

Das Deftige für den Mann, das Leichte für die Frau?

Über den Zusammenhang von Ernährung und Geschlecht im 20. Jahrhundert

Uwe Spiekermann

Ingeborg Jahn, Ulla Voigt (Hrsg.)

Essen mit Leib und Seele

Theorie und Praxis
einer ganzheitlichen Ernährung

Mit ausgewählten Rezepten

Versetzen Sie sich bitte zurück in das Jahr 1900. Damals fragte Gustav Schmoller, führender Nationalökonom des Deutschen Reiches, nach den Ursachen der modernen Kulturentwicklung:

»Die Lustgefühle des Essens und der Begattung sind die stärksten, elementarsten; durch sie wird es bewirkt, daß das Individuum und die Gattung sich erhält. Je niedriger die Kultur steht, desto mehr stehen sie im Vordergrund, beherrschen überwiegend oder gar allein den Menschen. Aber auch der rohe Mensch lernt nach und nach daneben die Freuden kennen, die sich an die höheren Sinne des Auges und des Ohres knüpfen. Es entstehen die ästhetischen Gefühle, das Wohlgefallen an der Harmonie der Töne und der Farben, die Gefühle des Rhythmus des Taktes, der Symmetrie. [...] Ebenso entstehen aber mit dem Gattungselben [...] die moralischen Gefühle. Der Mensch kann nicht bloß essen und lieben, er muß seine Zeit und seine Seele mit anderem erfüllen. Er nimmt gewährt, daß unterhaltende Geselligkeit, glückliches Familienleben, Erziehung der Kinder, die Übung der eigenen Kraft und Gewandtheit gleichmäßigere und dauernde Lust gewährt.« (Schmoller 1900, 21-22)

Ernährung und Geschlechtsbeziehungen stehen demnach am Anfang menschlicher Existenz. Im Laufe der Zeit nimmt ihre Bedeutung jedoch ab, bewusst werden die Triebe zurückgestaut und ästhetisiert, da der Mensch zu Höherem berufen sei als zum Essen und stetem Kontakt zum anderen Geschlecht. Schmollers Vorstellung blieb nicht ohne Widerspruch. Viele Zeitgenossen erleben Essen und Geschlechtsbeziehungen vielmehr als Teil alltäglicher Konflikte, alltäglicher Reproduktionen des Männlichen und des Weiblichen. Versetzen wir uns beispielhaft in einen badischen Arbeiterhaushalt:

»Der Arbeiter verbraucht das Bier allein und zwar auf der Baustelle. Bemerkenswert ist, daß er an dem Geldbetrag, den er sich für den Trank angesetzt hat, manches erspart und dafür seiner Frau und seinen Kindern mitunter kleine Geschenke macht. In den Weinverbrauch teilen sich zu gleichen Teilen Mann und Frau. Vom Fleisch verzehrt der Vater zwei Drittel, die Mutter ein Drittel, die Kinder erhalten lediglich Suppenanteil [...]. Von den zwölf Würstchen, die wöchentlich auf den Tisch kommen, erhält der Vater vier, die Mutter zwei, die sechs ältesten Kinder je eine.« (Bittmann 1914, 110)

Setzt man die Kosten für den Mann gleich 1, so betragen die Ernährungsausgaben für die Frau lediglich 0,49, für die Kinder durchschnittlich 0,34. Das Essen schied offenbar zwischen den Geschlechtern, symbolisierte und stärkte die innerfamiliäre Stellung der Einzelnen. Und der männliche Ernährer erhielt nicht nur mehr, sondern auch höherwertiges Essen.

Der Kontrast beider Zitate lässt Fragen keimen: Welche Bedeutung besitzt die Kategorie Geschlecht für unser Essen, für unsere Ernährung? Wo stehen wir auf dem langen Weg zur modernen Sittlichkeit, zur Gleichrangigkeit der Geschlechter, die Schmoller anbrechen sah? Oder sind diese alten Zitate völlig überholt, gestalten sich Ernährungs- und Geschlechtsverhältnisse heutzutage gänzlich anders?

Edition Temmen

Um diese Fragen zumindest ansatzweise beantwortet zu können, werden wir vier Stränge des breiten Beziehungsfeldes von Ernährung und Geschlecht näher analysieren. Eingangs gilt es, die physiologischen Unterschiede der Ernährung von Mann und Frau näher zu betrachten. Diese sind relativ gering; Unterschiede werden vielmehr bewusst gepflegt und stilisiert. Das zeigt sich bei Lebensmitteln, stärker aber noch im Umgang mit Genussmitteln. Rauchernde Männer, va. aber Frauen, werden daher im Mittelpunkt des zweiten Teiles stehen, um so Verbote und Gebote, Schickliches und Unschickliches in den Blick zu nehmen. Ein dritter Strang der Argumentation behandelt am Beispiel der Bewertung und der Bedeutung des Körpers die Erfahrung und Folgen des Essens. Doch Ernährung ist mehr als Verzehr, sie umgreift auch Einkauf und Zubereitung, Abwasch und Entsorgung. Die Analyse des Haushaltshandels bildet demnach einen vierten Teil, ehe wir abschließend versuchen werden, die verschiedenen Stränge vor dem Hintergrund unserer Zeit zu bündeln und die Ausgangsfragen zu beantworten.

Physiologie und Konsummuster

Starten wir mit dem vermeintlich »harten« Wissen der heutigen Ernährungswissenschaft: Männer und Frauen brauchen demnach eine unterschiedliche Ernährung. Grund hierfür sind unterschiedliche Grundsätze und eine unterschiedliche Zusammensetzung der Körper: Männer besitzen mehr Muskelmasse, Frauen dagegen mehr Fettgewebe. Entsprechend empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung erwachsenen Frauen mit geringer körperlicher Aktivität die tägliche Zufuhr von 1.900 kcal, für Männer liegt dieser Wert bei 2.400 kcal.¹ Frauen müssen bei geringer körperlicher Aktivität demnach zwischen 20 und 30 % weniger Kalorien zuführen als Männer. Da der Grundumsatz nur um 6-8 % abweicht, gründen die Empfehlungen vorrangig auf den unterschiedlichen Durchschnittsgewichten der Geschlechter.²

Diese physiologischen Daten liegen seit etwa 50 Jahren relativ fest. Noch um die Jahrhundertwende war man jedoch von einem vergleichbaren Grundumsatz der Geschlechter ausgegangen.³ Die frühe Physiologie erkundete den Mann, gründete ihre Empfehlungen für Frauen lediglich auf die Untersuchung einiger älterer Pfandneimen und entsprechenden Schätzwerten (vgl. etwa Beneke 1876, 283-286). Erst nach dem Ersten Weltkrieg kam es in den USA und auch in Deutschland zu systematischen Stoffwechseluntersuchungen, um die »Natur« der Geschlechter präzise zu erfassen. Deutlich zeigt sich hier, dass kulturelle Annahmen in die Empfehlungen einfließen und einfließen, die aus einer vermeintlichen »Natur« der Geschlechter folgen.

Folgt man den physiologischen Grunddaten, so sind beim täglichen Verzehr deutliche Unterschiede zu erwarten. Aktuelle Daten belegen eine insgesamt geringere Verzehrmenge der Frauen, die sich auf die Lebensmittelgruppen spezifisch verteilt (Tab. 1).

Tab. 1: Täglicher Verzehr von Lebensmitteln in der Bundesrepublik Deutschland 1993 (g pro Kopf, alle Bundesländer)⁴

Lebensmittel(gruppe)	Männer	Frauen
Fleisch	70,7	60,9
Wurst- und Fleischwaren	73,0	51,3
Milchprodukte	239,2	209,5
Eier	20,6	19,0
Butter	14,0	13,7
Kartoffeln/Kartoffelprodukte	116,2	116,4
Einheimisches Frischobst	71,4	74,0
Frische Süßfrüchte	54,0	54,5
Frischgemüse	87,9	90,3
Brot/Backwaren	160,1	137,0
Zucker	22,0	22,4
Süßwaren	50,5	50,1
Alkoholfreie Getränke	607,2	497,3
Kaffee/tee	20,7	20,0
Alkoholische Getränke	324,7	165,5

Männer trinken signifikant mehr Alkohol und auch alkoholfreie Getränke, verzehren mehr Fleisch und Fleischprodukte, mehr Brot und Backwaren sowie Milch und Milchprodukte. Frauen erreichen die Verzehrdaten von Männern nur selten, doch relativ verzehren sie mehr pflanzliche Produkte, insbesondere Gemüse, Obst und auch Kartoffeln, ferner auch Zucker und Süßwaren.⁵ Entsprechende Unterschiede fand man - bei allerdings deutlich stärkerer Ausprägung (vgl. Sandgruber 1991) - auch vor 100 Jahren: Fleisch und Alkohol auf männlicher Seite, pflanzliche Produkte und Süßwaren auf der weiblichen Seite.⁶ Während damals aber die Kost der Männer als die »starke«, kräftigere, angemendere galt, hat sich die Wertschätzung der jeweiligen Lebensmittel schon lange, beginnend mit dem »Vitaminummel« der 1920er-Jahre, gewandelt: Frauen essen heutzutage gesünder, orientiert man sich an den ernährungswissenschaftlichen Empfehlungen, die ja einen geringeren Konsum der prototypisch männlichen Lebensmittel anraten, parallel vermehrten Konsum zumindest von Obst, Gemüse und Kartoffeln, also ehemals »schwacher« Speisen (vgl. Fagerli und Wandel 1999).

Was aber bedeutet dies? Belegt dies wirklich, dass Frauen und Männer anders essen, weil sie Männer und Frauen sind? Vergleicht man etwa die regionalen Verzehrunterschiede in der Bundesrepublik, so ergibt sich nicht nur das überraschende Phänomen, dass diese Unterschiede insgesamt stärker ausgeprägt sind als die zwischen den Geschlechtern, sondern dass auch Frauen in den unterschiedlichen Regionen jeweils unterschiedlich essen (Abb. 1).

Zahlreiche Untersuchungen haben belegt, dass Frauen wesentlich besser über die Ernährungsempfehlungen informiert sind. Es ist daher nicht unwahrscheinlich, dass Wissens- und Bildungunterschiede die Ernährungsweise im Sinne »gesünderer Kost« beeinflussen.⁷ Defizite gibt es aber auch beim Handeln, also bei der Zubereitung von Essen. Männer greifen hier deutlich häufiger zu fleischhaltigen Convenience-Gerichten, weil sie vielfach nicht gelernt haben, sich selbst zu versorgen.⁸ Männer folgen zudem wesentlich strikter - zumal in der Unterschicht bzw. unteren Mittelschicht - dem prototypisch »ungesunden« Ernährungsver-

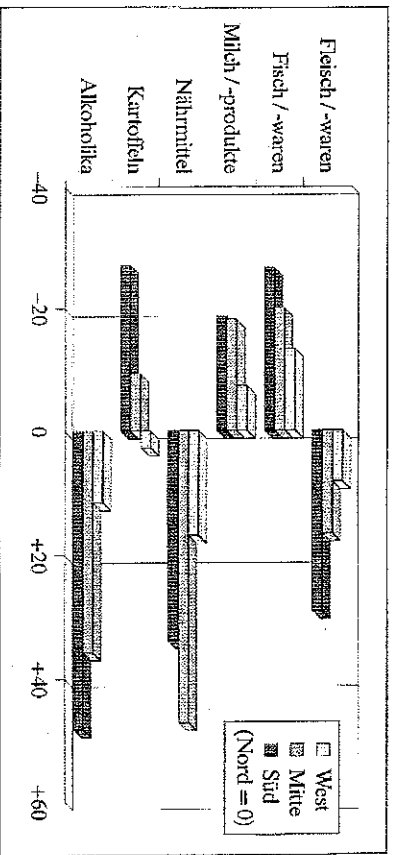


Abb. 1: Regionale Verzehrunterschiede von Frauen in der Bundesrepublik Deutschland 1985/88 (Zusammengest. n. Verzehrstudie, 1991, 21)

halten dieser Gruppen, während Frauen hier eigenständiger handeln und essen. So deutlich die Unterschiede im Ernährungsverhalten zwischen den Geschlechtern auch sein mögen, so ist es doch nicht ausgemacht, dass dies eindeutig der Kategorie des Geschlechtes zuzurechnen ist.

