

# Gesunde Ernährung?<sup>1</sup>

## Wissenschaftliche Fragen – moralische Antworten

**Lothar KOLMER**

Das Fragezeichen im Titel lässt sich klarer ausformulieren: Gibt es gesunde Ernährung?

So gestellt, lässt sich eine entschiedene Antwort geben: Nein. „Gesunde Ernährung“ gibt es nicht. Die apodiktische Aussage wird verständlicher, geht man vom Gegenteil aus: Es gibt keine „kranke Ernährung“.

Das ist ein wenig ein Sprachspiel – doch mit Worten drücken wir unsere Einstellungen, unser Verhältnis zur Welt aus. Sprachlich analysiert liegt hier die Beziehung eines Beiwortes (Attributs) auf ein falsches Beziehungswort, also eine Enallagé vor. Dieses Stilmittel dient, rhetorisch gesehen, als ästhetisches Mittel der Verfremdung.<sup>2</sup> Zugespitzt: Ist uns demnach gesunde Ernährung fremd geworden? Stehen wir vor wunderbar gestalteten Nahrungsverpackungen, aber die designte äußere Form übertrifft den kärglichen Inhalt bei weitem? Oder ist es doch einfacher – was bei einem „guten Glas Wein“ zu diskutieren wäre; auch eine Enallagé. Doch hier gilt sie als gängiger Sprachgebrauch, üblich und unauffällig. Doch alles normal so weit? Nein! „Gesunde Ernährung“ könnte auch ein Oxymoron sein. Ein Oxymoron hat die Aufgabe, Widersprüchlichkeiten im menschlichen Dasein aufzudecken, die Diskrepanz von „Sein und Schein“ zu verdeutlichen.<sup>3</sup> Danach stünden Ernährung und Gesundheit gewöhnlich im Widerspruch. Das mag heute tatsächlich für manche Konsumenten gelten; die Sprache drückt damit einen fragwürdigen Sachverhalt aus. Wie also steht es um den Zusammenhang von Ernährung und Gesundheit?

Es ist ein aktuelles Thema. Denn die Diskussion um die „richtige Ernährung wird in den westlichen Ländern ... durch den Gesundheitsbezug bestimmt“. Letztere wird jedoch nicht einheitlich definiert, eher nach „jeweiligen wirtschaftlichen, politischen und wissenschaftlichen Interessen. Damit ist „Gesundheit“ auch eine „Projektionsfläche für unterschiedliche Interessen, was dem Recht auf Schutz der Gesundheit nicht unbedingt dienlich ist“.<sup>4</sup>

Definitions- sind gewöhnlich zugleich Machtfragen. Wer eine Definition setzt, sucht den weiteren Gang der Diskussion zu gestalten oder festzulegen.<sup>5</sup> Der Ernährungsdiskurs ist momentan virulent, es geht um die Bestimmung und Festlegung eines „herrschenden Diskurses“. Damit

---

<sup>1</sup> Schriftliche Fassung eines im Frühjahr 2102 in Graz gehaltenen Vortrags.

<sup>2</sup> Kolmer u. Rob-Santer, Studienbuch Rhetorik, 77.

<sup>3</sup> Kolmer u. Rob-Santer, Studienbuch Rhetorik, 84f.

<sup>4</sup> Heindl u.a., Ernährungssozialisation und -bildung und die Entstehung einer „kulinarischen Vernunft“, 190.

<sup>5</sup> Kolmer u. Rob-Santer, Studienbuch Rhetorik, 109f.

aber geht es nicht nur um das konkrete Ernährungsverhalten von Gesellschaften, das sich durchaus auf Krankheit/Gesundheit auswirkt. Es geht wesentlich darum, wer die Normen dafür festlegt. Wessen Stimme setzt sich durch in einem dissonanten Chor aus Ernährungsberatung, Diätologie, Verbraucherschützern, Lobbyisten, Produzenten, Herstellern, Distributoren, der diversen Wissenschaften, Soziologie, Medizin, der Politik...? Es kommt sehr darauf an, wie hier definiert wird.

