

Beim Frühstück scheiden sich die Geister. Der Tag beginnt, aber wie beginne ich ihn, wie komme ich auf Touren? Schon da ziehen sich signifikante Trennlinien durch unsere Esskulturen, hier die Nord-, da die Süd-Geister. In der Frühstückskultur verbergen sich oft Zugänge zur Arbeitskultur und zum Lebensgefühl der Menschen. Leben wir, um zu arbeiten, oder arbeiten wir, um zu leben? Da teilt sich die Frühstückswelt.

In Deutschland, England, China oder Japan nimmt das Frühstück einen ordentlichen, den Tag mitbestimmenden Rang ein. Das reichhaltige typisch deutsche, österreichische und Schweizer Frühstück mit Kaffee oder Tee, Wurst, Käse, Orangensaft, Müsli, Joghurt, Brot, Butter, Marmelade, Früchte, ist die für notwendig gehaltene Grundlage für den anstrengenden Arbeitstag. Der geübte und auf Arbeitskultur eingestellte Magen gibt genügend Energie frei, um dem Tag gewachsen zu sein.

Anders die Italiener. Sie nehmen den schnellen Caffè (hier bekannt als Espresso, dort nicht!), vielleicht ein Cornetto, oder nur einen Cappuccino, dessen Koffein und Milchbasis ein wenig Energie gibt. Der Magen darf nicht zu voll werden am frühen Morgen. Die Franzosen tun es ihnen gleich mit dem Café und dem Croissant oder eben nur mit einem Café au lait. Oder die Spanier mit ihrem Cortado (dem „Kurzen“), die Griechen mit ihrem Kaphé, die Türken mit ihrem Mokka und so weiter. Alles äquivalente Süd-Kultur der asketischen Frühstücksverweigerung? Der Anfang eines Tages in südlichen Sphären muss leicht sein, der Arbeitstag nicht doppelt schwer gemacht werden, zudem zehrt die Sonne.

Ebenso leicht gehen es die Thais an, die mit Reissuppe und kleiner Gemüseeinlage, vielleicht mit Ei darin, in den Tag starten, und das alles relativ geschmacklos, salz- und würzarm, während man in China schon auf die gute Mahlzeit abzielt: Reissuppe, verschiedene Gemüse, Früchte, ballenartiges Reisbrot, Tunken, Sojamilch und Unmengen von Tee, meist grüner oder Blütentee. Zum Beispiel mit Chrysanthemenblüten, in den Bockshornbeeren hineingeworfen werden. Gesüßt wird das Ganze mit großen, weißen Kandiastücken. Das Frühstück in China ist Pflicht, das Mittagessen die Kür, das Abendessen das Schaulaufen einer großen Ess- und Kochperformance.

In Europa ist der Ruf der Engländer für ihr Frühstück legendär. English Breakfast, ein globaler Begriff für Qualität, die zu finden man sich in „Britain“ sonst eher schwertut. Ihr Breakfast, mit dem sie – wörtlich genommen – das Fasten brechen, ist wie ein Glaubensbekenntnis. Ein ohne Frühstück „unaufgeladener“ Engländer wäre wohl für den Rest des Tages unbrauchbar. Das englische Frühstück mag selbst dem frühstücksgewohnten Deutschen von un(v)erträglicher Opulenz erscheinen. Denn es hat das Wesen einer Vollmahlzeit: Ham und eggs (Schinken mit Eiern) – scrambled eggs oder poached eggs (Rührei oder pochierte Eier) – Bohnengemüse, Kartoffeln und all die Pflichtbestandteile wie Säfte und Tee als Beschleunigungsmittel für einen frischen Tagesstart. Auf Reisen hebt sich in der Karte das englische oft vom kontinentalen Frühstück ab: Dieses ist spartanisch und kalt, jenes von der Insel mahlzeithaft und warm.

