wird nun diese verbindende Macht des Essens revitalisiert und in zahlreichen Projekten bewusst genutzt. Die Idee ist leicht erklärt: Fremde finden – meist online – zusammen, um sich dann im realen Leben, beim gemeinsamen Kochen oder auch an der bereits gedeckten Tafel, zu begegnen.

Delikate Fragen auf dem Menü

Ein Tisch, zwei Stühle, gutes Essen und ein anregendes Gespräch – das sind auch die Zutaten der „Tischgespräche“, zu denen sich der Rotbehoste, der Handytipper und die Wiener Sinologin im *Café Ministerium* getroffen haben. „Es ist eigentlich das Gegenteil von Speed Dating“, erklärt Gastgeber Eugene Quinn. „Es ist ein langsames, intensives Kennenlernen. Schließlich nehmen wir uns mehrere Gänge dafür Zeit.“

Der gebürtige Engländer und sein Team von der Kultur-Initiative „space and



Bei „magdas Social Dinner“ treffen sich Menschen aus unterschiedlichsten Kulturen.

place“ laden seit 2012 regelmäßig Menschen an einen Tisch, die sonst nur selten aufeinander treffen: Wiener und amerikanische Touristengruppen zum Beispiel. Oder Unternehmer und 17-jährige Schüler. Um die Gespräche anzuregen, werden zu jedem Menüpunkt delikate, anregende Fragenhäppchen serviert: „Wann hast du zuletzt getanzt?“ oder „Warst du jemals richtig cool? Und wenn ja, warum?“... Solch unverblühte, nicht-alltägliche Fragen dienen nicht nur als Eisbrecher, sie laden auch zum besseren Kennenlernen und Verständnis des Gegenübers ein. Sie ermöglichen einerseits Begegnungen auf Augenhöhe, können aber auch das eine oder andere Vorurteil auflösen... und sogar zur Völkerverständigung beitragen.

Integration geht durch den Magen

Genau um diese Völkerverständigung geht es auch bei „magdas Social Dinner“, welches Eugene Quinn 2015 gemeinsam mit der Caritas ins Leben gerufen hat. Im „magdas Hotel“ treffen des öfteren bis zu 50 WienerInnen, Reisende und Asylwerber beim Abendessen aufeinander, um einen Blick über den eigenen Tellerrand zu riskieren. Das „magdas Hotel“ wird von der Wiener Erzdiözese betrieben, steht im 2. Wiener Gemeindebezirk und ist das erste Social Business-Hotel Europas. 10 Hotellerie-Profis und 20 anerkannte

Flüchtlinge kümmern sich hier gemeinsam um das Wohl der Gäste, die Herkunft der Beschäftigten verteilt sich auf 16 verschiedene Länder.

Das Hotel sieht sich als Haus der Begegnungen, ist also genau der richtige Ort für interkulturelle Treffen, bei denen miteinander geschmaust und geplaudert wird. Flüchtlinge werden sehr oft nur als „Leistungsempfänger“ wahrgenommen – hier, am gemeinsamen Esstisch, können sich Alteingesessene und Neu-Wiener auf Augenhöhe und mit all ihren Facetten kennenlernen. Und sie lernen auch von einander. Wenn nämlich statt Schnitzel & Co plötzlich persische, arabische sowie afghanische Köstlichkeiten aufgetischt werden, ruft der österreichische Gaumen bald nach Erklärungen. Die hat beim letzten „magdas Social Dinner“ der 19jährige Tarik aus Afghanistan geliefert, und zwar mittels Händen und Füßen und einem Redeschwall in brüchigem Deutsch.

Das Essen ist hier aber nicht das einzige Gesprächsthema – die Bandbreite reicht von afghanischen Familiensitten bis hin zum Wiener Nachtleben. Gefragt werden darf bei dieser Gelegenheit alles, ja es ist sogar erwünscht! „Es ist immer wieder faszinierend, etwa die Erzählungen eines Syrers über seinen Alltag zu hören, vom Chaos, dem Wahnsinn, aber auch von der Liebe“, beschreibt Quinn die Vorteile grenzüberschreiten-

der Tischgespräche und fügt hinzu: „Außerdem können Flüchtlinge ihr Deutsch üben und gleichzeitig etwas über ihre neue Stadt erfahren.“