Thomas Vilgis, Professor am Max -Planck -Institut für Polymerforschung in Mainz, sagt: „Allein die Frage, wie „gesund“ überhaupt definiert werden kann, ist eine große Herausforderung; eine objektive Definition scheint bisher nicht klar umrissen zu sein“. Dazu kommt noch, dass die Paradigmen stets wechseln: Was „vor ein paar Jahren noch relativ undifferenziert als „krankmachend“ oder „ungesund“ eingeordnet (wurde, gilt)... mittlerweile wieder als „gesund“ ...: Butter, Eier und Kaffee“.<sup>6</sup>

Um hier voranzukommen, gehen wir zur Verdeutlichung 300 Jahre zurück. Paul Jacob Marperger schrieb in seinem „Dictionarium“ unter dem Lemma: „Gesundheit“. Sie ist „insoweit wir sie des Essen und Trinkens halber anzusehen haben, eine solche Beschaffenheit des Leibes, da uns Essen und Trinken wohl schmecket, alle Glieder des Leibes ihre gebührende Function verrichten können, der Appetit zu rechten Zeit sich einfindet, der Magen seine gute Däung hat, und so beschaffen ist,“ dass er alle „Speisen wohl vertragen kann. (Man muss) seinem Mund und Magen nicht nur das darbieten, was ihm allein lieblich und wohlschmeckend, sondern auch gesund und zuträglich sey.“<sup>7</sup> Das ist ziemlich funktional gesehen, Ernährung soll appetitanregend, verträglich, Geist und Körper ertüchtigen.

Das Werk erschien 1716, in einer Zeit zu der noch das Regelsystem der antiken Diätetik galt, mit der Vier- Säfte- Lehre der Humoralpathologie.<sup>8</sup> Damals ging es noch um das Gleichgewicht, mit dem überkommenen Begriff der Homöostase. Die Ernährung sollte ausgeglichen und ausgleichend sein, damit es auch der Mensch sei. So könne man seine Gesundheit erhalten, bzw. durch entsprechende Gegenmittel sie wieder herstellen. Diese Meinung war allgemein verbreitet. Auch die Köche hingen ihr an. 1719 schrieb Conrad Hagger in der Einleitung seines voluminösen Salzburgischen Kochbuchs, dass die Speisen den Leib sättigen, die Gesundheit erhalten, die Gestalt schön und vollkommen machen sollten. „Die Kuchen solle der Apotheke correspondieren, der Koch den Herren Medicum gleichsam secundieren.“<sup>9</sup>

---

<sup>6</sup> Vilgis, Genuss und Ernährung aus naturwissenschaftlicher Perspektive, 222.

<sup>7</sup> Marperger, Vollständiges Küch- und Keller Dictionarium, 405.

<sup>8</sup> Das „klassische Werk dazu kam 1682 heraus: Johann Sigismund Elsholtz: Diaeteticon, Cölln an der Spree, mit dem Regelsystem; beschrieben und eingepasst sind alle damaligen Lebensmittel.

<sup>9</sup> Hagger, Salzburgisches Koch-buch, Vorrede (S.4).

Die damaligen Köche wiesen durchaus Selbstbewusstsein als Handwerker sui generis auf, aber stehen zugleich noch in der Linie der Diätetik. Das gesamtheitliche System, damals um die 2000 Jahre alt, hielt noch gute 100 Jahre, um dann von der modernen Naturwissenschaft mit ihren Erkenntnissen abgetan zu werden. Die Köche lösten sich ebenfalls davon und entwickelten ihre eigene Kunst weiter. Jetzt freilich gehen Trends in Richtung einer neuen Art von Wiedervereinigung.