In Sankt Petersburg findet man die absurde Krönung an morgendlicher

Fischsuppe am Morgen

Die Frühstückskultur ist eine meridiane Linie des Essens, welche die Welt teilt: In China und Deutschland die Intensiv-Frühstücker, in Italien und Thailand die Frühstücksmuffel. Alles nur eine Frage der Mentalität? Und was haben morgendliches Huhn und Reissuppe mit Arbeitsmoral zu tun? Eine kulinarisch-philosophische Reise von Klaus Kufeld



ERSTE MAHLZEIT
Thailändische Kokosmilchsuppe mit Shrimps: Für die Asiaten um 6 Uhr morgens kein Problem. Sie mit Stäbchen zu genießen schon eher. (foto: vario)

Frühstücksüberfütterung: Am frühen Morgen steht der laufende Fernseher auf dem Tisch. Es ist eine Zumutung nicht nur für Morgenmuffel, russisches Unterhaltungsfernsehen zu so früher Stunde zu ertragen. Kaum wach, tischt die Frau groß auf. Nicht Kaffee oder Tee als die gewohnten Frischmacher, nein, Bier. Als Alternative: schwerer russischer Muskat-Wein. Nicht Marmelade oder ein Ei-Gericht, sondern ein halbes gebratenes Hühnchen mit Kartoffeln, irgendwelches Gemüse, Brot. Ein vollwertiges Mittagessen sozusagen als Frühstück. Die hemdsärmelige Haltung des Gastgebers und der Glanz in den Augen seiner Frau dulden in solchen Fällen keine Widerrede: russischer Stolz, mit dem festen Ziel, den Gast zu sättigen. Wladimir und Olga Kaminer haben es einst so schlicht beschrieben: „Die russische Küche ist einfach und sättigend. Sie besteht aus fünf Gerichten mit Variationen, die nur einem Zweck dienen: den Magen schnell zu füllen.“

Quod erat demonstrandum. Die hilflosen Erklärungen, man könne morgens nicht viel essen oder ein Kaffee wäre des Guten genug gewesen, wurde gnadenlos als pure Höflichkeit ausgelegt. Während die Augen vor Bestürzung noch ratlos auf dem Teller hingen und herglotzen, ist das Bier schon eingegossen, und das alles lange bevor ein Kaffee für die Antriebsenergie sorgen konnte. Also, hinein ins Vergnügen! Der russische Stolz sollte nicht enttäuscht werden. Eine gute Kooperation sollte auch durch den Magen

in Sankt Petersburg findet man die absurde Krönung an morgendlicher

Wodka. Nun, wie sollte man da noch arbeiten? So tut man seine Pflicht und die russische Seele hatte ihre Genußtaugung. Zugegeben, der obligate Wodka macht dann doch alles wieder etwas leichter, wenn auch nur auf einem anderen Genussniveau.

Zurück zur Kultur der Finesse. Ein äußerst buntes und vielseitiges Frühstück erlebt man in Kolumbien, genauer gesagt, in Cartagena. Die Hafenstadt hat den verrucht-pathetischen Charme der kolumbianischen Karibik, einen Charme diskreter Vergänglichkeit wie in Europa Lissabon oder Palermo. Cartagena ist eine der Städte, die den verblassten Glanz ihrer Bedeutung nicht verkraften können und krampfhaft an ihrer Geschichte festhalten. Wissen, dass die reale Welt sie längst überholt hat, schlägt sich die Enttäuschung in den Gesichtern der Menschen nieder, die einen beklemmenden wirkenden Stolz und eine übertriebene Geschäftigkeit ausstrahlen. Kommt ein Forastero, wie die Fremden dort heißen, an ihrem Gemüsestand oder ihrer Körnerware vorbei, spielen sie die betont lässige Tour – als sei man gar nicht anwesend. Ansonsten gewöhnt man es sich schnell an, verstoßen durch die Gassen zu schleichen, in denen es vor Herumlungerern und hinterlistigen Kleindieben nur so wimmelt.

Das Casa de Elda, ein noch im spanischen Kolonialstil gehaltenes, diskretes Hotel, das eigentlich gar keines war, war kaum sichtbar. Man findet es nur auf persönliche Empfeh-

lung von Germán, dem Chef des Hotels Platypus in Bogotá. Vielleicht musste „das Besondere“ in einem Land des unaufhörlichen Bürgerkriegs und der Entführungstraumen ja besonders diskret auftreten, um im Notfall auch als Unterschlupf herhalten zu können.