Daher werden wir die Ebene des Durchschnittskonsums verlassen, denn Geschlechtsunterschiede lassen sich am einfachsten bei einzelnen Lebens- und Genussmittelanalysen.⁹ Mit dem Tabak wähle ich dabei ein Genussmittel, das aufgrund seines relativen Luxuscharakters gesellschaftliche und geschlechtliche Wandlungen besser spiegeln kann als beispielsweise Grundnahrungsmittel. Es ist historisch eher männlich besetzt, physiologisch nicht notwendig und eignet sich daher für einen repräsentativen symbolischen Konsum deutlich besser als etwa Kartoffeln oder Brot.

Ernährung als Abweichung oder: Das Rauchen der Frauen

Frauen haben nicht erst in den letzten Jahrzehnten verstärkt zum Tabak gegriffen. »Rauchen der Frauen, obgleich immer wieder Gegenstand der Karikatur und Sozialkritik, waren im 17. und 18. Jahrhundert nichts Ungewöhnliches« (Sandgruber 1986, 125). Geschlechtsspezifische Unterschiede prägen dann aber tief greifend das 19. Jahrhundert. Sie entspringen der »bürgerlichen Differenzierung der Geschlechtscharaktere, die seit dem frühen 19. Jahrhundert auf die bäuerliche Gesellschaft und die Industriearbeiterschaft übertragen und zu einer gesamtgesellschaftlich verbindlichen Norm und zum naturhaft gedachten Wesen von Weiblichkeit verallgemeinert wurden« (Sandgruber 1986, 129).

Rauchen war männlich besetzt, der Mann roch nach Tabak, auch wenn die Verbote öffentlichen Rauchens vielfach erst in den 1840er Jahren fielen.¹⁰ In der bürgerlichen Wohnung war das Herrenzimmer meist auch Raucherzimmer, während Damenzimmer die waren, in denen nicht geraucht werden durfte. Entsprechend schieden sich die Sphären. Der Mann durfte, ja sollte rauchen, durfte sich der Frau jedoch nicht verrächt vorstellen. Die Frau sorgte sich um

die gute Luft im bürgerlichen Heim, Männer gründeten vielfach Rauchclubs, sog. Tabagien, um hier von Frauen ungestört dem Laster resp. dem Genuss frönen zu können.¹¹

Diese strikte Trennung des Konsums erlaubte es Frauen jedoch, den unangesehnen Konsens gezielt in Frage zu stellen. Schon während der 1848er-Revolution zündeten sich »Barrikadenmädchen« eine Pfeife an oder eröffneten das Feuer gar auf eine Zigarre. Rauchen war für Frauen im Wortsinne revolutionär, und gerade Konservative griffen dieses gefährliche Unterfangen wieder und wieder auf (Abb. 2).

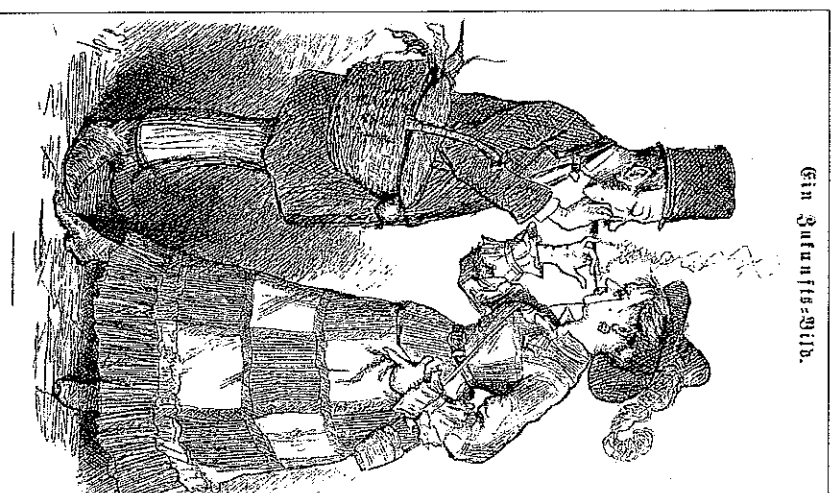
Derartig abweichendes Verhalten blieb im bürgerlichen Milieu jedoch unüblich. Rauchwaren besaßen in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts nach wie vor eine klare Geschlechts- und Alterszuweisung.¹² Erst in den 1890er Jahren veränderte sich diese Zuschreibung im Deutschen Reich nachhaltig. Wegbereiter waren die englischen »New Women«, die die seit den 1880er Jahren stark aufkommende Zigarette zum Symbol weiblicher Emanzipation stifteten (vgl. Kjærbøll 1902; Hilton 1997). Die Zigarette war »leicht und kokett, in weißem Unschuldsgewande, zierlich und schlanke [...] Schon die Art, wie sie anmutig zwischen den Fingern balancierte und, kaum engkommen, ihr Leben aushauchte, war etwas, das den Frauen gefiel« (Wohlbrück 1908, 758-759).

Auch in Deutschland griffen Frauen oberer und mittlerer Herkunft vermehrt zur Zigarette. Es wäre jedoch, trotz des parallelen Aufschwunges der Frauenrechtsbewegung, verfehlt, der Mehrzahl der Raucherinnen eine reflektiert emanzipatorische Absicht zu unterstellen: Es erweiterte die Genussmöglichkeiten der Frauen und konnte durchaus im Einklang mit der geordneten Welt der bürgerlichen Familie stehen:

»Die Zeiten schwinden immer mehr, da sich Rauchwolken in Gardinerpredigten auflösen. [...] Auch die deutschen Frauen haben sich seit einigen Jahren mit der Zigarette befreundet. Da sie ihren Männern das Rauchen in ihrer Gegenwart nicht abgewöhnen konnten [...] so haben viele von ihnen schließlich couragiert mitgeraucht, und es ist charakteristisch für die Deutsche, daß sie so oft auf die Frage, warum sie raucht, antwortet: »Ja – dann merke ich es weniger, daß mein Mann so viel raucht!« (Wohlbrück, 1908, 759)¹³

Weibliches Rauchen verblieb im Hause, im Salon und Restaurant; Gleichwohl sahen Kritiker hierin unweibliches Verhalten, sorgten sich diese insbesondere über die mögliche Vernachlässigung mütterlicher Pflichten (Abb. 3).

Abb. 2: Revolutionäres Paar 1876 (Quelle: Fliegende Blätter 65, 1876, 131)



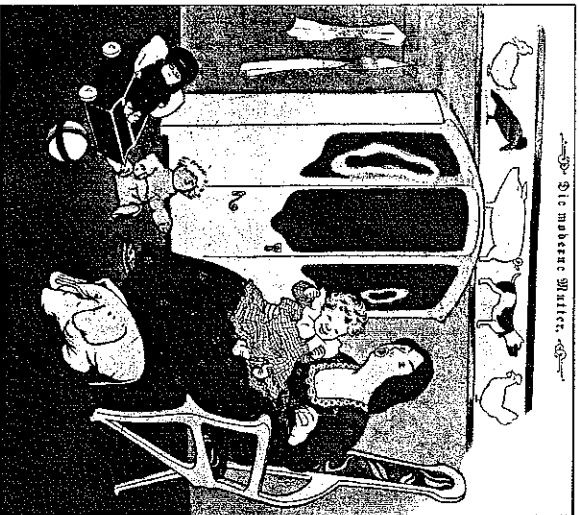
Diese Kritik war doppeltbödig, verwies auch auf die parallele Sexualisierung des Rauchens. Rauchen war eben nicht nur Ausdruck von Widerstrebigkeit, sondern auch von Verführung und Laszivität. Man denke an das Bild der Prostituierten oder das der attraktiven, mondänen Frau. In der Zigarettenwerbung der Jahrhundertwende spiegeln zahlreiche Bilder halbbeleideter oder sich verführerisch darbietende Frauen diesen Trend (Abb. 4) – wobei das Zielpublikum vorwiegend Männer waren.

Zunehmendes Rauchen der Frauen verlagerte das Spiel der Geschlechter. Während Zigarettenkonsum, zumal längerer Sorten (Filterzigaretten wurden in Deutschland erst seit 1934 produziert), auch für Frauen üblicher wurde, blieb die kräftig-griffige Zigarre eine Männerdomäne.¹⁴ Beide Geschlechter rauchten, doch sie rauchten andere Produkte, zumal Männer auch deutlich häufiger schnupfen bzw. Pfeife rauchten. Es ging nicht mehr um das Rauchen an sich, sondern um die Art des Rauchens – und auch die besonders forschenden Akademikerinnen hielten sich an diese unausgesprochene Norm (Springer 1907).

Das Verhalten der Frauen fand gleichwohl neue Gegner, Widerspruch aber kam in einem neuen Gewand daher. Die kulturelle Scheidung zwischen Schichtklimen oder Nichtschichtklimen wurde mehr und mehr abgelöst durch naturwissenschaftliche Kritik. Der polare Geschlechterdiskurs wurde überlagert durch einen geschlechtsspezifischen Risiko- und Gefährdungsdiskurs.¹⁵ In diesem spiegelte sich die generelle Einschätzung der Frau als schwächerem und schönerem Geschlecht:

»Eine besondere Stellung nimmt noch das weibliche Geschlecht ein, dessen Nervensystem im allgemeinen weit empfindlicher ist als das der Männer, worin jedoch nicht gesagt sein soll, daß es etwa minderwertiger sein muß. Diese Tatsache ist, die die Frau auch viel empfänglicher für Nikotinschäden macht und sie auch weit öfter vom Rauchen

Abb. 3: Kritik an der modernen Murrer 1906
(Quelle: Fliegende Blätter 125, 1906, 42)



abhält als den Mann.« (Lickint 1925, 333-334)¹⁶
Nach dem verlorenen Krieg wurde die Argumentation erweitert, trat das Prinzip der sparsamen Haushaltsführung in den Vordergrund, galt Rauchen der Frau doch als entbehrlicher Luxus. Rauchen störte die Ordnung der Geschlechter, die Ordnung der Kinderaufzucht, beschneidete den Kleinen doch das »lebenswichtige Nahrungrecht auf reine Luft zum Atmen.«¹⁷ Die Familienräume sollten rauchfrei bleiben. Doch parallel nahm die tabakgegenreiche Bewegung, die sich schon im Kaiserreich institutionalisiert hatte,¹⁸ auch den Mann in die Pflicht.