Sprachbarrieren überwinden

„Essen ist nicht unbedingt der erste Schritt der Integration, jedoch ein sehr wichtiger“... Davon ist Zeinab Soliman, Autorin des Kochbuchs „Diversität im Kochtopf“ überzeugt. „Beim Essen sind wir meistens locker, lustiger und gesprächiger. Es baut Vertrauen auf und Vorurteile ab.“ Die Ägypterin lebt bereits seit 24 Jahren in Österreich. Anfangs, als Lehramts-Studentin, half ihr das Kochen mit den SchülerInnen sehr dabei, ihre Scheu beim Deutschsprechen abzugeben: „Akkusativ oder Dativ, das wird beim Kochen zur Nebensache. Entweder mache ich den Mund auf und erkläre, was als nächstes zu tun ist – oder das Essen verbrennt, und die Schüler bleiben hungrig.“

Heute nutzt Soliman dieses Know-how in ihrem Job als Trainerin für Arbeitsuchende am BFI: „Wir brauchen kein Grammatikbuch, um sprechscheue Migranten zum Mitmachen zu motivieren. Hunger bekommen schließlich alle Menschen.“ Also forderte sie ihre TeilnehmerInnen auf, zuerst ein Rezept aus ihrer Heimat auf Deutsch aufzuschreiben, dann den anderen vorzustellen und später gemeinsam zu kochen. So wurden die Jobsuchenden sprachfitter für Bewerbungsgespräche – und: „Während wir miteinander schnipselten, rührten, abschmeckten und Spaß hatten, verschwammen auch die Grenzen zwischen den Kulturen“. Dieser Effekt sei nicht zu unterschätzen, da viele Migranten ihre Jobs aufgrund sprach- und kulturbedingter Missverständnisse wieder verlieren, betont die Trainerin. „Ich sehe es auch als meine Aufgabe, die Teilnehmer auf die individuelle Vielfalt der Mitarbeiter, Kollegen und Chefs in den Firmen vorzubereiten.“

Rezepte gegen Arbeitslosigkeit

Kochen und Essen als sinnvolle Unterstützung für beschäftigungslose Asylanten? Beim 32-jährigen David aus Gambia hat die „Zauberformel“



„Community-Cookings“ nutzen Küche und Esstisch als Begegnungsraum.

gewirkt! Er ist vor elf Jahren nach Österreich geflohen und stieß 2009 auf den Verein „KAMA Wien“. Dort werden gegen freie Spenden von Migranten geleitete Kurse und Workshops angeboten. KAMA-Mitarbeiterin Marlene Illers erzählt, dass die Nachfrage bei den Kochkursen besonders groß sei – *„von Seiten der Besucher genauso, wie von den Kursleitern.“* Schließlich ist gemeinsames Gemüseputzen, Kräuterhacken und Brutzeln komplett unpolitisch und macht einfach Spaß. Auch David war begeistert von dieser Idee. Während er den Österreichern seine westafrikanische Heimat schmackhaft machte, konnte er gleichzeitig auf sicherem Boden Kontakte knüpfen. *„Wenn du in einem Kurs Deutsch lernst, hast du ja niemanden zum Reden-Üben“,* sagt er, *„KAMA war meine Praxis, da musste ich erklären und kommunizieren.“* Zugleich begann er auch, die österreichische Kultur und Tradition besser zu verstehen. So sind nicht nur neue Freundschaften entstanden – David hat bei Kinderkochkursen auch seine Freude an der Arbeit mit Kindern entdeckt. Seit Herbst 2016 besucht er ein Kolleg für Kindergartenpädagogik, seine Ausbildung wird über ein von KAMA organisiertes Crowdfunding finanziert.

