

**Seminar *Kulturgeschichte 2: Essen und Trinken***  
im Sommersemester 2004 an der FH Merseburg im  
*Studiengang Kultur- und Medienpädagogik*  
Dienstag, 13.30 – 16.45 Uhr.

## **Die Ernährung in Europa seit der Zeitenwende**

0. Ernährung erfolgt zum Überleben; sie bereitet aber auch Freude und dient der Kommunikation. Deshalb ist sie ein grundlegendes Thema sowohl der Gesellschafts- wie auch der Kulturgeschichte. Vom Wandel der Esskultur lässt sich auf den Wandel der Gesellschaft schließen – und umgekehrt. Um diesen Wandel zu verstehen, bedarf es der historischen Perspektive. Nahrung ist ein soziales Totalphänomen: jeder Bundesbürger – bei durchschnittlicher Lebenserwartung - nimmt mindestens 80.000 Mahlzeiten zu sich. Mindestens sechs Jahre unseres Lebens verbringen wir mit Essen; gemeinsam Essen und Trinken entfaltet eine „ungeheure sozialisierende Kraft“ (Georg Simmel, zit. nach Hirschfelder, 2001, 18).
1. Vor ungefähr 2 Millionen lebten die ersten Menschen. Die Menschen verzehrten ihr Essen roh: Knollen, Früchte, Nüsse, Samen, Schösslinge, Schnecken, Raupen und Käfer sammelten sie.
2. Auf dieser extrem dünn von den frühen Menschen besiedelten Welt finden wir erst vor 300.000 Jahren angekohlte Knochen. Wenngleich nach wie vor das meiste Essen roh verzehrt wurde, bedeutete das Bändigen des Feuers das langsame Entstehen der Mahlzeiten. Die frühen Menschen begannen zu jagen, die Differenzierung der Geschlechter setzte ein.
3. Im Verlauf von Stein-, Bronze- und Eisenzeit wurden von Wesen, die sich kaum anders als Tiere ernährten, Menschen, die am Tag ihrer Arbeit nachgingen und sich am Abend zur Mahlzeit trafen, um gemeinsam nach festgelegten Regeln Speisen zu essen, die sie selbst angebaut und bevorratet oder erjagt hatten, und die sie nun zubereitet und gegart verzehrten. Die Menschen waren den Tieren in ihren körperlichen Fähigkeiten deutlich unterlegen; nur das Planen und Organisieren war ihre Stärke (Hirschfelder, 2001, 37, 24).
4. Pferdebraten dominierte am Ende der Altsteinzeit vor 13.000 Jahren. Die Menschen begannen zu fischen, vielleicht entstanden in den Kochgruben damals die ersten Suppen.
5. Die neolithische (jungsteinzeitliche) Revolution vor etwa 6.000 Jahren veränderte die Ernährung: sie wurde jetzt stärker vegetarisch geprägt. Die Menschen bauten einfaches Getreide wie Einkorn und Emmer an, dazu Linsen, Erbsen, Lein und Mohn an. Sie hielten Schweine, Rinder, Ziegen und Schafe, Pferdebraten verschwand. In der Jungsteinzeit setzten sich Geräte aus Bronze durch: neben