Da Erkenntnis aus Differenz erwächst, kann der Vergleich mit der früheren Diätetik heutige Schwierigkeiten herausstellen. Im früheren System waren Ernährung und Gesundheit ineinander verschränkt. Je nach Typus: Sanguiniker, Choliker – gekennzeichnet durch das Übergewicht eines der vier „Körpersäfte“, hier also Blut und gelbe Galle, musste das Zuviel durch Nahrung ausgeglichen werden. Deren Bestandteile waren katalogisiert in: feucht – trocken und warm – kalt. Wer also sehr hitzig war, innen und außen, etwa im Sommer, konnte das durch Feuchtes und Kaltes, etwa Brunnenkresse, auszugleichen suchen. Wir kennen das Regelsystem, haben die Listen, die Rezepte, könnten also analysieren.<sup>10</sup> Denn wir wissen immer noch nicht, nach welchen Grundlagen, Ideen diese Kategorisierungen vorgenommen wurden, nach Phänotypus, Empirie, Tradition...? Das freilich ist eine Frage, die weit über dieses Gebiet hinausgeht: grundsätzlich lassen sich hier die Themen von Wissenserwerb, Katalogisierung, Tradierung, Adaptierung etc. abhandeln.

Die grundsätzliche und heute durchaus beantwortbare Frage ist die nach der Empirie. War das Erfahrungswissen bewährt und gespeichert und lassen sich die Zuschreibungen verifizieren? Doch so formuliert ergibt sich die nächste Frage, wie das wissenschaftlich gesichert zu erforschen sei. Welches Design braucht es?

Damit aber sind wir im Kern bei der Fragestellung nach „gesunder Ernährung“ angelangt. Man mag, mit heutigen Gutachtern, angesichts der Knappheit der Mittel, eine solche Erforschung der Diätetik für unnötig halten – doch zumindest wird eine gewisse Überzeitlichkeit dieser Frage ersichtlich. Früher wurde sie positiv beantwortet, im Sinne Marpergers gab es eine „gesunde Ernährung“. Diese Meinung wird heute, freilich auf höchst unterschiedlicher Basis, vertreten. Gelegentlich resultiert dies noch aus einem Optimismus des 19. Jahrhunderts. Damals glaubte man, Antworten zu haben. In der Münchner Schule um Carl Voit, 1881, wurden Nährstoffe und ihre Menge genau definiert. „Jeder Nährstoff sollte genügend vorhanden sein, die Nährstoffe sollten im rechten Verhältnis stehen und vor allem wurde auch die Forderung aufgestellt, dass Nahrungsmittel auch Genussmittel sein müssen. Die Zukunft auf dem Tisch schien damit „endgültig quantifizierbar und prognostizierbar“.<sup>11</sup> Aus der Zeit stammen

---

<sup>10</sup> So es Forschungsförderung dafür gäbe.

<sup>11</sup> Hirschfelder, Hunger-Alpträumer, Überfluss-Visionen und die Honigkuchenland-Utopie, 32.

noch Vorstellungen, wonach „die Naturwissenschaften ... eine wahrheitsgetreue Abbildung der Wirklichkeit entwerfen“ könnten. Das gilt methodisch wie theoretisch als überholt.<sup>12</sup> Die „vielschichtige Ernährungswirklichkeit“ lässt sich nicht auf „die einfache Kette von Ursachen – Wirkung - Verknüpfung“ reduzieren.<sup>13</sup>

Wenn derlei heute noch vorkommt, kann man das als wenig seriöse Aussagen, bis hin zu „Foodfuturologie“ bezeichnen.<sup>14</sup> Wissenschaftlich allerdings gesehen, so möchte ich das Fazit vorziehen, sind wir nicht in der Lage, festzulegen, was eine „gesunde Ernährung“ ist.