Das Hotel hatte bei allem Charme eine verträumt-dekadente Atmosphäre, dabei aber etwas ungeheuer Anziehendes. Unter einem der Balkone wurde ein Frühstück aufgetischt, das auch für einen Englandgereisten einfach nicht zu überbieten war, so als müsste doch noch gezeigt werden, wer man ist und was man kann. Eigentlich war es die wohlthuende Mischung aus englischem und kontinentalem Frühstück, doch seine besondere und auch nur in Äquatornähe mögliche Note und Darbietung war die krönende Symphonie der tropischen Früchte: Eier mit Schinken, Tomaten, Zwiebeln, Orangenmarmelade, Honig, eine kleine Kanne heiße Milch, eine große Kanne Kaffee, Butter, Brot, und dann Früchte ohne schieres Ende: Ananas, Wassermelone, Honigmelone, Banane, Mango, Papaya, Mandarine, Nispero (Kaktusfrucht), Uchuva, Feige, Fruchtsaft von Lulo. Dieses kolumbianische Frühstück ist ein Kunstwerk, als solches auch komponiert und serviert, es spielt alle Trumpfkarten der Tropen aus und ist so voller Phantasie, dass alle bisherigen Erfahrungen und Erwartungen in den Schatten gestellt werden. Schon das Auge isst mit, bevor etwas angefasst ist, und bringt den müden Morgenappetit auf Touren. Dazu kommt das Draußensitzen im Pflanzenam-

biente, das die süßlich-tropische Luft zu einem Gang und Appetitfaktor ersten Ranges im Frühstücksmenü erhebt. Vielleicht ist es ja das, was einen in England, wo man doch meistens – überspitzt gesagt – eingesperrt frühstückt, daran hindert, das virtuose Frühstück als empfundene Kultur zu erleben. Cartagena hat es geschafft, der guten europäischen (oder angelsächsischen?) Frühstückskultur seine selbstgemachte Krone aufzusetzen.

Vielleicht nun ist die Frühstückskultur sogar ein Gradmesser für die Mentalität der Menschen. Denn es gibt einen durchaus interessanten Zusammenhang zwischen der asketischen Frühstückskultur (die damit ja beinahe keine „Kultur“ mehr ist) und dem berühmten Morgenmuffel. Wer am Frühstück spart, spart gerne auch mit Worten. Nicht nur der Magen, auch die Sinne sind noch nicht wach.

Eine Frage auch der Einstellung? Oder der Tat, wörtlich genommen, denn in Asien ist zu sehen, dass Frühstück nicht nur Essen bedeutet: Oft in aller Herrgottsfrühe sieht man die Asiaten schon beim „Luftzeichnen“, mit und ohne Musik. Mit Tai Chi und anderen Körperkulturen bewältigt man ein Stück Frühe in der Bewegung, bevor man sich zu seinem Schälchen begibt. Während die Engländer beim Frühstücksgelage in aller Herrgottsfrühe schon munter miteinander plaudern, sollte man sich vor einsamen Italienern an der Bar durchaus hüten, das berühmte

Wort zu viel auszusprechen. Jene befinden sich schon mitten im Tagesgeschehen, diese schlafen noch halb. Man könnte meinen, dass das Frühstück für die Briten schon eine Art Morgensport darstellt, an dem sie sich hochklimmen und fitmachen für den Arbeitstag. Die Italiener üben mit ihrem kargen Caffè noch den körperlich bedingten Widerstand gegen die bevorstehende Arbeit. Vielleicht sind sie auch gerne noch etwas müde und nur noch etwas in Gedanken.

Der Text ist ein gekürzter Auszug aus „Der kulinarische Eros. Geschichten über die Seele des Kochens & Essens“.

AUTOR & WERK

DER AUTOR

Klaus Kufeld, Jahrgang 1951, promovierter Politik- und Sozialwissenschaftler, aufgewachsen im niederbayerischen Rottal, ist Leiter des Ernst-Bloch-Zentrums in Ludwigshafen, Reiseschriftsteller und Essayist. Im Februar 2010 erscheint im Wilhelm-Fink-Verlag: „Die Reise als Utopie. Ethische und politische Aspekte des Reismotivs“.