- der Geschlechterdifferenzierung kam es jetzt auch zu einer sozialen Differenzierung: Handwerker und Krieger hatten eine besondere Rolle. Vor weniger als 3.000 Jahren erlernten die Menschen auch, Eisen zu bearbeiten.
6. Zu essen gab es jetzt zusätzlich Huhn, Gans und Ente; die Stallhaltung von Rindern, Schafen und Ziegen führte zum regelmäßigen Genuss von Milch und Milchprodukten. Äpfel, Birnen, Zwetschgen und Kirschen wurden systematisch angebaut.
  7. Für die römische Kultur war das unbebaute Land gleichbedeutend mit wilder Natur, abseits liegend und ausgeschlossen. Nahrung wurde erzeugt, „erfunden“, die Kultur beschränkte sich nicht darauf, was die Natur zu bieten hat. Korn, Wein und Ölbäume standen im Mittelpunkt der Ernährung, ergänzt durch Obst und Gemüse sowie durch Fischerei. Die Ernährung war überwiegend vegetarisch ausgerichtet, sie wurde nur durch wenig Fleisch und Käse ergänzt, vor allem von Schafen und Ziegen.
  8. Essen nach der Zeitenwende fand statt vor dem Hintergrund des Zerfalls des römischen Reiches und danach der mühsamen Entwicklung von neuen gesellschaftlichen Strukturen auf dessen Ruinen, der stürmischen Vermischung der Völker und Kulturen, der Krise der Produktionsstrukturen mit dem Verfall der Landwirtschaft, der Landflucht und der Schwächung der städtischen Verteilerrolle, mit häufigen Kriegen, Verwüstungen und Epidemien.
  9. Der Ernährungsnotstand hatte im 6. Jahrhundert seinen Höhepunkt. Nach dem Wachstum in den vorigen Jahrhunderten nahm die Bevölkerungsdichte jetzt ab, die Landstriche verödeten.
  10. Die keltischen und germanischen Stämme waren es gewohnt, die großen Wälder Nord- und Mitteleuropas zu durchstreifen. Jagd und Fischerei, das Sammeln von Früchten und die Zucht wildlebender Tiere in den Wäldern – Schweine, Pferde, Rinder – sorgten für die Grundlagen ihrer Ernährung.
  11. Getrunken wurden Milch und Met, das bedeutet ungehopftes Bier.
  12. Fleisch war das Hauptnahrungsmittel; das Schwein war das Tier der Kelten.
  13. War die römische Kultur so von der „barbarischen“ strikt unterschieden, kam es in der zweiten Hälfte des 1. Jahrtausends zu einer Integration, zu einem *Kultursprung* (Montanari, 24). Das Fleisch wurde auch im von der römischen Kultur noch immer stark beeinflussten Südeuropa zur Speise der Starken. Die christliche Kirche sorgte für die Verbreitung von *Brot, Wein und Öl* in ihrem sich mit Hilfe des dominierenden Adels immer vergrößernden Einflussbereiches. Die Mönche waren auch überall die Vorhut der Rodung und Kultivierung des Landes. Dadurch ergab sich oft ein Gegensatz zur Jagdleidenschaft des Adels.
  14. Die Oberschichten des Nordens übernahmen die Sitte, Brot, Wein und Öl zu verzehren, während die Oberschichten des Südens viel Fleisch verzehrten und sich die Jagdleidenschaft
  15. Trotzdem unterschieden sich die Kulturen noch immer: Genuss durch Mäßigung in den von der römischen Kultur beeinflussten Gebieten stand gegen Genuss durch Völlerei bei den „Barbaren“ (Beispiele 34 und 35). Karl der Grosse musste im 9. Jahrhundert als König der Franken und römischer Kaiser in diesen Widersprüchen leben. Der Widerspruch kommt zum Beispiel zum Ausdruck in seiner Neigung zu über dem Feuer gebratenem Fleisch, während seine Ärzte ihm zu Gesottenem rieten.
  16. Die Farbe des Brotes wurde zur sozialen Frage. Das von den Römern überkommene weiße Weizenbrot wurde zum Brot der Herren, das graue und schwarze Brot, hauptsächlich aus Roggen hergestellt, wurde zum Brot der Knechte.