All dies hatte wenig Erfolg: Der Zigarettenkonsum vor allem der Frauen nahm während der Weimarer Republik deutlich zu. Eine Untersuchung Münchner Studentinnen ergab 1930 einen Anteil von 23 % Raucherinnen, bei den jüngeren 21- bis 24-jährigen lag er bei 34 % (Bach 1932, 43). Es rauchten nun auch

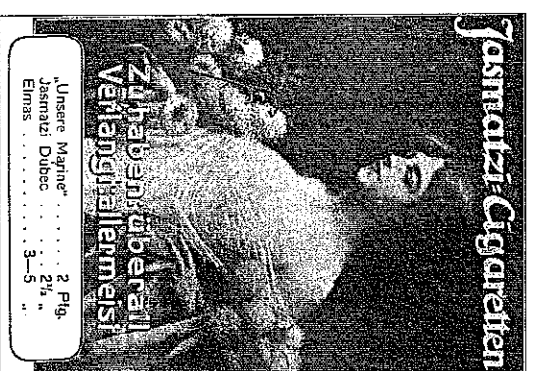
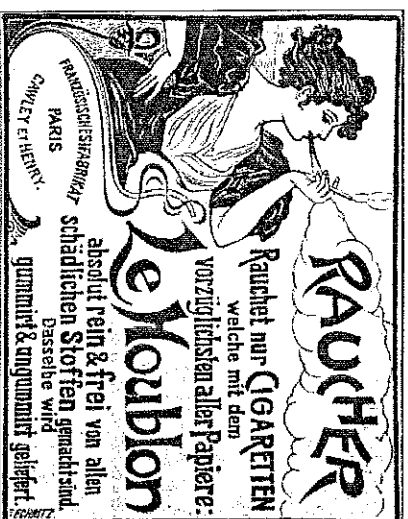


Abb. 4: Die laszive Frau in Zigarettenwerbungen der Jahrhundertwende
(Quellen: Fliegende Blätter 117, 1902, Nr. 2993, Belbi, 28; Simplicissimus 17, 1912/13, 321)



Frauen aus mittleren Schichten, die Zigarette wurde Teil der urbanen Angestelltenkultur. Wie prägend diese neue Mode geworden war, zeigte sich in der Weltwirtschaftskrise, die eben nicht zu einem tief greifenden Konsumrückgang führte.¹⁹ Stattdessen sank der Konsum der weiblich besetzten Süßwaren, insbesondere von Pasten, dramatisch. Das war auch Reflex auf ein neues Körperideal, auf die schlanke Linie. Die Männer reagierten hierauf spezifisch. Während sie nach wie vor Tabakwaren und Alkohol geschenkt bekamen, traten bei den Frauen vielfach Blumen an Stelle der Süßwaren – nicht aber Zigaretten, trotz gezielter Werbung (Bergler 1931).

Der Nationalsozialismus bildete auch für die Geschlechtsverhältnisse einen deutlichen Einschnitt, gingen seine Vertreter doch von einer klaren Wesens- und Funktionsverschiedenheit der Geschlechter aus. Die »deutsche Frau« hatte innerhäuslich zu wirken, hatte Kinder zu gebären und aufzuziehen. Rauchen von Frauen galt als »undeutsch«, so dass das Regime zunehmend an die Vorgaben der tabakgegenreichen Kreise anknüpfte. Reichspopagandaminister Goebbels appellierte schon 1933: »Ich kann mir vorstellen, daß unter den Frauen der Grundsatze sich durchsetzt: Wir rauchen nicht.« (Lickint 1934, 1768). Doch während der NS-Zeit wurde die Antirauchpolitik biologisch überformt, nahm im Rahmen rassistischer Politik eine wichtige Rolle ein (vgl. Proctor 1999).

Rauchen von Frauen galt etwa dem Leiter des Reichsgesundheitsamtes, Hans Reiter, als Ausdruck eines überbordenden Intellektualismus, als Verführung »undeutscher« und jüdischer Kreise. Ziel sei die Unterminierung des »deutschen Volkstums«, da so der Wunsch zum Kinde vermindert würde (Reiter 1938, 6). Nikotin wurde als »Keimgift« verstanden, das einerseits die Frau körperlich schädige, das zugleich aber auch die Lebenschancen des Neugeborenen vermindere: »Der Geschlechtstrieb pflegt bei Rauchern abzunehmen, selbst zu schwinden.



Abb. 5: Ernährungsempfehlungen für die deutsche Frau 1940 (Quelle: Ludoff 1942, 302)

Auch diese Politik hatte nur geringen Erfolg: Während des Krieges nahm der Tabakkonsum im Gegenteil deutlich zu, die Zigarette bildete einen Tröster in einer zunehmend unwirtlichen Welt. Doch die ärztliche Kritik verlief auch nach dem Zweiten Weltkrieg in ähnlichen Bahnen, nun allerdings zumeist ohne rassistische Begrifflichkeit.

Sie klang aber auch deshalb milder, weil in der Nachkriegszeit der Tabakkonsum – schon mangels Angebot – deutlich sank. Der Schwarzmarkt war männlich dominiert, Männer rauchten weiter, während viele Frauen Verzicht leisteten. Seit den frühen 1950er Jahren stieg der Tabakkonsum deutlich an, Rauchen galt als Kennzeichen der eigenständigen und alleinstehenden Frau, während die Ehefrau – wenn überhaupt – zu Hause rauchte.²¹ Auf der Straße rauchten vornehmlich Männer. Doch schon in den frühen 1960er Jahren veränderte sich diese Norm, wurden auch in der Werbung die anfangs klar dominierenden Raucher durch immer mehr Raucherinnen ergänzt.

Die Konsumanteile der 1920er Jahre wurden in den späten 1960er Jahren durchbrochen, als legale Droge stand die demonstrativ in der Öffentlichkeit gerauchte Zigarette im bewussten Gegensatz zum Bild des lieben Mädchens, der anschnittigsten Frau. Rauchend nahmen viele Frauen symbolisch Abschied vom Patriarchat. Parallel interessierten sich aber wieder die ärztlichen Warnungen, die sich seit den 1970er Jahren gezielt an Jugendliche, in erster Linie aber an junge Mädchen richteten (vgl. Hengartner 1999, v.a. 180). Doch offensichtliche Gesundheitsschädigungen und das »Steuerungsmedium Morals« (Kühn 1994, 337) bewirkten einzig bei den früheren Trendsettern, den höheren sozialen Schichten, einen deutlich verminderten Konsum (Helmert 1999). Heute gilt: Je höher das Haushaltsnettoeinkommen, desto

Bei rauchenden Frauen ist Geschlechtskälte häufig nachweisbar« (Boehrcke 1935/36, 627). Entsprechend wurde intensiv dafür geworben, während der Schwangerschaft und der Stillzeit das Rauchen einzustellen (Reiter 1937, 735; Abb. 5). Doch dabei blieb es nicht. Das Ideal einer »reinen« Gesellschaft führte kurz vor dem Krieg zu einer umfassenden Antirauch-Politik, die Männer umgriff, die aber vor allem auf Frauen und Jugendliche zielte.²² Die Frau wurde von Partei und Ärzteschaft auf ihre Körperlichkeit reduziert, Rauchen galt als Ursache unzähliger Krankheiten. Wichtig wurde die ganz andersartige Sexualisierung des Rauchens, wurde Raucherinnen doch der Vorwurf gemacht, rauchend ihre sexuelle Erregung zu unterdrücken und zu einer Verwischung der Geschlechtscharaktere zu führen (vgl. Bracht 1940; Behr 1944). Der seit 1933 insgesamt steigende Tabakkonsum kostete Devisen, gefährdete die Aufrüstung Männer und Frauen sollten im Dienst für das »Vollsganze« gleichermaßen dem Laster des Rauchens entsagen, Frauen wurden dabei jedoch besonders in die Pflicht genommen.

geringer ist der Anteil der Raucher/innen. Statistisch ist vor allem das Alter eines Menschen ausschlaggebend für sein Rauchverhalten (Tab. 2): Je jünger, desto mehr wird geraucht.

Tab. 2: Raucher/innen in der Bundesrepublik Deutschland 1998 (%)²²

Alter (Jahre)	18-19	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70-79
Männer	53,7	47,4	49,1	40,1	31,1	18,3	16,3
Frauen	48,4	42,6	41,0	30,9	19,7	12,0	10,0

In den USA ist Geschlecht schon heute kein Unterscheidungskriterium für Rauchverhalten, auch in der Bundesrepublik Deutschland ist die Angleichung bei den jüngeren Frauen schon fast erfolgt. Auch wenn es nach wie vor klare Unterschiede, zumal bei der Stillierung gibt – lange Zigaretten, Rauchen mit Mundstück oder aber die Entdeckung der Zigarre durch Frauen mit höherem Einkommen sind zu nennen – so ist die Bedeutung der Kategorie Geschlecht für das Rauchen doch insgesamt gesunken.

Sollte Schmolter also Recht haben und sich die auf elementaren Trieben beruhenden Unterschiede im historischen Entwicklungsprozess zunehmend verringern? Vielleicht findet man die Unterschiede aber auf anderen Ebenen, zumal wenn man bedenkt, dass nicht allein Geschlecht und Genuss, sondern insbesondere die Vorstellung, dass Rauchen eine schlanke Figur unterstützt, Frauen zum Konsum animiert (Nemeroff und Davis 1999).

Der Körper als Reizthema – Essen/Ernährung als Modellmasse und Problemhorr

Damit ist das heute so zentrale Beziehungsfeld von Essen und Körper angesprochen. So gleich geraten Übergewicht oder aber Ernährungsstörungen insbesondere von Frauen in den Blickpunkt. Essen gilt dann nicht länger als Genuss, sondern als Mittel zur Modellierung des eigenen Körpers, als Problemhorr, als Sünde. Essen verbindet sich paradoxerweise mit Verfall, mit Tod (Abb. 6).

Abb. 6: Werbung für Dr. Wagners Antiposistin 1906 (Quelle: Fliegende Blätter 125, 1906)

Am die Zweifler!

Fast Korpulenz eine ernste Gefahr für Gesundheit und Leben ist, nur noch niemand bezweifelt, wohl anzuerkennen der statistischen und wissenschaftlichen Feststellungen und der Beispiele, die das tägliche Leben geben in einem Erdenschnittstück bietet jeder verkommenen Korpulenz ist bemerkenswert die Ursache vieler schwerer Krankheiten, obwohl sie an sich keine Krankheit ist. Sie erschwert die Arbeit der Verdauungsorgane und des Herzens, sie schwächt und senkt alle widerstandsfähigen Organe, sie ist die Hindernis für die gesunde Zirkulation des Blutes und der Nerven, dass der Körper mit der Korpulenz nicht zu sprechen vermag, sind die zehntausenden Krankheiten, die sich bei Korpulenz einstellen, sind für die Menschheit, dass es nur einen Körperbau gibt, der das schmerzlose Lebensjahr überschritten haben. Das sind Tausenden, die jeden Zweck nicht ausbilden. Wohl aber gibt es immer noch Leute, die an der Wirkbarkeit von Dr. Wagners Antiposistin gegn

Korpulenz

Dieser Anzeige für ein Entfettungsmittel kann man jedoch entnehmen, dass diese Problematik keineswegs neu sind. Die Sorge und Debatte um den Körper ist vielmehr ein zentraler Diskurs zumindest des 20. Jahrhunderts (vgl. auch zum Folgenden Thoms 2000). Während im 19. Jahrhundert der kräftige, der dicke Körper noch eindeutig mit Macht und Einfluss verbunden wurde und dem gesetzten Bürger, der gesetzten Bürgern gut zu Gesicht stand, begann spätestens seit der Jahrhundertwende eine Neuorientierung. Zielpunkt war der dynamische, der jugendliche, also der schlanke Körper. Dick wurde mit träge assoziiert, mit dumm und sexuell unattraktiv. Entscheidend aber war auch hier – wie schon beim Rauchen gesehen – die Durchsetzung des medizinischen Normmodells vom Normalgewichtigen, vom leistungsfähigen, vom rational zu pflegenden Körper. Die Normalgewichte und Konstitutionsformeln der Medizin gaben den Fluchtpunkt für eine zunehmende Rationalisierung der Ernährung, die einer strikten Zweck-Mittel-Relation unterworfen wurde, in der Verunsachung und Sinnesfreude tendenziell kritisch bewertet wurden.²¹

Tab. 3: Body-Mass-Index nach Geschlecht und Ost/West-Zugehörigkeit in Deutschland 1998 (%) (Bergmann und Mensink 1999, S118)

BMI-Wert	Männer		Frauen	
	West	Ost	West	Ost
< 20 kg/m ²	1,9	2,8	6,8	5,7
20- < 25 kg/m ²	31,3	31,1	41,1	37,4
25- < 30 kg/m ²	48,7	45,1	31,1	32,4
30- < 40 kg/m ²	17,6	20,5	19,3	23,1
40 kg/m ² und mehr	0,7	0,4	1,8	1,4

Das Ergebnis dieses Rationalisierungsprozesses ist offenkundig unbefriedigend. Das zeitgenössische Gewichtsstatistik (Tab. 3): Nur ein knappes Drittel der Männer und zwei Fünftel der Frauen haben wünschenswerte Gewichte, dagegen sind fast ein Fünftel der Männer und mehr als ein Fünftel der Frauen adipös, sind also nach gängigen medizinischen Kriterien behandlungsbedürftig. Bemerkenswert ist zudem, dass weit mehr Frauen als Männer zu geringe Körpergewichte aufweisen.