Sozial engagierte Gastronomie

Auch das Projekt „Topfreisen“ möchte Asylwerbern den Weg zu ihrem Traumjob bereiten. Es ermöglicht jungen Flüchtlingen, in die Gastronomie hinein zu schnuppern und konkrete Erfahrungen im Kochen und Kellnern zu sammeln. Die Idee zu ihrem bereits mehrfach ausgezeichneten Social Business-Unternehmen brachte Cornelia Mayer 2013 von einer Weltreise ins heimliche Maria Enzersdorf mit. Inzwischen hat sich der gastronomische Lieferservice gut etabliert. Die Gerichte werden von (hauptsächlich) afghanischen und somalischen Jugendlichen zubereitet, seit Herbst 2015 arbeitet ein Vollzeit-Küchenchef auch mit unbegleiteten Minderjährigen. Demnächst gibt es einen Pizzaback-Kurs und eine Schulung über das richtige Servieren – denn *„die Auftragslage wird immer besser. Wir beliefern heute von kleinen Feiern über Firmenevents bis hin zu Veranstaltungen mit 600 Personen“,* freut sich die Initiatorin. Und wenn die Köche dabei auch selbst die Speisen servieren, werden oft auch nette Kontakte geknüpft. Es gab sogar schon Einladungen zu Konzerten oder zum Eintritt in einen Sportverein.

„Topfreisen“ ist nur ein Beispiel für sozial engagierte Gastronomie in Österreich. In den letzten Jahren entstehen immer mehr Restaurants, die jenen Menschen Beschäftigung bieten, welche am Arbeits-

markt nur schwer ihren Platz finden. Im „Michl's“ etwa – ein nach dem Wiener Bürgermeister benanntes Projekt der „Wien Work – Integrative Betriebe und Ausbildungs GmbH“ – bekommen Langzeitarbeitslose und Menschen mit Behinderung die Chance zum (Wieder-)Einstieg in den Arbeitsalltag. Oder das Lokal „mittendrin“ in der Währingerstraße, in dem Obdachlose gemeinsam mit Studenten hinter der Schank stehen: Es ist Teil von „VinziRast-mittendrin“, wo Studierende und Obdachlose miteinander in WGs wohnen, sich diverse Sozialräume teilen und eben auch nebeneinander arbeiten. Dahinter steckt die Idee, Menschen vom Rande der Gesellschaft wieder ins Zentrum ebendieser zu holen. Der Reingewinn des Lokals unterstützt wiederum diverse Einrichtungen für obdachlose Menschen.

Kochkurse der anderen Art

Ein anderes Wiener Projekt beweist, dass man beim gemeinsamen Kochen und Essen gleich mehrere Fliegen mit einer Klappe schlagen kann: Seit November 2016 lädt ein Caritas-Team von zehn ausgebildeten Freiwilligen dreimal wöchentlich in die Alte Ankerbrotfabrik ein, um verschiedene Rezepte des britischen Starkochs Jamie Oliver nachzukochen. In England und Australien laufen die „Jamie Oliver Foundation“-Kochkurse bereits seit 2008 – jetzt werden sie erstmals in Mitteleuropa durchgeführt, mit hier wie dort demselben Ziel: Menschen jeden Alters und aus allen Schichten bekommen in acht Einheiten gegen einen geringen Unkostenbeitrag Kochfertigkeiten und Wissen über eine ausgewogene Ernährung beigebracht.

Der Ansatz passt perfekt ins Programm der Caritas Wien, die bereits seit zwei Jahren „Community Cookings“ veranstaltet: Vier „Nachbarschaftsköche“ zeigen anderen Menschen ein- bis zweimal täglich, wie man gesünder kocht. Leute aus den umliegenden Gemeindebauten treffen hier unter anderem auf Asylwerber, die in Flüchtlingseinrichtungen keine Kochmöglichkeit haben. *„Die Küche wird als Begegnungsraum genutzt, für Menschen, die sich sonst nie kennenlernen würden“,*



weiß Projektleiterin Lisa Plattner. Es geht dabei aber nicht nur um sozialen Austausch: „Wir wollen vor allem sozial benachteiligten Menschen, die von Kochen und Ernährung wenig Ahnung haben, auf niederschwellige Art zeigen, welche Lebensmittel in sehr guter Qualität zu günstigen Preisen erhältlich sind... also wie man gesunde, schmackhafte Gerichte kochen kann, die kein Vermögen kosten.“