DAS BUCH

Klaus Kufeld: Der kulinarische Eros. Geschichten über die Seele des Kochens & Essens, Edition Splitter, Wien 2009, 140 Seiten, 22 Euro. (ras)

Anders(wo) frühstücken

ARABISCHE WELT

Gekochte Saubohnen

Nehmen wir Ägypten. Dort kommt am Morgen „ful muddamas“ auf die Teller, was vor allem braune Saubohnen (auch Puffbohnen genannt) sind. Die getrockneten, über Nacht eingeweichten Bohnen, werden gekocht und dann püriert. Olivenöl, gehackte Petersilie, Zwiebel, Knoblauch und Zitronensaft drauf, fertig ist der Morgenschmaus. Dazu gibt's ägyptisches Fladenbrot (eish masri), Schafkäse, gehackte Salzgurken, Eier oder Tomatenwürfel. Zu trinken? Pappsüßen Kaffee! Ein Husch-Husch-Frühstück sieht anders aus – „ful muddamas“ sind aber auch als Dosenware erhältlich. (ras)

AFRIKA

Zeit für Brei

Frühstückszeit gleich Breizeit. Es soll auf dem schwarzen Kontinent noch einige Gegenden geben, in denen die Afrikaner ihren geliebten Bananenbrei (Matoko), Maisbrei (Poscho oder Ugali), Haferbrei, Hirsebrei (Sorghum) oder Beerenbrei mit Füßen in Wasserpfützen patschen und stampfen. Wohl bekomm's! Den Maisbrei – Mieliepap – mit allen anderen Feldfrüchten, Knollen und Körnern zu Brei verarbeiteten Lebensmitteln gibt es auch frisch in den Gasthäusern, vor allem in Südafrika. Hoch im Kurs steht auch die Kichererbsen – das daraus gemachte Couscous lässt sich mit 1000 Dingen kombinieren. (asch)



HOCH IM KURS
Frühstücksbrei mit Kichererbsen und anderem Gemüse. (foto: vario)

VIETNAM

Heißes Geschlürfe

Morgens wird geschlürft. Nicht etwa heißer Kaffee, sondern superheiße Nudelsuppe: Der Tag in Vietnam beginnt mit einer würzigen Pho Bo mit Rindfleischstreifen, ganz vielen Kräutern – gegen jedes Zipperlein ist was dabei – und ewig langen Nudeln. Die balancieren wir auf Stäbchen in Richtung Mund. Nah genug dran, werden sie mit einem Ruck unter lautem Schmatzen eingesaugt. Das macht Laune. Bei schwülwarmen Temperaturen um die 28 Grad drückt sich dabei die eine oder andere Schweißperle auf die Stirn. Hinzu kommt die Sitzhaltung: Pho Bo genießt man am Straßenrand – in der Hocke. (btw)

MEXIKO

Scharfe Salsa-Sache

Mexikaner nehmen ein ausführliches Frühstück zu sich, um für den Tag gerüstet zu sein. Beliebte sind Eier in allen möglichen Varianten, möglichst mit Käse, Pilze, Schinken, Bohnen und so weiter. Alternativ servieren sie gerne Molletes, warme Brötchen, die mit gestampften Bohnen, Käse und Schinken belegt werden. Oft finden sich auf dem Frühstückstisch auch Chilaquiles. Das sind sogenannte Totopos, dreieckige, frittierte Tortillastücke, die mit grüner oder roter Salsa sowie Käse, Sahne, Zwiebeln und bisweilen mit in Streifen geschnittenem Hühnchen serviert werden. (mamü)

INDONESIEN

Hauptsache Reis

Bei den Minahasa, einem Volk im Nordosten der indonesischen Insel Sulawesi, geht morgens nichts über Reis. Entweder werden Reisreste vom Vortag gebraten (Nasi goreng) oder es gibt frisch gekochten mit Fleisch und Fisch vom Vorabend. Legendär ist der Tinutuan, der in ganz Indonesien als Bubur Manado bekannt ist. Beim Tinutuan werden Reis, Wasserspinat, Amaranth, Mais, Kürbis, Maniok, Zitronengras, Ingwer und indonesischer Basilikum zu einem Brei gekocht. Zum Frühstück gehören unabdingbar scharfe Chilisoßen der Minahasa. Getrunken wird heißes Wasser oder Tee. (mks)