Diese Ziffern verdeutlichen, dass Männer auf ihr Gewicht insgesamt weniger Acht geben. Doch auch hier ist zu betonen, dass Alter und Bildung wichtigere Einflussfaktoren für Übergewicht und Adipositas sind als das Geschlecht (vgl. Bergmann und Mensink 1999).²⁵

Eindeutige Geschlechtsunterschiede finden sich bei den sog. Essstörungen, also vor allem bei Anorexie, Bulimie und Binge Eating Disorder.²⁵ Unter Anorexie leiden in der Bundesrepublik mehr als 100.000 junge Frauen, von denen 15 % sterben, 600.000 Frauen, aber auch 70.000 Männer sind Bulimiker. Zeitweilige Heißhungerattacken finden sich bei 6-8 % der Deutschen. Und 12 % der 11- bis 15-jährigen Jungen bzw. 17 % der gleichaltrigen Mädchen machten im Jahr 2000 eine Diät.²⁶

Als Erklärung wird zumeist das jeweilige Schönheitsideal angegeben, welches heute ein Schlankheitsideal ist (Pahl und Setzwein 1999). So gängig dieses Argument ist, so geringen Erklärungswert hat es. Essstörungen sind keineswegs neu, sondern lassen sich bis in die vorindustrielle Zeit zurückverfolgen (vgl. Habermas 1990; Vandereycken und Van Deth 1994;

Brunberg 1994; Habermas 1994). Die breite öffentliche Diskussion und die systematische Erfassung durch sensiblere Medienzeitschriften sichern, dass Essstörungen heutzutage – anders als in der Vergangenheit – statistisch realistisch erfasst werden. Das heißt nicht, dass hier nicht großer Leidensdruck und elementare Probleme bestehen. Das bedeutet lediglich, dass die gängigen Begründungen zu einfach sind.

Schließlich ist das einfache Modell immer schlanke Idealkörper historisch so nicht nachweisbar – zumindest vor den frühen 1960er Jahren: Glaubte man gängigen Darstellungen, so begann der Umschwung zur Schlankheit um die Jahrhundertwende, als Lebens- und Kleiderreform das bis dahin dominierende Ideal der kräftigen Bürgerin verdrängten (vgl. Blümlinger und Sturm 1988/89). Doch ranke zierliche Körper wurden vor allem – berücksichtigt man, dass der damalige Durchschnittskörper deutlich kleiner, leichter und schwächer war als heutzutage (vgl. Jäger et al. 1990) – von kleinen künstlerischen und intellektuellen Eliten propagiert. Im Alltag brauchte man vor dem Ersten Weltkrieg jedoch nach wie vor ein gewisses Gewicht, um wahrgenommen zu werden, um etwas zu gehen (Abb. 7).

Die Hungerkriege von 1914-1923 führte dann zu einer drastischen Abmagerung der deutschen Bevölkerung. Magerkeit war Ausdruck elementarer Not, die Mehrzahl wollte anschließend nicht schlank sein, sondern auskömmlich essen. Das uns bekannte Bild der Frau im engen Kostüm mit Bubikopf gilt sicher für breite Bereiche der urbanen Kultur, doch kann man nicht von einem dominanten Schlankheitsideal sprechen. Und das galt auch für Körperbilder in der Werbung (vgl. als Beispiel Berliner Illustrierte Zeitung 1929). Anfang der 1930er Jahre wurde natürlich vor dem »bösen Fettgespenst« gewarnt, doch die Anzeigen der Vorkriegszeit waren eher noch drastischer (Abb. 8).

Das Ideal eines attraktiven Körpers war verbunden mit charakteristischer Muskelmasse oder aber mit spezifisch weiblichen Rundungen (Abb. 9).

Auch während der NS-Zeit wurde dieses figurbetonte Ideal in Werbung und Politik propagiert, geht doch der Frauenkörper als kräftig, der arbeiten und gebären konnte (Abb. 10).

Nach der Hungerkriege der Nachkriegszeit dauerte es schließlich einige Jahre, bis Schlankheitsmittel wieder Abnehmerinnen fanden. Erst seit 1948/49 stabilisierte sich die Lebensmittelversorgung, die sog. Fresswelle begann erst Anfang der 1950er Jahre. Der Idealkörper war damals kräftig, so wie die Göttinnen Hollywoods (Abb. 11).²⁷

Umsonst
werden
dünne Leute dick!

Ein einfaches Hausmittel wirkt Wunder und verwandelt knochige u. ähnelnartige Männer und Frauen fleischig und lebenslustig.

100.000 Schachern zu 2,50 M. werden gratis an alle mageren Leute abgegeben!

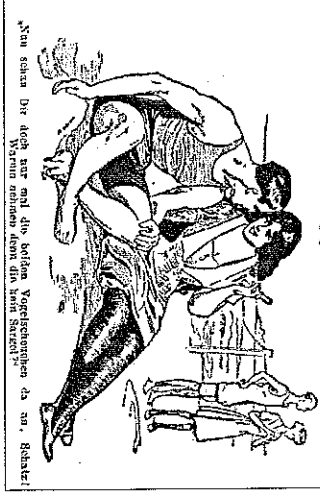
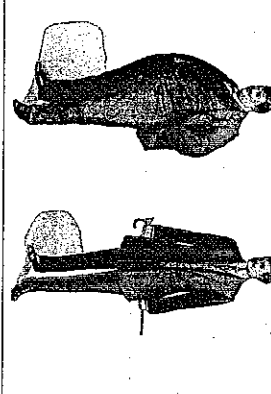


Abb. 7: Werbung für Käfigungsmittel 1912 (Quelle: Simplicesimus 17, 1912/13, 352).

Das Mannes Gewicht von 500 Pfund wird ihr auf normalen Stand vermindert.

Drogen, Metformin, gymnasische Übungen, strenger Diät, oder Apparate
erhalten nur wenig dauerhafte Erfolge. **Dr. Ernst Richter** hat eine
neue Methode der **Abmagerung** erfunden und **erprobt**, mit
der **das Übergewicht** in **kurzer Zeit** **ganz** **verschwindet**, **ohne**
das **die Gesundheit**, **das** **Leben**, **das** **Arbeitsvermögen**, **das** **Wohlgefühl**, **das** **Blut**
und **das** **Gesamte** **Leben** **beeinträchtigt** zu werden. **Dr. Ernst Richter**
hat **ein** **neues** **Medikament** **erfunden**, **das** **das** **Übergewicht** **in** **kurzer** **Zeit** **ganz** **verschwindet**, **ohne**
das **die Gesundheit**, **das** **Leben**, **das** **Arbeitsvermögen**, **das** **Wohlgefühl**, **das** **Blut**
und **das** **Gesamte** **Leben** **beeinträchtigt** zu werden.



8. Anzeigen für Kräutertee (1932) und Antifetttmittel (1912)
aller Simplicissimus 17, 1912/13, 194) bzw. Die Woche 34, 1932, Nr. 28, VII

Das Böse fettigepenset

nicht vor Ihren Augen, wenn
Sie etwas Gutes zu essen
sehen. Sie brauchen sich aber
nicht mannbil zu sorgen.
Dr. Ernst Richters Früh-
muttertertee **Fruhi**
überdünngestahlgerengen
fort und verhindert eine Ge-
widernahme. Sie fühlen sich
widerauf frischer u. wohler und
bleiben jung u. leistungsfähig.
Packg. 1,80, Kurp. M. 8, 9, 10,
extrastark, M. 2,25 und 11,25.
In allen Apotheken u. Drogenen.
DR. ERNST RICHTERS
FROHSTOCKS-KRÄUTERTEE
Hermes-Fabrik pharmaceut. Präparate
München 90 Gullstraße 7



Schon wieder 3 cm weniger!

Schlankheitsbrauch nicht immer in
der Nahrung die Ursache zu haben.
Täglich beobachtet man, daß bei
gleicher Nahrung und Lebensweise
eine Mensch dick wird und der an-
dere nicht. Denn die Nahrung sind ver-
schieden selbst darüber, vielerlei Teile
der Nahrung es zu Fett umzuwandeln
und wieviel zu anderen Dingen. Wenn ihr Körper zu Fett
zwei Fett anzuheben, dann empfiehlt es sich, eine Umänderung
der Nahrungsmittelanzuordnung vorzunehmen. Ein Spezialist dafür
sind „Drogen Neurotrophin“. Sie bestehen aus Wirkstoffen der
Leber und pflanzlichen Teilen. Sie beschleunigen und normal-
isieren die Nährstoffverteilung und wirken daher
zu großen Fett-
sachen
gen. Drogenes
Knochen und können unbedenklich täglich ge-
nommen werden. Sie sind das Resultat der lang-
jährigen Leber- und Gallenforschung von Uni-
versitätsprofessor Dr. med. Hans Much. 40 Stück
RM 1,20, 150 Stück RM 3,55. Zu haben in
allen / Apotheken.

Abb. 10: Werbung für Schlankeitsmittel 1940
(Quelle: Fliegende Blätter 96, 1940, T. 1, 57 bzw. ebd., T. 2, 153)

Schlank sein - gesund sein

Haben Sie
schon beobachtet,
daß bei der gleichen Le-
bensweise der eine Mensch
abnimmt und der andere
zunimmt? Ort sind Verdau-
ungsstörungen die Ursache.
Wenn ihr Körper die Nah-
rung nicht richtig verarbeitet,
so können sich störende Fett-
massen aufspeichern. Eine
Umänderung der Nahrungs-
anzuordnung ist sehr zu em-
pfehlen, denn unnütze Fett-
massen sind nicht nur lästig,
sondern stören auch den Körper in seiner Gesamtfunktion. Ein be-
kanntes Spezialmittel dagegen sind „Drogenes Neurotrophin“, sie be-
stehen aus Wirkstoffen der Leber und Gallenwege nach Prof. Dr.
H. Much in Verbindung mit verschiedenen pflanzen-
extraktivstoffen und Obstsalzpräparaten. Sie beschleunigen
und normalisieren die Nährstoffverteilung
u. wirken daher zu gro-
ßen Fett-
sachen
gen. Drogenes
Knochen und können unbedenklich täglich ge-
nommen werden. Sie sind das Resultat der lang-
jährigen Leber- und Gallenforschung von Uni-
versitätsprofessor Dr. med. Hans Much. 40 Stück
RM 1,20, 150 Stück RM 3,55. Zu haben in allen Apotheken.

Abb. 11: Werbung für Slim Food 1952 (Quelle: Kristall 7, 1952, 279)

WEG MIT DEN UNSCHÖNEN FETTPOLSTERN KEINE ANGST MEHR VOR DER WAAGE

ABNEHMEN durch SLIM

Das äußerlich ansehnliche Schlankheitsmittel SLIM stand
ihnen, Dame wie Herrn, in kürzester Zeit, eine jugendlich
schöne Figur, Lebensfreude und Selbstvertrauen wiederzu-
gewinnen.

SLIM ist nicht stickstofflos, sondern wirkt gewundheitsfördernd und
Sie fuhren sich noch der Anwendung wie gewohnt. Slim brauchen
sich nie mehr durch unedigen Hunger am oft und häufig zu machen.
SLIM enthält ihnen durch die äußerliche Anordnung, an beliebige
gen Stellen schmerzlos zu werden, d. h. ihre Figur selbst zu modellieren.
Sie brauchen sich nicht zu wiegen, aber messen Sie sich täg-
lich und steuern Sie, wie SLIM ihre Figur veracht.