Das beginnt, wie schon gesagt, mit den Definitionen von „gesund-krank“, setzt sich fort mit wechselnden Anschauungen was als „gesund“ gilt. Im weiteren Forschungsprozess stellt sich dann als die eigentliche Hürde die übergroße Komplexität von Nahrung und ihrer Resorption heraus. Um Thomas Vilgis sinngemäß zu zitieren: Lebensmittel bestehen aus zahlreichen Inhaltsstoffen, sind aus einer Vielzahl von Komponenten zusammengesetzt. Was als „gesund“ und „ungesund“ zu klassifizieren ist, kann nicht eindeutig gesagt werden. Unter unterschiedlichen Bedingungen kann sich die Wirkung von ungesunden und gesunden Stoffen sogar kompensieren. Unsicherheiten sind nach dem heutigen Stand des Wissens kaum zu vermeiden.<sup>15</sup> So ist es etwa beim Cholesterinspiegel nicht klar, ob und inwiefern er „über die Nahrung gesteuert werden kann“. Er scheint eher stärker von genetischen Faktoren abhängig zu sein, als „von der banalen Frage, wie viel Eier Butter oder Innereien gegessen werden - vor allem, wenn die weiteren Ernährungs- und Lebensgewohnheiten nicht in Rechnung gestellt werden“.<sup>16</sup> Vilgis moniert weiter, dass viele Studien zudem auf Statistiken, auf empirischen Untersuchungen oder vergleichenden Methoden beruhen, die sich im Nachhinein als zu grob herausstellten.<sup>17</sup>

Wichtig wäre es heute, die tatsächlich stattfindenden physiologischen Vorgänge auf ihre molekularen Zusammenhänge hin zu untersuchen, um exakter beschreiben zu können, wie sich Lebensmittel bzw. deren Inhaltsstoffe auswirken. Dazu sind „Überlegungen im Grenzbe- reich zwischen Biologie, Biophysik und Biochemie notwendig, um schließlich zu nachvollzieh- baren Aussagen zu gelangen. ... Dieses Unterfangen aber (ist) auf Grund seiner Komplexität schwer zu leisten“.<sup>18</sup> Dies deckt sich mit Aussagen anderer Forscher, etwa aus dem Max Rub-

<sup>12</sup> Teuteberg, Menschliche Ernährungsformen im magischen Dreieck zwischen Biologie, Ökonomie und Anthropologie, 16. „Wegen der hochkomplexen und nicht völlig zerlegbaren Struktur der Lebensrealität erzwingt aber jede Beschreibung eine Projektion der Wirklichkeit, die von der besonderen Wahrnehmung und Interessenslage abhängt und damit von den zur Überprüfung notwendigen Methoden... Die Naturwissenschaften befinden sich damit aber ständig in der Gefahr ihre vereinfachten gedanklichen Darstellungen mit der Komplexität des gesamten Nahrungsge- schehens gleichzusetzen und diese damit zu deformieren.“

<sup>13</sup> Teuteberg, Menschliche Ernährungsformen im magischen Dreieck zwischen Biologie, Ökonomie und Anthropologie, 16.

<sup>14</sup> Darüber wird noch einmal zu handeln sein.

<sup>15</sup> Vilgis, Genuss und Ernährung aus naturwissenschaftlicher Perspektive, 223.

<sup>16</sup> Vilgis, Genuss und Ernährung aus naturwissenschaftlicher Perspektive, 225.

<sup>17</sup> Vilgis, Genuss und Ernährung aus naturwissenschaftlicher Perspektive, 222.

<sup>18</sup> Vilgis, Genuss und Ernährung aus naturwissenschaftlicher Perspektive, 222f.

ner Institut, wonach es möglich sei, einzelne Nahrungsbestandteile zu analysieren, nicht aber das komplexe System!<sup>19</sup> Weiter wären dann die Gesamtwirkungen der Lebensmittel auf den menschlichen Organismus zu untersuchen.

Das scheint momentan kaum, wenn überhaupt nur mit riesigem Aufwand machbar.<sup>20</sup> Teuteberg meint: Die „extrem hohe Komplexität des Nahrungsgeschehens... stünde einer „eindimensionalen Lösung diametral entgegen.“ Die Naturwissenschaftler könnten „die ungeheure Vielfalt des Ernährungsgeschehen auf der anthropologisch-kulturellen Schiene methodologisch überhaupt nicht erfassen und deshalb auch keine individuell wirklich brauchbaren Rezepte geben“.<sup>21</sup> Diese Erkenntnis ist doch mittlerweile weit, wenn auch nicht überall verbreitet.