17. Am Ende des ersten Jahrtausends stand die Ernährungswirtschaft auf halbem Weg zwischen dem Stadium des Sammlertums und der Kultivierung. Seit dem 9. Jahrhundert beginnt die europäische Bevölkerung wieder zu wachsen. (50)
18. Allerdings führte die Verknüpfung von Ackerbau und Waldweide zu einem Mangel an tierischem Dünger, der sich im Wald verlor. Auch waren nicht genügend Arbeitstiere vorhanden. So mussten die Menschen in zwei großen Wellen, im 9. Jahrhundert und zwischen dem 11. und 13. Jahrhundert umfänglich Boden kolonisieren, um sie extensiv bewirtschaften zu können.
19. Zwischen den Jahren 750 und 1100 kam es zu 29 großen Hungersnöten in Europa. Diese Ernährungskrisen führen zu einer landwirtschaftlichen Expansion, zur Begründung einer wirklichen Agrarkultur im 11. Jahrhundert.
20. Die adligen Herren versuchen, sich die weniger werdenden Wälder zu unterstellen. Sie sind jetzt die aktive soziale Gruppe, weniger die Mönche, die früher die Bauern durch Kultivierung unterwarfen. Die Herren fordern mehr von den Bauern. Wilderei wird zum scharf verfolgten Strafdelikt. Die Versorgung mit frischem Fleisch, vor allem aus den Wäldern, wird zu einer sozialen Statusfrage. Es ist die Zeit der *Robin Hood*-Legende: Robin Hood steht für die utopische Vorstellung der kleinen Leute, frei auf die Jagd zu gehen und Fleisch essen zu können.
21. „Die Ernährung der unteren Bevölkerungsschichten gründete von da an überwiegend auf Lebensmitteln vegetarischen Ursprungs – Getreide und Gemüse -, während der Fleischkonsum – in erster Linie frisches Wildbret – ein Privileg zu werden begann und immer deutlicher als Statussymbol empfunden wurde“ (Montanari, 59). Brot wurde zur hauptsächlichen Speise der unteren Schichten, wobei dies sehr oft aus einfacherem Getreide hergestellt war und mit Hülsenfrüchten, Esskastanien, Polenta und Suppen begleitet wurde. (zit. Mönch 66)
22. „Das Wiederaufleben des Handels und der Geldwirtschaft in einer Welt, die Lebensmittelproduktion mit kontinuierlichem Rhythmus wachsen sieht, ruft Differenzierungserscheinungen hervor, die vorher kaum wahrnehmbar waren“ (Montanari, 61). Entscheidend wird der Zugang zum Markt.
23. Die Städte wurden im zweiten Jahrtausend u. Z. zunehmend zu Bezugspunkten. Die Stadtbürger führten die *Optik des Profits* ein. Der Bauern werden zu Arbeitsinstrumenten, nicht mehr bloß Abhängige wie in der Adelsgesellschaft. Weizen und Weißbrot wurden zum Statussymbol auch der städtischen Oberschichten.
24. Anstelle des robusten Appetits, Kennzeichen des ländlichen Adels, trat jetzt die Kunst des Auswählens, die Qualität. Kochrezepte wurden jetzt in Kochbüchern festgehalten. Die *Tollheit der Gewürze* (Fernand Braudel) bedeutete insbesondere für die venezianischen Kaufleute ein großes Geschäft. Bürger mussten mehr noch als die Adligen ihren Reichtum und sozialen Aufstieg hervorheben. Es kam zum *Kaviar-Syndrom*. Nationale und regionale Traditionen begannen sich herauszubilden. In der Stadt bildeten sich öffentliche Lokale heraus. Garköche und Bäcker boten ihre Dienste an. Seit Mitte des 13. Jahrhunderts gehörten Kuchen und Torten zum städtischen Angebot überall in Europa.
25. Seit ungefähr 1270 kehrte allerdings der Hunger zurück. Zu Beginn des 14. Jahrhunderts verringerte sich die landwirtschaftliche Produktion. In diesem Jahrhundert ereigneten sich schreckliche Hungersnöte. Der Ernährungsstress führte dazu dass die Menschen anfälliger waren. Die Pest vernichtete mindestens ein Viertel der Bevölkerung.