SLIM ist in dem vornehmlich-wissenschaftlichen Laboratorium von
Madame D. DUNKL in Paris in jahreswöchentlichem Fortschritt anzuwenden
wird. Vorhergehend bei Es bewährt sich in schwersten Fällen
selben Erfolg. SLIM ist ein kostloses, aber sehr wirksames Mittel
können wir Ihnen ohne Kompromisse empfehlen. Wenn Sie
sich nicht abnehmen, wenn SLIM nicht das heißt, was es verspricht,
wenden Sie sich vertrauensvoll an die Verkaufsstellen Slim
für Deutschland: SICO S.M.A. Sero, 21 SLIM, Wiesbaden
für Österreich: SICO S.M.A. Sero, 21 SLIM, Wien
für die Schweiz: SICO S.M.A. Sero, 21 SLIM, Zürich
in Apotheken und Fachhandel erhältlich.

Den Den Mannchen Knochen

weil sie schön ist. Vor kurzem war
sie noch mager, zeigte zurecht Knochen
statt gesunden, glatten Fleisches und
war noch blab dazu. Sie nahm
Ma-Tadol-Bonbons
Durch „Ma-Tadol-Bonbons“ ließ sich
das Körpergewicht in einigen Wochen
um 10 bis 20 Pfund erhöhen. Die un-
schönen Knochenverwundung an Wangen
und Schultern schwinden, die Blüte ver-
gildert sich, Pland für Pland nehmen Sie
zu, an allen Körperstellen zeigt sich Fett-
ansatz. Unbehagen und Unlust weichen,
und nach ein paar Wochen hat das bisher schmachvolle Aus-
sehen einer vollen übermäßigen Ernährung Platz gemacht.
Zugleich schaffen sie aber auch, indem sie die roten Blut-
körperchen vermehren, Nervenkraft und Blut. Schachtel
Nr. 250 gegen Nachnahme. Zu beziehen von der
„Ma“ Chem.-Tech. Fabrik G. m. b. H., Berlin-Pankow 117
Berlinerstraße 2.

Abb. 9: Anzeigen für Entfettungspillen 1932
(Quelle: Die Woche 34, 1932, Nr. 29, VIII)

Wo gibt's denn sowas?



Abb. 12: Ernährungskontrolle durch Topinambur-Kautabletten 2000 (Quelle: Werbrochure für Bakanasen Topinambur Kautabletten, o.O., j. [2000]).

Diese Orientierung auf gut gebaute Körper verband sich übrigens harmonisch mit dem Frauentideal der Männer, die eine fülligere Frau einer sehr schlanken Frau eindeutig vorzogen und bis heute vorziehen. Doch die Anzeigen zeigen indirekt auch, dass sich spätestens seit den frühen 1960er Jahren das Bild des idealen Körpers deutlich verändert hat. Unsere Bilderwelt ist von anderen Körpern geprägt, eindeutig schlankeren. Dabei muss man zwei Punkte berücksichtigen. Zum einen sind heutige Körper ca. 15 cm höher als die der Jahrhundertwende. Gemäß dem goldenen Schnitt müssen Körper schlanker sein, um diesem ästhetischen Proportionsideal zu entsprechen. Zum anderen wollen auch Männer schön sein, gefällige Körper besitzen. Auch sie stehen unter Druck, doch die Zahl der Männer mit Essstörungen ist vergleichsweise gering, auch wenn sie zunimmt (Abb. 12).

Nicht allein die Kraft der Bilder (vgl. auch Seatz 2000) ist für umfassende Essstörungen bei Frauen verantwortlich. Wichtigter als der überstrapazierte Begriff des Schlankheitsideals scheint mir ein strukturelles Dilemma zu sein. Essen hat heute – gleich dem Körper – »weitaus mehr Aufgaben als zu ernähren. Es wird zur

Projektionsfläche unserer Wünsche« (Spiekermann 1999, 50). Dies zeigt sich besonders in Grenzsituationen²³, etwa bei Frauen, die in einer sich emanzipiert nennenden Welt in traditionellen Rollenbezügen leben. Ihr Verhältnis zur täglichen Kost ist widersprüchlich und problembehaftet. Es wird einerseits erwartet, dass sie freiwillig auf Essen verzichten, um sexuell attraktiv zu bleiben, und andererseits haben sie ihren Partner und ihre Kinder mit gesunden und nahrhaften Mahlzeiten zu versorgen. Die Gleichsetzung von sexueller Attraktivität mit Schlankheit führt dazu, dass viele dieser Frauen mit ihrem Körper unzufrieden sind. Diese Unzufriedenheit wird durch Kommentare von Männern, insbesondere aber des Ehemanns, nochmals verstärkt.²⁴ Essen besitzt viele Funktionen, ist ein fett machender Fond, zugleich aber ein Tröster, hilft gerade in Zeiten emotionalen Stresses. Doch nicht das Schlankheitsideal, sondern die strukturelle Lebenssituation führt hier zur Überforderung. Entsprechend ist es kein Zufall, dass es gerade Grenzsituationen sind, insbesondere der Pubertät, in denen Ernährungsprobleme besonders bedeutsam werden. Der Bezug auf vermeintlich traditionelle Rollenbezüge führt uns jedoch abschließend zu dem Ort, an dem die Mehrzahl der Speisen zubereitet wird, dem Haushalt.

Die Macht der Geschlechter – Haushalts- und Ernährungshandeln im Wandel

Blicken wir abermals zur Jahrhundertwende zurück. Der Haushalt war damals wichtig für ein arbeitsteiliges Dasein von Mann und Frau in der industriellen Gesellschaft – und es war zumeist nicht das zarte Band der Liebe, das sie miteinander verband: »Nach meiner Erfahrung spielt – ungeachtet aller Theorien der Gleichberechtigung der Geschlechter – das Recht des Stärkeren, um nicht zu sagen das Faustrecht, in Arbeiterkreisen auch hinsichtlich der Nahrung eine erhebliche Rolle. Der Mann erhält wohl im allgemeinen hier etheblich mehr gerade vom vedelstem Stoff, als ihm nach den physiologischen Normalätzen zukommen würde« (Classen 1911, 479). Auch im bürgerlichen Milieu, in dem doch die Idee der romantischen Liebebeirat beherrschend war, besaß die Hausfrau klare Aufgaben, denen sie genügen musste, um nicht zum Gegenstand des Spottes oder der Verachtung zu werden (Abb. 13).

Diese Arbeitsteilung war ökonomisch durchaus sinnvoll, auch wenn man dies aus sozialen Gründen sicherlich in Frage stellen kann.²⁵ Der patriarchalische Haushalt, die proletarische und bürgerliche Kleinfamilie waren Abbild einer Gesellschaft, in der Erwerbstätigkeit zunehmend außerhalb des Hauses organisiert war, während die unbezahlte Reproduktions-, Be- und Erziehungsarbeit auf das Haus konzentriert wurden. Es ist daher kein Zufall, dass das technische Denken

Abb. 13: Die schlechte Ehefrau und ihr sorgender Gatte im Jahre 1902 (Quelle: Fliegende Blätter 113, 1902, 35).

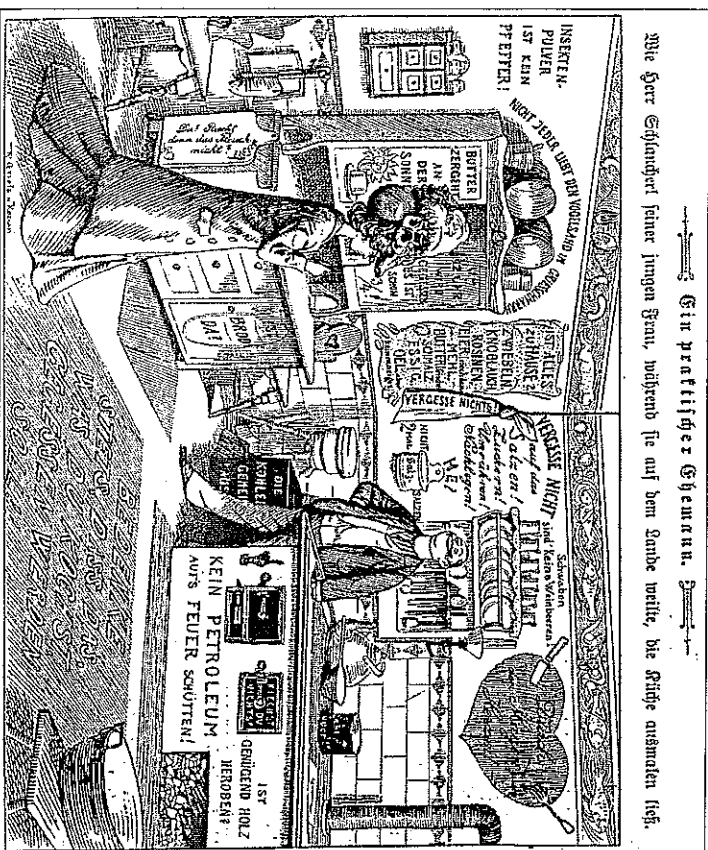




Abb. 14: Nur ein Notbehelf – Ein Mann in der Küche
(Quelle: Warschko 1954, 3).

des neuen Maschinenzeitalters zunehmend auch auf den Haushalt ausstrahlte, die Lösung der Ernährungs- und Geschlechterfrage durch Technik gelingen sollte (vgl. Fliegende Blätter 115, 1901, 239f).

Der Haushalt wurde im Laufe der letzten 100 Jahre umfassend technisiert, doch dies hat weder etwas an der ökonomischen Geringschätzung des Haushaltes verändert, noch die Arbeit der Hausfrau wesentlich verkürzt (Methfessel 1996). In der traditionell strukturierten Ehe hat sich daher an den grundsätzlichen Abläufen wenig geändert, auch wenn das allgegenwärtige Wohlstandsniveau strikte Abhängigkeitsverhältnisse gemildert hat.

Die seit langem zunehmende außerhalb des Erwerbsbereichs zunehmend besser ausgebildeter Frauen hat das traditionelle Familienmodell jedoch nur teilweise ausgehebelt. Männer streben, sieht man einmal von 10 % Außenseitern ab (Abb. 14), traditionelle Arbeits- und Verpflegungsformen an: »Der Emanzipationsgedanke hat sich nur auf das Verhalten der Frau ausgewirkt. Der Mann lebt weiterhin nach dem traditionellen Grundsatz: Ein erfolgreicher Ernährer ist auch ein guter Ehemann und Vater« (Blosfeld, zit. n. Wotmann 2001, 34) – so das Fazit einer aktuellen mehrjährigen Studie.

Frauen sind im Haushalt für die Ernährung, vor allem aber für die arbeitsaufwändigen Tätigkeiten des Einkaufens und Zubereitens der Speisen verantwortlich (Tab. 4).