Wie demnach manche Produkte von Functional Food zu qualifizieren sind, wo ein Wirkmittel für einen Effekt angepriesen wird, soll hier angemerkt sein. Jedenfalls geben Teile der modernen Gesellschaft viel Geld für Nahrungsergänzungsmittel aus, um vermeintliche Ernährungsdefizite auszugleichen.<sup>22</sup> Wer aber diese propagiert und dagegen Vitamine, Zusatzstoffe... herstellt und vertreibt, muss wissen, was Sache ist. Damit aber stellt sich eine ethische Frage. Das allerdings ist ein eigenes Thema.

Der „normale Einzelmensch“ steht ratlos vor der ihn bewegenden, aber kaum zu beantwortenden Frage: welche Nahrung ist eigentlich für ihn wichtig und richtig?<sup>23</sup> Abhängig von Sozialisation, Gesellschaft, Status, Wertesystem und Werbung erfolgt die Auswahl. Die üblichen Forderungen „nicht zu fett und weniger Alkohol, dafür mehr Vitamin- und Ballastreiches, frisches Obst und Gemüse“ haben ihren gut gemeinten Sinn. Sie seien, so meint Teuteberg, aber angesichts der Kompliziertheit der organischen Körpervorgänge und unterschiedlicher Esssituation oft wenig hilfreich und nicht total umsetzbar. So wundert es auch nicht, dass die „von Ökotrophologinnen, Verbraucherberaterinnen und Ärzten gegebenen Ernährungsratschläge ... wenig bis fast nichts“ bewirken.<sup>24</sup>

Die Eingangsfrage kann nun mit Gründen verneint werden. Es gibt weder klare Definitionen, noch irgendwelche einsichtigen wie eindeutigen Erkenntnisse, welche Ernährung welche ge-

---

<sup>19</sup> Diskussion anlässlich eines dortigen Vortrags. In einer anderen Diskussion sah Prof. M. Ritter, PMU, die Pharmakologie in dieser Tradition. Die medizinisch - ernährungsphysiologische Wirksamkeit einer Substanz kann ermittelt werden. Ritter berichte von seinen Forschungen über ein mongolisches Heilkraut, die wirksame Substanz konnte ermittelt und synthetisiert werden. Dann stellte sich heraus, dass bei längerer Einnahme des Präparats sich der positive Effekt umkehrte – aber nicht bei der Verwendung der Pflanze insgesamt.

<sup>20</sup> In Japan, anscheinend nur da, gibt es derartige Untersuchungen In dem notwendigen Maßstab: mit 29 Forschern an 23 Universitäten. Sie untersuchen die tertiären Funktionen von Lebensmitteln. (Dürschmid u. Zenz, Functional Foods, 2).

<sup>21</sup> Teuteberg, Menschliche Ernährungsformen im magischen Dreieck zwischen Biologie, Ökonomie und Anthropologie, 18.

<sup>22</sup> Vilgis, Genuss und Ernährung aus naturwissenschaftlicher Perspektive, 223.

<sup>23</sup> Teuteberg, Menschliche Ernährungsformen im magischen Dreieck zwischen Biologie, Ökonomie und Anthropologie, 17.

<sup>24</sup> Teuteberg, Menschliche Ernährungsformen im magischen Dreieck zwischen Biologie, Ökonomie und Anthropologie, 17.

sundheitlichen Auswirkungen in toto auf den menschlichen Körper hat. Es versteht sich dabei von selbst, dass krasse, dauernde, einseitige Nahrungsaufnahme ihre Effekte hat.