26. Nach den Quellen breiteten sich im 15. Jahrhundert paradiesische Zustände aus, die sich insbesondere in einem hohen Fleischkonsum äußerten. Für Deutschland wird ein Fleischkonsum pro Kopf von 100 Kilogramm vermutet. Langsam setzte sich eine neue Viehwirtschaft durch. Die Stadtbürger verspürten Hunger nach Rind. Rinder wurden in Ställen gehalten und professionell geschlachtet. Weiter nahm die Schafzucht zu: die einstmals kultivierten Gebiete eigneten sich nach ihrer Aufgabe für Schafherden; in den Städten stieg der Textilbedarf. Das Jagdrecht wurde jetzt in Konzessionen vergeben.
27. Die christliche Kirche verordnete Fastenzeiten, um den Fleischgenuß einzudämmen: einmal war Fasten ein traditionelles Mittel, Buße zu tun; weiter sah die Kirche den Fleischverkehr mit sexueller Ausschweifung verbunden, ferner wirkten die vegetarischen Traditionen der antiken Kulturen noch nach. Die Christen propagierten den Genuss von Fisch. Aufgrund der schwierigen Transport- und Konservierungsbedingungen konzentrierte sich der Fischverbrauch jedoch auf Süßwasserfische. Im 14. Jahrhundert entwickelten die nordeuropäischen Kaufleute ein System, den Hering schnell zu salzen und zu vertreiben. Darauf gründete sich der Erfolg der Hanse. An Ende des 15. Jahrhunderts stand der Kabeljau im Mittelpunkt des Handelsinteresses. Um die Fanggründe vor Neufundland setzte ein wahrer Krieg ein, in dem sich Frankreich und England durchsetzten. Kulturell blieb der Fisch in Europa jedoch immer ein Ersatz für Fleisch.
28. Die Zeit vom 14. bis zum 16. Jahrhundert war eine Zeit großer sozialer und regionaler Mobilität. Deswegen legten der Landadel, der Stadtadel und das Großbürgertum großen Wert darauf, durch Regelung des Essens und des Kleidens diese Mobilität einzuschränken. Die armen Leute mussten die *niedrigen* Früchte und Gemüse essen, beispielsweise Zwiebeln, Knoblauch, Lauch, Rüben; die Herren aßen Obst und weißes Fleisch. Der Fasan wurde zu einer besonderen – kulturellen – Delikatesse.
29. Der Machtbegriff ändert sich vom 14. bis zum 16. Jahrhundert. *Nicht mehr so sehr die physische Kraft und der Kampfesmut werden als wichtigste Attribute der Führungsschicht angesehen, sondern das administrative und politische Können* (Montanari, 111). Deswegen nimmt die Tafel der Reichen einen prahlerischen Zug an; Küchenchefs werden zu Zeremonienmeistern. Zeigen lautete die neue Parole (zit. 113). Die Tafel ist Ort des sozialen Zusammenhalts um einen Anführer herum, aber auch des Ausschlusses und der Separation.
30. Dieser Welt des gesellschaftlichen Privilegs und der politischen Macht steht die Welt des Hungers und der Angst davor entgegen. In dieser Zeit kommen die Träume vom Schlaraffenland auf (zit 115). Im 16. Jahrhundert gibt es auch wieder Anzeichen einer verschlechterten Ernährungslage. Die Satten entwickeln auch das Bild der glücklichen Armut, der segensreichen Bescheidenheit. Allerdings: *nur demjenigen, der viel isst oder zumindest viel essen kann, ist es möglich so zu denken. (...) Die wirklich Hungernden haben immer gewünscht, sich unmäßig den Bau zu füllen; haben es hin und wieder getan und oft davon geträumt* (Montanari, 117).
31. Nach den Entdeckungen, 1489 beispielsweise Amerikas, war das Essen in der Ferne utopischer Gegenstand dessen, was man sich zuhause wünschte. Nach der Ernährungskrise Ende des 16. Jahrhundert setzten sich jedoch neue Nahrungsmittel durch. Reis gelangte von Spanien in die Niederlande, Buchweizen wurde in Italien angebaut. 1493 traf der Mais in Europa ein. Allerdings traten diese Lebensmittel schüchtern an die Seite des Brotes. Erst im