Tab. 4: Wer bereitet die Mahlzeiten für die Familie zu?
(Quelle: Sellach 1996, 180)

Person/en	Täglich	Öfter	Ab und zu	Selten/nie	Ohne
	5-7x/Wo.	1-4x/Wo.	1-3x/Wo.	< 1x/Wo.	
Ehefrau	73,3 %	24,1 %	1,7 %	1,0 %	0,0 %
Ehemann/Partner	4,5 %	21,8 %	19,7 %	40,1 %	14,0 %
Erwachs. Angehörige	2,1 %	3,1 %	2,1 %	9,9 %	82,7 %
Kind/er	0,2 %	3,6 %	6,4 %	82,7 %	7,1 %
Fremde Hilfe	0,7 %	0,7 %	1,2 %	5,2 %	92,2 %

In Haushalten mit Kindern zeigt sich zudem, dass Männer ihre Hausarbeit – vor allem der von ihnen häufiger gepflegte Abwasch und die Müllentsorgung – an ihre Kinder je stärker abgeben, desto älter diese sind. Dies gilt auch für den Fall einer erwerbstätigen Ehefrau. Deutlich erkennbar ist der unterschiedliche Stellenwert der Familienmahlzeit für Männer und Frauen. Für Frauen ist die Hausarbeit, ist das gemeinsame Familienmahl vor allem Ausdruck von Kommunikation, von menschlicher Beziehung:

»Die Mahlzeiten (vor allem die Mittagsmahlzeit) werden mit Liebe gekocht, und zwar täglich, wiederkehrend, unentgeltlich, dauerhaft und fast immer von derselben Person [...]. Die Speisen symbolisieren und schmecken nach Mühe, Überlegung, Vorbereitung, Organisation. Die Kinder äußern diesbezüglich (mehr oder minder) explizit ihre Anerkennung, verstehen die Botschaft [...]. Aber auch das Gegenteil wird symbolisiert, »mitgegessen und »herausgeschmeckt« (Brombach 2000, 11), so das Fazit einer qualitativen Studie aus Hessen. Für dieses emotionale Erlebnis nehmen Frauen erhebliche Arbeit auf sich – Männer tun dies definitiv nicht. Sie sind »Fremdsetzer aus Inkompetenz« (Spiekermann, 1999, 49). Sie konsumieren weit überdurchschnittlich Fertiggerichte, essen weit häufiger außer Haus. Doch ebenso deutlich ist, dass Frauen folgen, nähern sich doch auch hier männliche und weibliche Arbeitsweisen und/Ernährungsstile an (vgl. Wörde und Hetherington 1994 bzw. Candel 2001). Nur noch in einem Drittel der Haushalte wird täglich, in einem zweiten Drittel fast täglich gekocht (Fanthanel 1997). Je jünger die Personen und je kleiner die Haushalte sind, desto weniger wird gekocht, desto geringer sind die Kochkenntnisse. Fast 80 % der Männer können nur unzureichend kochen, und eine wachsende Zahl von jungen Frauen tritt nicht mehr in die Nachfolge ihrer kochenden Mütter. Essen zu Hause bedeutet zunehmend kalte Küche oder aber schnell zubereitete Fertiggerichte (Kochen in Deutschland 1995). Demographische und familiensoziologische Trends dürften diese Entwicklung verstärken.³¹

Deutlich erkennbar ist, dass das traditionelle Rollenverständnis von Männern und Frauen vor dem Hintergrund einer veränderten sozialen und ökonomischen Umwelt zu Strukturwandlungen unserer Ernährung führt, die passgenau von der Ernährungsindustrie und dem Gasträtengewerbe bedient werden (vgl. Merzwein 2002). Kulturkritik hilft hier nicht weiter. Die Vorstellung, dass Ernährung früher gesünder war, ist falsch, und die Klage über den Verfall der Kochkunst erhebt regelmäßig seit mehr als 100 Jahren.³² Ernährung ist ein lebenspraktisches Arrangement einzelner Menschen mit den strukturellen Gegebenheiten ihrer jeweiligen Umwelt und Zeit. Und entsprechend sind idyllische Vorstellungen Fiktionen, die wir nicht für Realitäten halten sollten.

Stilisierung des Selbst – Doing Gender und die Folgen

Wir kommen damit zum Schluss: Die Kategorie des Geschlechtes hat heutzutage deutlich weniger Erklärungswert für unsere Ernährung als etwa noch vor 100 Jahren; zugleich besitzen aber vor allem die Machtverhältnisse zwischen den Geschlechtern eine hohe Bedeutung für die Art unseres Essens. So das simple Fazit. Doch dieses gilt es nochmals zu betonen.

Die hier behandelten Stränge hatten schließlich eine wichtige Gemeinsamkeit. In ihnen wurde Geschlecht als eine Eigenschaft von Personen verstanden, die unstrittig ist und die keiner weiteren Reflektion mehr bedarf. Dies aber wird in der neueren soziologischen Literatur vielfach in Frage gestellt: Geschlecht wird hier als Merkmal der Sozialorganisation von Gesellschaften verstanden.³³ Nimmt man dieses ernst, so erklärt sich vielleicht die Diskrepanz

zwischen dem Ergebnis einer säkular schwindenden Bedeutung der Kategorie Geschlecht und dem weit verbreiteten Bewusstsein, dass geschlechtliche Bedeutungen unser Leben untergründig prägen. Wird Geschlecht als etwas verstanden, welches täglich neu geschaffen, immer wieder neu (re)präsentiert und kommuniziert werden muss, so blicken wir auf ein immenses Feld individueller Möglichkeiten, die nicht allein im Bereich der Sexualität unser Alltagsleben prägen. Auf der empirischen Ebene des Verzehrs und der Zubereitung nähern sich die Geschlechter an, auf der symbolischen Ebene aber werden neue Welten aufgebaut, werden Unterschiede bewusst hervorgehoben, so dass einer dauernden Beschäftigung mit Fragen des Geschlechtes resp. der Geschlechtsidentität wenig entgegensteht. Dann werden die bekannten Mythen wichtig – unabhängig von ihrer empirischen Stimmigkeit: »Fleisch/Blut ist männlich, pflanzliche Nahrung (Milch) ist weiblich, Braten/Rösten ist männlich, Kochen/Backen ist weiblich, alltägliches Kochen ist weiblich, zeremonielles Kochen ist männlich, Frauen kochen im Haus, Männer außer Haus«²⁴ und so weiter und so fort.

Vor diesem Hintergrund erweist sich schließlich, dass beide Eingangskategorie aktuell sind, dass sie lediglich unterschiedliche Nuancen hervorheben: Die Kategorie Geschlecht besitzt nach wie vor Erklärungswert für unsere Art des Essens. Doch zugleich wird sie – wie Schmolter betonte – überlagert, ästhetisiert und überbündet. Und es ist genau dieses Wechselspiel zwischen Notwendigkeit und Freiheit, durch das uns Ernährung und Geschlecht tagtäglich in den Bann ziehen und ziehen werden.

Anmerkungen

- 1 Details enthält D.A.CH. (2000).
- 2 Rubner (1925, 33) ging beispielsweise von einem Durchschnittsgewicht von 65 (Mann) bzw. 55 kg (Frau) aus, wobei die Menschen dieser Zeit allerdings deutlich kleiner waren als heutige Durchschnittsmenschen. Explizit hieß es: »Der Arbeitsenergieverbrauch ist entscheidend, nicht das Geschlecht« (Vaerting 1920, 135).
- 3 Magnus-Lewy (1906, 288) betonte: »Eiweißsane Frauen stehen in ihrem Stoffwechsel nicht hinter den Männern zurück. [...] Daß der Kräftewechsel des weiblichen Geschlechtes dem des männlichen gleichkommt, erscheint auf den ersten Blick auffallend. Angesichts der weit kleineren Muskelmasse, der geringeren Arbeitsfähigkeit und Kräfteleistung des schwachen Geschlechtes, dessen Fettreichtum den des männlichen übertrifft, könnte man das Gegenteil erwarten.« Zur Entwicklung vgl. Kraut 1981, 44.
- 4 Zusammengefasst auf Basis der Daten der EVS 1993 n. Gedrich und Karg (2000), 34-35.
- 5 Andere größere Erhebungen unterstützen diese Struktur grundsätzlich, auch wenn sie im Detail zu anderen Ergebnissen kommen. Vgl. Arab et al. (1981); Die Nationale Verzehrstudie (1991); Hesseker (1994).
- 6 Zu diesen Geschlechtsstereotypen vgl. Witz (1993).
- 7 Diese spezifische Höherqualifikation von Frauen kann nicht nur positiv im Sinne eines bewussteren Essens und Lebens gedeutet werden (wie ich es tun würde), sondern auch im Sinne des Verhaftenseins in traditionellen Denkformen. Zu den möglichen Ausprägungen vgl. etwa Vorwerck (1940).
- 8 Entsprechend profitieren Männer von einer Heirat nicht zuletzt durch eine durchschnittlich bessere, also »gesündere« Kost, während die Frauen verlieren, passen sie sich doch bedingt den männlichen Vorlieben an. Näheres enthält Kemmer et al. (1998).
- 9 Die formale Gleichsetzung von Lebens- und Genussmitteln geht in Deutschland auf das 1879 erlassene »Nahrungsmittelgesetz« zurück, welches zudem einschlägige Bedarfsgesamstände

umgriff. Sie gilt bis heute. Zur Begründung vgl. Venkehr (1882).

¹⁰ Vgl. etwa das Publikandum wider das Tragen von Köben usw., und den Verkauf von Zigarros im Jungfernstiege v. 18.08.1818 (Anderson 1818, 291, wo es heißt: Es ist verboten, daß die Zigarrohändler im Jungfernstieg Zigarros anbieten, vielweniger daß sie brennende Lurten haben, und dadurch das Rauchen der Zigarros auf der Promenade beiführen.« Die Rauchverbote wurden allerdings vielfach nicht beachtet.

¹¹ Um die Jahrhundertwende enthielten allerdings auch Clubs von Frauen Rauchzimmer, vgl. Jessen (1906), Piccain-Knowles (1908).

¹² Vgl. hierzu etwa die Karikatur in Fliegende Blätter 60, 1874, 148, in der Rauchwaren für den Mann Tabakwaren darstellen, für eine junge Frau Pelzwaren, für eine alte Frau dagegen Räucherwaren.

¹³ Im besten Unterhaltungsstil ergänzte die Auroirin: »Wenn die Hand, die die Zigarrete hält, hübsch ist, das Rauchen nicht in Qualmen ausartet und der gute Geschmack nach jeder Richtung hin gewahrt wird, so mögen die Damen doch ruhig rauchen. Es ist wahrlich besser, sie zernähren mit ihren spitzen Zähnen das Ende einer Queen als den guten Ruf einer Freundin« (Wohlbrück 1908, 759).

¹⁴ Vgl. hierzu Stettenheim (1906) sowie Kölling (1997). Ausnahmen bildeten dagegen Zigarillos, die auch von Frauen konsumiert wurden.

¹⁵ Dies bedeutet nicht, dass die Ärzte nicht auch rauchende Männer kritisierten. Doch dies geschah vielfach in spezifischer Weise. Zu denken ist etwa an die Schilderung eines Liebespaares, bei dem der Mann eine Zigarrete im Dunkel anzündet: »Armes Mädchen, das nicht einmal gegen eine Zigarre als Konkurrentin aufkommen kann, und die sich den Kuß, das Heiligum der Liebe, von tabakduftenden Lippen gefallen lassen muß.« (Lemke 1921, 60).

¹⁶ Eine Zusammenstellung der möglichen körperlichen Schäden enthält Schmetz (1930), 17 Frauenwelt (1924), 64.

¹⁸ Näheres enthält Bejach (1927).

¹⁹ Seitens der Tabakgegner wurde zu dieser Zeit wieder der Verschwendungskurs intensiviert (vgl. etwa Blomstein] 1932).

²⁰ Zur Professionalisierung vgl. Linhard (1998).

²¹ Dies galt trotz medizinischer Studien, die umfassende Störungen der Schilddrüsenfunktion und der Menstruation, wie auch vermehrte Unfruchtbarkeit, verfrühte Wechseljahre und früheres Altern belegten (Frauenrauchen und Gesundheit 1953). Bei den verheirateten Frauen zeigten sich in den skandinavischen Staaten schon seit Mitte der 1950er Jahre deutlich wachsende Anteile von Raucherinnen (vgl. Söderberg 1998).

²² Zusammengefasst n. Junge und Nagel (1999); vgl. auch Neue Bundesländer. Mehr Raucherinnen (1999).

²³ Einen Überblick über aktuelle Forschungstendenzen und vor allem theoretische Ansätze der Körpergeschichte geben Planert (2000); Stoff (1999).

²⁴ Dies ergibt auch eine im April 1999 durchgeführte Untersuchung des Statistischen Bundesamtes, nach der der Anteil der Übergewichtigen bis zur Altersgruppe 65-70 Jahre steigt (Männer: 73 %; Frauen: 59 %); Abturlanten sind zu 43 % übergewichtig, Volksschüler zu 61 % (Vgl. Deutsche Gewichts-Statistik 2000, Knopf et al. 1999).