Einsichtig wird dadurch, wie wenig wir immer noch auf diesen Sektoren wissen. Doch, nun wohl in erstaunlicher Weise, kommen von vielen Seiten Ernährungsratschläge. Diese mutieren teilweise schon zu Ernährungsvorschriften. Denn jetzt gilt weithin das Dogma: „Jeder (ist) für seine Ernährung selbst verantwortlich“, mit der moralischen Verpflichtung, sich bewusst/gesund zu ernähren.<sup>25</sup> Gesunde Ernährung ist Pflicht, diese moralische Aufforderung bestimmt die gegenwärtige Essmoral am stärksten.<sup>26</sup>

Es wird momentan diskutiert, ob in der säkularen Gesellschaft nicht eine Resakralisierung stattfindet. Von diesem Thema aus ließen sich Anhaltspunkte gewinnen. Das neue Heil heißt Gesundheit: „Das Heil ‘Gesundheit’ ist allen selbstverständlich auferlegt. Gesundheit ist Recht, Erlösung und Pflicht. Gesunde Ernährung wird dann zu Pflicht und Zwang“, steht unter negativen Sanktionen.<sup>27</sup> Im Rahmen der Säkularisierung wurden die Götter nicht abgeschafft, sondern neue, Ersatzgötter, eingesetzt. Eine dieser Göttinnen heißt Gesundheit.

Das erklärt gegenwärtige Erscheinungen. Das Ernährungs- ist zugleich ein Glaubenssystem, von diversen Priesterinnen und Priestern verkündet. Normative Diskurse über „gesunde Ernährung“, verkünden nicht hinterfragte und nicht hinterfragbare Dogmata. Diese leiten an und weisen den – gewöhnlich kostenpflichtigen – Weg zum „Höchsten Gut“, Gesundheit, ganz wie früher die religiösen Ernährungsvorschriften der Religionen den Weg ins Paradies. Die Vorschriften, Disziplinierungsdiskurse, regeln das Verhalten der Gläubigen. Auch der moderne Staat soll ein glückliches, ein gesundes und langes Leben, mit dem Recht auf Gesundheit für alle, garantieren. Es geht sogar noch weiter: Auch auf die „Zukunft gerichtete Vorstellungen vom Essen“ enthalten derartige moralische Dimensionen, die wiederum auf Trends und Prognosen einwirken.<sup>28</sup> Das könnte dann zu einer self-fulfilling prophecy führen.

Die Bevölkerung muss dabei freilich mitspielen. Sie tut es immerhin schon zum Teil, in dem sie den Weisungen und Anordnungen der Gesundheitsexperten folgt oder sich eigenverantwortlich um die eigene gesunde Ernährung kümmert. Wie Foucault annahm, sei das Heil im christ-

---

<sup>25</sup> Barlösius, Von der kollektiven zur individualisierten Essmoral?, 43; Das scheint aber noch nicht allgemein anerkannt, Suspendierung „von dem essmoralischen Gebot“ möglich, via Berufarbeit, Rücksicht auf Familie, gesunde Ernährung sei zu teuer.

<sup>26</sup> Barlösius, Von der kollektiven zur individualisierten Essmoral?, 43; Die Essmoral gilt als Vorläuferin aller anderen moralischen Regeln. Die Grundform besteht darin, dass nur gesunde Ernährung eine „richtige“ Ernährung sei, während ohne Umsicht oder spaßorientiert zu essen per se „falsch“ sei. Zwischen gesunder Ernährung sowie Lust und Genuss beim Essen bestehe ein unauflösbarer Widerspruch, weil Lust und genussorientiertes Essen zwangsläufig zu körperlichen Beeinträchtigungen führe. ... also wird eine „theoretische Einstellung“ entwickelt: „bewusstes“ Ernähren für einen reflektiven und selbstkontrollierten Essstil.

<sup>27</sup> Klotter, Essen als individuelle Freiheit – Essen als Sozialer Zwang, 135.