18. Jahrhundert setzten sie sich durch. Auch die Kartoffel, von den Spaniern 1539 in Peru entdeckt, trat ihren Siegeszug erst in diesem Jahrhundert an.
32. Der Fleischverbrauch sank von geschätzt 100 Kilo pro Kopf im Deutschland des 14./15. Jahrhundert auf ein Minimum von 14 Kilo im 18./19. Jahrhundert. Die Ernährung mit Brot wurde monotoner, es steigerten sich die Qualitätsunterschiede. Die Städte schotteten sich in Hungerkrisen ab, es kam zu *bürgerlichen Grausamkeiten* (Fernand Braudel).
33. Die Unterschiede zwischen den zwei Europas (Montanari, 132) nahmen wieder zu. Die romanischen Literaturen machten sich lustig über die Figur des germanischen Trunkenbolds, fleischfressend und Speck verschlingend, während die Italiener, die (Süd-)Franzosen, die Spanier Obst essen, das Gemüse mit Kräutern und Öl zubereiten.
34. Die Reformation machte diese Unterschiede deutlich: sie erhöhte die Mobilität. Auch der Fischhandel hatte in Nordeuropa große Einbrüche zu verzeichnen. Wein wurde auch in protestantischen Gebieten weiter getrunken, er erhielt jedoch den Status eines Luxusgetränks.
35. Die fetten Buttersaucen traten ihren Siegeszug an; sie verdrängten die traditionell sauren Saucen, die vor der Reformation üblich waren. Saure und süße Geschmacksrichtungen wurden jetzt getrennt. Der Zuckerkonsum nahm seit dem 17. Jahrhundert rasant zu.
36. Bier, Schnaps und Wein brachten Abwechslung in die monotoner werdende Küche. Auch bedeutete der Alkoholgehalt eine wesentlich besser Konservierungsmöglichkeit; erst im 19. Jahrhundert gelang es in großem Maß, Europa (wieder) mit genießbarem Frischwasser zu versorgen. Im 17. Jahrhundert traten Kaffee, Tee und für den Adel und das Großbürgertum auch Schokolade ihren Siegeszug an. Sie wurden in den großen Städten zu Hauptdrogen.
37. Im 18. Jahrhundert gab es große Hungerzeiten; die Bevölkerung stagnierte bei ungefähr 90 Millionen Menschen Mitte des 14. Jahrhunderts und im Jahr 1600, um dann auf 125 Millionen 1700 anzuwachsen, von da an auf 145 Millionen um 1750, auf 195 Millionen um 1800, schließlich auf 288 Millionen 1850. Die landwirtschaftliche Produktion konnte mit diesem Bevölkerungswachstum nicht Schritt halten.
38. Im 18. Jahrhundert fand eine *landwirtschaftliche Revolution* statt. Dazu zählt die Erweiterung des landwirtschaftlichen Anbauflächen, die Verwendung von Hülsenfrüchten als Viehfutter und zur bäuerlichen Ernährung, die Integration der Tierhaltung in das Agrarsystem, die Umzäunung des Landbesitzes und die Aufhebung von gemeinschaftlich genutztem Land (Allmende). In die zweite Hälfte des 18. Jahrhunderts fällt der Beginn des landwirtschaftlichen Kapitalismus.
39. Mais und Kartoffeln wurden im 19. Jahrhundert zur Hauptspeise der unteren Schichten und Klassen. Während sich ca. 90 % der Menschen vorwiegend von diesen zwei aus Amerika stammenden Produkten ernährten, aßen die Oberschichten Brot, Gemüse, Fleisch und verfeinerten ihre Küche.
40. Die Mahlzeiten der einfachen Leute verloren ihre frühere Abwechslung. Dies führte zu Krankheiten, im Fall der reinen Mais-Ernährung zu Pellagra, im Fall der Kartoffel führten die Monokulturen zu verheerenden Hungersnöten, wie beispielsweise in Irland in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts, als die Bevölkerung auf der Insel von 8 auf 5 Millionen absank.
41. Der Siegeszug der (Trocken)Nudel begann in Sizilien im 14. Jahrhundert, setzte sich über Apulien und Ligurien fort. Sie war allerdings noch kein Massennahrungsmittel. Zum Massennahrungsmittel wurde sie erst seit dem 18. und 19. Jahrhundert, als sie sich mit der von Neapel ausgehenden Einführung

der Knetmaschine und vor allem der mechanischen Nudelpresse in ganz Italien, der Schweiz und in Südwestdeutschland durchsetzte. Die Tomate aus Amerika wurde erst im 19. Jahrhundert zur üblichen Ergänzung der Nudelgerichte. Vorher war Käse die übliche Beilage zur Nudel gewesen.

42. Im 18. Jahrhundert begannen sich Intellektuelle Gedanken über die ausreichende Ernährung auch der einfachen Menschen zu machen. Dies mündete in Sozialreform-Bestrebungen im 19. Jahrhundert, die aber zur Durchsetzung der industriellen Ernährung beitrug (Beispiel Maggi).
43. Die Industrialisierung des Essens machte die Landwirtschaft von einer Nahrungsproduzentin zu einer Zuliefererin der Nahrungsmittelindustrie.
44. Dies wurde von einer Beschleunigung des Transports und einer Verbesserung der Konservierungsmethoden begünstigt.
45. Der Vollzug dieser Maßnahmen beseitigte den Hunger in den industrialisierten Ländern, führte aber zu einer Verlagerung des Hungers in die Gebiete der 3. Welt.
46. Die *Delokalisation* des Essens führt zu weiter ansteigender Uniformität des Essens, die noch durch die Ende des 19. Jahrhunderts einsetzende Werbung verstärkt wird. Dies führt auch zum kulturellen Bedeutungsverlust des Essens.
47. Das Essen nimmt einen städtischen Charakter an. Es verliert seine Abhängigkeit von Saisonen und Regionen.

Montanari, Massimo, Der Hunger und der Überfluß. Kulturgeschichte der Ernährung in Europa, München: Beck, 1999 (orig. it.),  
Hirschfelder, Gunther, Europäische Esskultur. Eine Geschichte von der Steinzeit bis, Frankfurt/New York: Campus, 2001