G'sund muss nicht teuer sein

Gerade Menschen mit geringem Einkommen würden nämlich häufig dazu neigen, ungesunde Lebensmittel im Billig-Angebot zu kaufen, um „sich Gutes zu tun oder das Gefühl zu haben, am Konsumreigen teilnehmen zu können“, weiß Lothar Greger vom österreichischen „Forschungsinstitut für biologischen Landbau“ (FiBL). Dabei entpuppt sich bei genauerem Hinsehen, dass eine gesunde Ernährung – also mehr Bio-Obst und -Gemüse und weniger Fleisch und Fertiggerichte – letztendlich kostengünstiger wäre. Eine Studie des deutschen Öko-Instituts im Jahr 2014 zeigte nämlich folgendes: Eine Umstellung des „durchschnittlichen Ernährungsstils“ würde die Mehrkosten von Bio- und fair gehandelten Produkten weitgehend kompensieren, weil dadurch die hohen Kosten gesenkt werden könnten, welche durch ernährungsbedingte Krankheiten und den Einsatz nicht nachhal-

tiger landwirtschaftlicher Praktiken entstehen. „Die Lebensmittelpreise klammern derzeit aus, dass die konventionelle Landwirtschaft Folgekosten aufwirft – wie z.B. die Aufbereitung von kontaminiertem Grundwasser – welche die Kommunen, also wir, zahlen müssen“, erklärt Gregers Kollegin Theres Rathmanner und fordert eine Verbilligung der Bio-Lebensmittel durch neue Steuermodelle: „Würden alle Lebensmittelpreise diese Kosten integrieren, kämen Bio-Produkte wesentlich günstiger weg.“ Auch wenn solche Entscheidungen auf politischer Ebene getroffen werden müssen, sind wir als Verbraucher nicht machtlos. „Es geht um eine neue Befähigung des Individuums im Umgang mit Ernährung und Lebensmitteln“, bringt es Lothar Greger auf den Punkt. „Um die Fähigkeit des Geld-Haushaltens, der Markt- und Produktkenntnis, um die Fähigkeit, selbst rasch und einfach hochwertige Speisen mit ökologisch hochwertigen Lebensmitteln zuzubereiten, alles zu verwerten sowie richtig zu lagern, sodass nichts weggeworfen werden muss.“

Schulfach Essen

Genau diese Kompetenzen möchten Bildungsmaßnahmen wie die von „Jamie Oliver“ oder der „Caritas“ vermitteln. Und auch das Projekt „Schule des Essens“ von FiBL schlägt in dieselbe Kerbe: Bei Pizzabackkursen, Exkur-

sionen zu Biolandwirten und Filmen zur Schokoladenherstellung wird schon den Kleinsten auf spielerische Weise „nachhaltige Ernährung vom Acker bis zum Teller“ vermittelt. In der Pilotphase wurde dieses Projekt an drei Wiener Schulen erfolgreich getestet – nun wird evaluiert. Für die Initiatorin Theres Rathmanner ist die Vision völlig klar: Es soll zukünftig an allen österreichischen Schulen ein Schulfach „Essen“ geben. Damit Menschen schon von klein auf lernen, was Essen wirklich sein kann – nämlich regelmäßig, freudvoll, begeisternd, nachhaltig und vor allem verbindend.

infos & literatur

Doris Neubauer

Jg. 1978, ist freie Journalistin und Reisende.

Besonders gern erzählt sie inspirierende, Mut machende Geschichten von Menschen, die die Welt nicht nur Schritt für



Schritt entdecken, sondern positive Spuren in ihr hinterlassen. Und natürlich über ihr jüngstes Projekt: Mit ihrem Partner auf ihrem kleinen Segelboot Neuseeland zu umrunden. Nachzulesen unter anderem in der Wochenzeitung Die Furche oder Magazinen wie Lust aufs Leben, FREUDE oder Visa Complete.

Kontakt: doris.s.neubauer@gmail.com

Weiterlesen:

- **Mittendrin.** Menschen und Rezepte aus dem Vinzirast-Lokal von Aleksandra Pawloff & Shahabo Jahanbekloo (Pichler Verlag, 2016)
- **Rezepte für ein besseres Wir.** Koch mit uns über den Tellerrand! (Pearl, 2014)
- **Eine Prise Heimat.** Das Fusions-Kochbuch. Hrsg: Über den Tellerrand (Riva, 2016)

Websites diverser Social-Cooking & Social-Dining Projekte:

- www.spaceandplace.at • www.kama.or.at
- www.bit.ly/2sDvWQF (Caritas Wien)
- www.jamiesministryoffood.org
- www.magdas-hotel.at/events-detail/social-dinner-1/
- www.topfreisen.at • www.cookasa.com
- www.cooksocial.org
- www.culturekitchen.org • www.eatwith.com
- www.supperclubbing.com