²⁵ Hinter dem Begriff Anorexie verbirgt sich Magersucht, also das zwanghafte Achten auf das (Nicht-)Essen; unter Bulimie versteht man Ess-Brech-Sucht, also Essen und anschließendes Erbrechen des Einverleibten; Binge Eating Disorder steht für Heißhunger-Anfälle, also das Herunterschlingen von sehr großen Nahrungsmengen in kürzester Zeit.

- ²⁶ Angaben nach Untersuchungen der BzgA (vgl. Diäten verursachen Essstörungen 2000).
- ²⁷ Männer dürften entsprechend »statistich« sein, doch auch hier gab es Grenzen. Vgl. etwa Dicke Männer (1953).
- ²⁸ Näheres zu diesem Begriff und seiner Füllung enthält Spielermann und Schönberger (2002).
- ²⁹ Dies die auch heute bedeutsamere Quintessenz von Charles und Kerr (1986).
- ³⁰ Das Aufgabenprofil war dabei recht breit: »Die Arbeiterfrau hat den ganzen Haushalt zu führen, Wohnung, Hausrath und Kleidung rein und in guter Ordnung zu halten. Bei den beschränkten Mitteln einer Arbeiterfamilie sollte jeder kleine Mangel und Schaden möglichst schnell ausgebesert werden. Sie hat ferner zu kochen, was deswegen besondere Lieberlegung und Zeit in Anspruch nimmt, oder doch nehmen sollte, weil es darauf ankommt bei der bescheidenen Bemessung des Budgets, den Familienangehörigen ein nahrhaftes Essen mit verhältnismäßig geringen Kosten zu bereiten, was schon zur Erhaltung ihrer körperlichen Kräfte und ihrer Gesundheit nothwendig ist« (Jahresbericht (1900), 88).
- ³¹ Dies bestätigen auch Ergebnisse der Zeitbudgeterhebung des Statistischen Bundesamtes. Vgl. Claupein und Walter (2001).
- ³² Vgl. die folgende Aussage: »Die häusliche Kochkunst ist leider im allmählichen Verfall. Die Kenntnisse der Frauen werden auf diesem Gebiete immer geringer, man überläßt das Kochen dem Dienstpersonal. Der Verfall wird mit der sozialen Umstellung noch rascher abwärts gehen, zu einfachen und einförmigen Gerichten bis schließlich zu den Eintopferichten« (Rubner, 1925, 7).
- ³³ Hierzu zugleich anregend und systematisierend Setzwein (2000).
- ³⁴ So Karmasin (1999, 33), die allerdings vor lauter Botschaften vielfach die empirische Basis verlässt. Vgl. hierzu Oakes und Slotterback (2001).

Literatur

- Anderson, Christian David: Sammlung der Verordnungen der freyen Hanse-Stadt Hamburg, mit deren Wiederherfegung im Jahre 1814, Bd. 5, Hamburg 1818
- Arab, L./Schellenberg, B./Schlierf, Günther]: Ernährung und Gesundheit: Eine Untersuchung bei Jungen Frauen und Männern in Heidelberg, Basel u. a. 1981 (Beiträge zur Infusionstherapie, Bd. 7)
- Blostein, J. Klar]: Volksgenossen hört Randbemerkungen zu den Leserfrüchten. Ein Zwiegespräch, Blätter für Volksgesundheitspflege 32, 1932, 27-30
- Bach, Fritz: Körperbaustudien an 641 Münchner Studentinnen, Zeitschrift für Konstitutionslehre 16, 1932, 28-72
- Behr, Valentin: Nikotinschäden, Hippokratas 15, 1944, 105-111
- Bejach, Edgar: Die tabakgegnersche Bewegung in Deutschland mit Berücksichtigung der außer-deutschen Tabakgegnerbewegungen, Med. Diss. Berlin 1927
- Benke, F.W.: Zur Ernährungslehre des gesunden Menschen, in: Schriften der Gesellschaft zur Beförderung der gesammten Naturwissenschaften zu Marburg, Bd. 11, Marburg 1876, 273-312
- Bergler, Georg]: Schokolade und Zigaretten als Konkurrenz, Der Markt der Fertigware 3, 1931, 328
- Bergmann, K.E./Mensink, Gert] B.M.: Körpermaße und Übergewicht, Das Gesundheitswesen 61, 1999, Sdh. 2, S115-S120
- Bitmann, Karl: Arbeiterhaushalt und Teuerung, Jena 1914
- Birnlinger, Eva/Surim, Margit: Vom Korsett zum Knäckebröt: Zur Genese des hegemonialen Körperkonzepts, Zeitsgeschichte 16, 1998/89, 446-457

- Blossfeld, Hans-Peter/Drobnic, Sonja (Hg.): Careers of Couples in Contemporary Society, A Cross-National Comparison of the Transition from Male Breadwinner to Dual Earner Families, Oxford 2001
- Boehndke: Tabak und Volksgesundheit. Der öffentliche Gesundheitsdienst I, Teilausg. B, 1935/36, 625-630
- Bracht, Erich: Zivilisationschäden der Frau, in: Zeiss, Heinz/Pinschovius, Karl (Hg.): Zivilisationschäden am Menschen, München/Wien 1940, 125-157
- Brombach, Christine: Mahlzeit – (H)Ort der Familie? Eine empirische Deskription von Familienmahlzeiten, Internationaler Arbeitskreis für Kulturforschung des Essens, Mitteilungen 2000, H. 7, 2-13
- Brunberg, Joan Jacobs: Todesstunger. Die Geschichte der Anorexia nervosa vom Mittelalter bis heute, Frankfurt a.M./New York 1994
- Candel, M.J.J.M.: Consumers' convenience orientation towards meal preparation: conceptualization and measurement, Appetite 36, 2001, 15-20
- Charles, Nickie/Kerr, Marlon: Food for feminist thought, Sociological Review 34, 1986, 537-572
- Classen, Walter: Beiträge zur Feststellung der Ernährungsverhältnisse des deutschen Land- und Stadtvolkes, Archiv für Rassen- und Gesellschaftssoziologie 8, 1911, 458-487, 604-627
- Claupein, Erika/Walter, G.: Essens-Zeiten. Analyse der Zeitbudgeterhebung 1991/92 zu Mahlzeitenmustern. Poster zum 38. wissenschaftlichen Kongress der DGE, Gießen 2001, o.O., o.J. (Ms.)
- D.A.CH. Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, hg. v.d. Deutschen Gesellschaft für Ernährung u.a., Frankfurt a.M. 2000
- Diäten verursachen Essstörungen. Rund 770 Deutsche leiden unter Magersucht oder Bulimie, Frankfurter Rundschau 56, 2000, Nr. 247 v. 24.10., 30
- Fagerli, R. Aa./Wandel, M.: Gender Differences in Opinions and Practices with Regard to a »Healthy Diet«, Appetite 23, 1999, 171-190
- Fackhanel, Sabine: Welcher Verzehrsyp sind Sie?, Ernährungs-Umschau 44, 1997, 317
- Die Frauenvwelt und das Rauchlaster! Leitsätze zu einem von Oberstdienrat i.R. Dr. Martin Hartmann-Leipzig auf dem 4. Internationalen Tabakgegnerkongreß in Graz (19. bis 21. Juli 1924) gehaltenen Vortrage, Blätter für Volksgesundheitspflege 24, 1924, 64-65
- Gedrich, Kurt/Karg, Georg: Ernährungsgeohnheiten der Bevölkerung, in: Ernährungsbericht 2000. Hg. v.d. Deutschen Gesellschaft für Ernährung, Frankfurt a.M. 2000, 18-58
- Deutsche Gewichts-Statistik: Ex-Raucher am häufigsten dick. Jeder zweite wiegt zu viel, Frankfurter Rundschau 56, 2000, Nr. 297 v. 21.12., 34
- Habermaas, Tilmann: Heißhunger - Historische Bedingungen der Bulimia nervosa, Frankfurt a.M. 1990
- Habermaas, Tilmann: Zur Geschichte der Magersucht. Eine mediznpsychologische Rekonstruktion, Frankfurt a.M. 1994
- Heimert, U.: Einkommen und Raucherverhalten in der Bundesrepublik Deutschland – eine Sekundär-analyse der Daten des Mikrozensus 1995, Gesundheitswesen 61, 1999, 31-37
- Hengartner, Thomas: Tabak, in: Ders./Merki, Christoph Maria (Hg.): Genussmittel. Ein kulturgeschichtliches Handbuch, Frankfurt a.M./New York 1999, 169-191
- Heseker, Helmut u. a.: Lebensmittel- und Nährstoffaufnahme Erwachsener in der Bundesrepublik Deutschland, Niederkeien 1994 (VERA-Schriftenreihe, Bd. III)

- Hilton, Mathew: Der Konsum des Unschicklichen. Raucherinnen in Großbritannien 1880-1950. in: Siegrist, Hannes/Kaebler, Hartmut/Kocka, Jürgen (Hg.): Europäische Konsumgeschichte. Zur Gesellschafts- und Kulturgeschichte des Konsums (18. bis 20. Jahrhundert), Frankfurt a.M./New York 1997, 495-525
- Jaeger, U./Zelner, K./Kromeyer, Katrin: Ergebnisse jener anthropologischer Schulkinde-untersuchungen zwischen 1880 und 1985. Anthropologischer Anzeiger 48, 1990, 239-245
- Jahresbericht der Großherzoglich Badischen Fabrikinspektion für das Jahr 1899, Karlsruhe 1900, 88
- Jessen, Jarno: Das Klübbeben der Frauen. Die Woche 8, 1906, 68-73
- Junge, Blüchard/Nagel, M.: Das Rauchverhalten in Deutschland, Gesundheitswesen 61, 1999, Sdth. 2, S121-S125
- Kampf gegen die Genußgifte, Volksgesundheitswacht 1938, 134-139
- Karmasin, Helene: Die geheime Botschaft unserer Speisen. Was Essen über uns aussagt, München 1999
- Kemmer, Debbie/Anderson, A.S./Marshall, D.W.: Living together and eating together: changes in food choice and eating habits during the transition from single to married/cohabiting. Sociological Review 46, 1998, 48-72
- Kärbal, Chr.: Wie Frauen rauchen. Dies Blatt gehört der Hausfrau 16, 1902, H. 34, 839
- Knopf, H./Ellert, U./Melcher, H.-U.: Sozialschicht und Gesundheit, Gesundheitswesen 61, 1999, Sdth. 2, S169-S177
- Kocher in Deutschland. Berichts- und Tabellenband. Igo-Forum-Studie '95, o. O. 1995
- Kölling, Bernd: Das Öl im Kompag. Zur Geschichte der Zigarre in Deutschland (1850-1920), Zeitschrift für Geschichtswissenschaft 45, 1997, 219-240
- Kraut, Heinrich: Der Nahrungsbedarf des Menschen, Bd. 1, Darmstadt 1981
- Kühn, Hagen: Anti-Tabakpolitik in den USA: Modell oder Sonderfall der Prävention?, in: Ro-Senbrock, Reif/Ders./Köhler, Barbara Maria (Hg.): Präventionspolitik. Gesellschaftliche Strategien der Gesundheitsziehung, Berlin 1994, 325-345
- Lenke, Herrmann, Berliner Kulturbilder. Vegetarische Warte 54, 1921, 60-61
- Lickint, Fritz: Allgemeines zur Frage des Tabakkonsums und seiner erwünschten Einschränkung, Münchener Medizinische Wochenschrift 81, 1934, 1766-1768
- Lickint, Fritz: Tabak und Gesundheit, Kosmos 22, 1925, 331-334
- Linhard, Erna: Die Aufgaben des Sachgelehrten »Kampf den Volksgiften« im Deutschen Frauenwerk, Abteilung Mütterdienst, in: Deutsche Frau, Alkohol und Tabak, Berlin-Dahlem 1940, 3-5
- Ludorff, Walter: Genußmittel, in: Reiter, Hans/Breger, Joh. (Hg.): Deutsches Gold. Gesundes Leben – Frohes Schaffen, München 1942, 291-310
- Dicke Männer brauchen sehr viel Liebe. Ratschläge für Frauen, die mit einem Dicken verheiratet sind – Lachen Sie ihn nie aus!, Kristall 8, 1953, 286-287
- Magnus-Lew, Adolf: Physiologie des Stoffwechsels, in: Noorden, Carl v. (Hg.): Handbuch der Pathologie des Stoffwechsels, Bd. 2, T. 1, Berlin 1906, 1-479
- Merkl, Christoph Maria: Die nationalsozialistische Tabakpolitik, Vierteljahrshefte für Zeitgeschichte 46, 1998, 19-42
- Marmelstein, Neil H.: Developing and Marketing Foods for Women. 2. Developing Foods to Meet the Needs of Women, Food Technology 56, 2002, Nr. 1, 40, 42-45, 55
- Methfessel, Barbara: Zwischen drei Welten. Mütter, Hausfrauen, erwerbstätige Frauen und ihre hauswirtschaftlichen Hilfen, Fundus 2, 1996, Nr. 2, 2-3
- Nemmeroff, Carol/Davis, Mary: Die Ausrottung der Sünde, Slow 12, 1999, 12-17
- Neue Bundesländer: Mehr Raucherinnen, Ernährungs-Umschau 46, 1999, 385-386