<sup>28</sup> Vgl. Klotter, Essen als individuelle Freiheit – Essen als Sozialer Zwang, 130.

lichen Abendland eine staatliche und zugleich eine individuelle Angelegenheit. Denn Individuen könnten sagen, sie wollten ihr Heil nicht anstreben. Doch die Macht kann die Leute dazu verpflichten, alles „Nötige für ihr Heil zu tun: Das Heil ist obligatorisch“.<sup>29</sup> Damit wären wir aber dann bei Vorschlägen, wie von Charles Fourier, der die Gesellschaft in „Phalanstères“ einteilt und ihnen eine Art von Reformnahrung verabreichen wollte, natürlich nur zu ihrem Heil.<sup>30</sup> Fourier ist gescheitert. Das aber solche Dogmen heute nicht mehr allseits überwacht werden, bleibt die so mögliche Selbstdispensierung ein weiterer Faktor des konkreten Ernährungsverhaltens.<sup>31</sup> Es wird, mit dem obligaten „schlechten Gewissen“, weiterhin „gesundigt“. Aber eine Selbstsuspension könnte somit als Akt eines heroischen, wie letztlich vergeblichen Widerstands gegen eine repressive Essmoral ausgegeben werden.

#### Literatur:

BARLÖSIUS, Eva: Von der kollektiven zur individualisierten Essmoral? Über das „gute Leben“ und die widersprüchlichen Grundmuster alltäglichen Essens. In: TEUTEBERG, Hans Jürgen (Hg.): Die Revolution am Esstisch. Neue Studien zur Nahrungskultur im 19./20. Jahrhundert (Studien zur Geschichte des Alltags 23). Stuttgart 2004. S. 39-50

DÜRRSCHMID, K. u. ZENZ H.: Functional Foods. <http://homepage.boku.ac.at/duerr/Functional%20Foods.pdf> (31.05.2012)

FOURIER, Charles: Le Nouveau Monde Industriel et Sociétaire. Paris 1829

HAGGER, Conrad: Salzburgerisches Koch-buch. Augsburg 1719. Reprint München 1977

HEINDL, Ines u.a.: Ernährungssozialisation und -bildung und die Entstehung einer „kulinarischen Vernunft“. In: PLOEGER, Angelika u. HIRSCHFELDER, Günther (Hg.): Die Zukunft auf dem Tisch. Analysen, Trends und Perspektiven der Ernährung von morgen. Wiesbaden 2011. S. 187-202

HIRSCHFELDER, Günther: Hunger-Alpträumer, Überfluss-Visionen und die Honigkuchenland-Utopie. In: PLOEGER, Angelika u. HIRSCHFELDER, Günther (Hg.): Die Zukunft auf dem Tisch. Analysen, Trends und Perspektiven der Ernährung von morgen. Wiesbaden 2011. S. 21-40

KLOTTER, Christoph: Essen als individuelle Freiheit – Essen als Sozialer Zwang. In: PLOEGER, Angelika u. HIRSCHFELDER, Günther (Hg.): Die Zukunft auf dem Tisch. Analysen, Trends und Perspektiven der Ernährung von morgen. Wiesbaden 2011. S. 125-141

KOLMER, Lothar u. ROB-SANTER, Carmen: Studienbuch Rhetorik. Paderborn 2002

MARPERGER, Paul Jacob: Vollständiges Küch- und Keller Dictionarium. Hamburg 1716. Reprint München 1978

TEUTEBERG, Hans Jürgen: Menschliche Ernährungsformen im magischen Dreieck zwischen Biologie, Ökonomie und Anthropologie. Potentiale und Hindernisse staatlicher Ernährungspolitik. In: TEUTEBERG, Hans

---

<sup>29</sup> Vgl. Klotter, Essen als individuelle Freiheit – Essen als Sozialer Zwang, 131-136.

<sup>30</sup> Vgl. Fourier, Le nouveau monde industriel et sociétaire.

<sup>31</sup> Barlösius, Von der kollektiven zur individualisierten Essmoral?, 43.

Jürgen (Hg.): Die Revolution am Esstisch. Neue Studien zur Nahrungskultur im 19./20. Jahrhundert (Studien zur Geschichte des Alltags 23). Stuttgart 2004. S. 13-38

VILGIS, Thomas: Genuss und Ernährung aus naturwissenschaftlicher Perspektive. In: PLOEGER, Angelika u. HIRSCHFELDER, Günther (Hg.): Die Zukunft auf dem Tisch. Analysen, Trends und Perspektiven der Ernährung von morgen. Wiesbaden 2011. S. 221-240