

Alternative Ernährung

Es ist zum Verrücktwerden (Teil 13)

Hagen Bonn

Achtung, Achtung: Nie war Bildung wichtiger als heute, denn wer die Zutatenlisten auf den Packungen im Supermarkt nicht lesen kann, lebt gefährlich. Wir dürfen da keine Illusionen haben! Die Kritiker der Industrienahrung haben nämlich ein bisschen viel recht. Wer sich gedanklich alle Produkte, die übermäßig Zucker, Salz, Öle, Säuren und Weißmehle enthalten, aus den Regalen wegdenkt, wird eine böse Überraschung erleben. Neunzig Prozent der Regalreihen stünden leer. Und wer die genannten Bestandteile genauer betrachtet, wird feststellen, dass die sich bestens eignen, hundert Jahre dort zu stehen, ohne schlecht zu werden. Und sie geben eins: Energie! Kombinieren wir sie gar: Gurken, Kartoffelchips oder Salami in eins und schon, haben wir das perfekte Produkt im Sinne der Nahrungswirtschaft: ewig haltbar, viel Geschmack und Massenabsatz.

Dass der Chemiebaukasten zusätzliche Effekte schafft, wissen wir: Aussehen, Farbe, Geruch, mehr Geschmack und noch längere Haltbarkeit. Und das Gemüse? Viele wissen nicht, dass das Supermarktgemüse weder Erde, Sonne noch Regen kennt. Tomaten aus Holland wachsen auf Pappböden. So schmecken sie auch. Ebenso die Gurken. Null Geschmack. Das letzte Schweinefleisch, das ich aß und das nach Schwein schmeckte, stand 1989 auf dem Tisch. Selbstverständlich rechts der Elbe ...

Dass die Hühneranlagen, die Schlachtfabriken und die Methoden der Verarbeitung und »Zubereitung« ethisch fragwürdig oder eben nicht zu tolerieren sind, wird jeder schon überlegt haben. Deswegen Bio? Das ist für viele eine Frage des Geldes. Oder der Definition. Was ist Bio? Es gibt (gefühl) Hunderte Siegel, Tausende Marken, aber viele von denen standen schon in der Kritik. Hier: »Das ist kein richtiges Bio.« Dort: »Die haben geschwindelt.« Und wir? Wir heißen erst einmal »Verbraucher«. Und damit stehen wir fast ganz allein. *Öko-Test* hin oder her – die Misere wird sich nicht lösen lassen, ohne grundlegend die Gesellschaft zu verändern. Und wer bis dahin nicht warten kann? Der tickt eben aus. Wird vegan. Er heilt die Pest mit der Cholera.

Denn Nahrung ist kein Religionsersatz. Wir brauchen Vitamin B12, wir benötigen langkettige Omega-3-Fettsäuren und so weiter. Was tun? 1. Ruhe bewahren. 2. Informiert euch über schädliche Zusätze, viele sind bekannt und werden trotzdem verarbeitet. 3. Denkt mit! Weißmehl, Zucker, billiges Öl – kann man leicht vermeiden. Wer Cola trinkt, leuchtet eben nachts, wer konventionelles Schwein isst, sollte die Folgen kennen.

Das zum rationalen Kern. Die Monopolindustrie will euer Geld, nicht eure Gesundheit fördern, o. k.? Und dass die Bioindustrie auf dem Vormarsch ist, muss auch klar sein. Ansonsten gibt es nichts zu sagen. Oder? Fressen zwei Menschenfresser einen Clown, da meint der eine: Der schmeckt aber komisch!

<http://www.jungewelt.de/artikel/308635.alternative-ernaehrung.html>