- Oakes, M.E./Sloterback, C.S.: What's in a name? A comparison of men's and women's judgements about food names and their nutrient contents. Appetite 36, 2001, 29-40
- Picrain-Knowles, A.: Belgische Raucherklubs, Die Woche 10, 1908, 1795-1798
- Planert, Ute: Der dreifache Körper des Volkes: Sexualität, Biopolitik und die Wissenschaften vom Leben, Geschichte und Gesellschaft 26, 2000, 539-576
- Prahl, Hans-Werner/Setzwein, Monika: Soziologie der Ernährung, Opladen 1999
- Proctor, Robert N.: The Nazi War on Cancer, Princeton 1999
- Reiter, Hans: Alkohol- und Nikotinmißbrauch und gesundes Volk, Volksgesundheitswacht 1938, 47, 10-13
- Reiter, Hans: Der Kampf gegen den Tabakmißbrauch, Reichs-Gesundheitsblatt 12, 1937, 735-736
- Rubner, Max: Die Ernährung des Menschen mit besonderer Berücksichtigung der Ernährung bei Leibesübungen, Berlin 1925
- Sandgruber, Roman: Bitterstüße Genüsse. Kulturgeschichte der Genußmittel, Wien/Köln/Graz 1986
- Sandgruber, Roman: Das Essen der Arbeiterfrauen. Geschlechtsspezifische Konsumunterschiede in Arbeiterhaushalten, L'Horloge 2, 1991, 45-56
- Schmeitz, Friedrich: Das Tabakrauchen im Lichte der öffentlichen Gesundheitspflege, Berlin 1930 (Veröffentlichungen aus dem Gebiete der Zentralverwaltung, Bd. 31, H. 4)
- Schmolzer, Gustav: Grundriß der Allgemeinen Volkswirtschaftslehre, T. 1, Leipzig 1900
- Seatz, Sarah: Food, Consumption and the Body in contemporary Women's Fiction, Cambridge 2000
- Sellach, Brigitte: Wie kommt das Essen auf den Tisch? Die Frankfurter Bekäftigungsstudie, Balmannsweller 1996
- Setzwein, Monika: Ernährung und Geschlecht. Umrisse einer theoretischen Herausforderung, Internationaler Arbeitskreis für Kulturforschung des Essens. Mitteilungen H. 5, 2000, 14-23
- Söderberg, Johan: Consumption, Gender and Preference in Sweden, 1920-1965, Scandinavian Economic History Review 46, 1998, 71-84
- Spiekermann, Uwe/Schonberger, Gesa U. (Hg.): Ernährung in Grenzsituationen, Heidelberg/Berlin/New York 2002
- Spiekermann, Uwe: Eßkultur heute. Was wie und wo essen wir?, in: Gesunde Ernährung zwischen Natur- und Kulturwissenschaft, hg. v. Dr. Rainer Wild-Stiftung, Münster 1999, 41-56
- Springer, Jenny: Die deutsche Studentin, Die Woche 9, 1907, 563-566
- Stettenheim, Julius: Von den Zigarren und vom Rauchen. Eine Plauderei, Die Woche 8, 1906, 220-222
- Stoff, Heiko: Diskurse und Erfahrungen. Ein Rückblick auf die Körpergeschichte der neunziger Jahre, 1999 14, 1999, 142-160
- Tabakgefahren für die Frau, Die Gesundheitsführung. Ziel und Weg 1943, 178
- Thoms, Ulfrike: Körperstereotype. Veränderungen in der Bewertung von Schlantheit und Fettheitigkeit in den letzten 200 Jahren, in: Wischermann, Clemens/Haas, Stefan (Hg.): Körper mit Geschichte. Der menschliche Körper als Ort der Selbst- und Weltdeutung, Stuttgart 2000 (Studien zur Geschichte des Alltags, Bd. 17), 281-307
- Vaerüig, M.: Vom Ernährungsminimum für Mann und Frau, Die neue Generation 16, 1920, 133-137
- Vandereycken, Walter/Van Deth, Ron: From Fasting Saints to Anorexic Girls, London 1994
- Der Verkehr mit Nahrungsmitteln, Genußmitteln und Gebrauchsgegenständen. Gesetz, Vollzugsverordnungen und Materialien, Annalen des Deutschen Reichs 1882, 781-856
- Die Nationale Verzehrsstudie. Ergebnisse der Basisauswertung, Bonn 1991 (Materialien zur Gesundheitsforschung, Bd. 18)

- Vorwerck, Elise: Gastündere Lebensführung – eine Frauenaufgabe, in: Deutsche Frau, Alkohol und Tabak, Berlin-Dahlem 1940, 5-8
- Wardle, Alan/Hetherington, Kevin: English households and routine food practices. A research note, Sociological Review 42, 1994, 758-778
- Warschko: Wer kauft den Kleinherd?, Der Anschluss 19, 1954, H. 5, 3
- Witz, Albert: Die Moral auf dem Teller [..], Zürich 1993
- Wohlbrück, Olga: Darne und Zigarette. Plauderei. Die Woche 10, 1908, 758-759
- Wöstmann, Thomas: Wenn das Kind krank ist, bleibt nicht Jan, sondern Dörte zu Hause. Studie: Weltweit kleben Männer an ihrer traditionellen Ernährungsrolle, während Frauen trotz Job die Hausarbeit zufällt, Frankfurter Rundschau 57, 2001, Nr. 254 v. 01.11., 34
- Berliner Illustrierte Zeitung 38, 1929, 136

Die Buchreihe »Beiträge der Bremer Volkshochschule zur Erwachsenenbildung« wird im Auftrag der Bremer Volkshochschule herausgegeben. Bände zum Thema Gesundheit werden gemeinsam mit dem Zentrum für Public Health der Universität Bremen publiziert. Veranstaltungen des Gesundheitsforums 2001: Bremer Volkshochschule, Bremer Institut für Präventionsforschung und Sozialmedizin (BIPS), ProFamilia Bremen, Stadtbibliothek Bremen, Verbraucherzentrale Bremen.

Inhalt

7	Vorwort <i>Karin Röpke</i>
9	Einführung <i>Ingeborg Jahn, Ulla Voigt</i>
11	Auf den Geschmack kommen: Ernährungsbildung an Volkshochschulen <i>Ulla Voigt</i>
Teil 1:	Ernährung als Schlüsselkategorie guten Lebens und nachhaltiger Entwicklung
27	Frisch auf den Tisch des Lebens – Essen mit Leib und Seele. Nicht der Mund isst – der ganze Mensch isst <i>Annelie Keil</i>
39	Ethik des »guten Essens«: Gastrosophisches Plädoyer für eine nachhaltige Esskultur <i>Harald Lenke</i>
Teil 2:	Historische und soziologische Geschlechterblicke auf Ernährung
51	Das Deftige für den Mann, das Leichte für die Frau? Über den Zusammenhang von Ernährung und Geschlecht im 20. Jahrhundert <i>Uwe Spiekermann</i>
75	Sex & Food & Hierarchy: Überlegungen zum Zusammenhang von Ernährung, symbolischer Geschlechterordnung und sexueller Ideologie <i>Monika Setzwein</i>
Teil 3:	Einfach ist besser – zur Praxis des Essens mit Leib und Seele
101	Gastlichkeit aus der Großküche – ist das möglich? Das Konzept der Mehr-Wert-Ernährung <i>Dietmar Hagen</i>

© Edition Temmen 2002
Hohenlohestr. 21 – 28209 Bremen
Telefon 0421-348430 – Fax 0421-348094
email: info@edition-temmen.de

Titelabbildung: Ingeborg Jahn
Herstellung: Edition Temmen
ISBN 3-86108-481-6

111 Durch Qualität zu mehr Genuss:
Anregungen für eine veränderte Esskultur
Klaus Jochims

119 Geschmack an jedem Tag:
Blicke in eine frische, vielfältige, liebevolle Alltagsküche
Witfried Gribat-Jahn, Ingeborg Jahn

137 Nachwort
Dr. Kuno Böse

138 Verzeichnis der Rezepte

139 Autorinnen und Autoren

Liebe Leserin, lieber Leser,

vollwertig essen und trinken und die Speisen genießen – das sind wichtige Grundlagen für mehr Gesundheit und Lebensqualität. Die richtige Ernährung schützt nicht nur vor Krankheiten, sondern sie steigert auch Lebensfreude und Lebenserwartung, sie hält Körper und Geist fit.

Das Angebot an Nahrungsmitteln in Deutschland ist so reichhaltig, dass sich jede und jeder gesund ernähren kann. Die Politik unternimmt durch Gesetze, Verordnungen und Kontrollen das ihr Mögliche, um bei der Lebensmittelsicherheit einen hohen Standard zu gewährleisten. Doch jeder trägt selbst die Verantwortung dafür, wie er sich ernährt, wie er mit seiner Gesundheit umgeht.

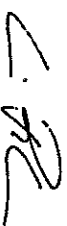
Was auf unserem Teller liegt, sollte den Körper umfassend und ausgewogen mit den notwendigen Nährstoffen versorgen, und – auch das ist ganz wichtig – es sollte appetitanregend aussehen, gut riechen und gut schmecken. Eben »Leib und Seele zusammenhalten«, wie es der Volksmund ausdrückt. Frische Lebensmittel aus der Region, auch ökologisch angebaut und hergestellt, gehören auf jeden Fall auf den Speiseplan. »Der Mensch ist, was er isst« hat der Philosoph Ludwig Feuerbach festgestellt. Unbestritten besteht zwischen der richtigen Ernährung und dem Wohlbefinden ein enger Zusammenhang.

Essgewohnheiten bilden sich in der Kindheit und sind im Erwachsenenalter nur schwer zu korrigieren. Auch deshalb ist es wichtig, dass unsere Kinder lernen, dass gesunde Ernährung wichtig und schmackhaft ist. Mit Unterstützung des Bremer Instituts für Präventionsforschung und Sozialmedizin (BIPS) sind wir bemüht, dies in unseren Kindertagen zu praktizieren.

Wichtig ist jedoch nicht nur das, was auf unserem Teller liegt, wir müssen auch über den Tellerrand hinausschauen.

Eine der größten Herausforderungen unserer Zeit ist es, den Hunger in der Welt zu bekämpfen. Während wir uns in den Industrienationen mit Fehl-, Überernährung und Essstörungen beschäftigen, leiden weltweit 800 Millionen Menschen Hunger oder sind chronisch unterernährt.

Um dem entgegenzuwirken, wurde beim Welternährungsgipfel 1996 in Rom ein Aktionsplan verabschiedet. Seitdem hat sich jedoch leider wenig verändert. Entschlosseneres Handeln ist deshalb notwendiger denn je.



Karin Röpké
Senatorin für Arbeit, Frauen,
Gesundheit, Jugend und Soziales