

MAHL- ZEIT

Geschichte(n) vom Essen in Hessen

Ausstellungskonzeption: Rouven Pons
Texte: Katrin Marx-Jaskulski (KMJ), Rouven Pons (RP),
Barbara Tuczec (BT)

Katalog-Gestaltung: Dorothee A.E. Sattler



Mutter und Sohn beim Essen, 1948
(HHStAW Abt. 3008/2 Nr. 16222)

MAHLZEIT

Geschichte(n) vom Essen in Hessen

Essen war niemals nur Nahrungsaufnahme. Was gegessen wird und wie, ist stets ein Spiegel gesellschaftlicher, politischer, wirtschaftlicher und individueller Gegebenheiten, Zwangslagen und Idealvorstellungen.

„Wiesbaden, Eleganter Ort, aristokratischer Stil des städtischen Lebens (Jogurt mit Himbeere)“. Das schrieb der Dresdner Dichter Friedrich Kurt Benndorf am 23. Juli 1909 in sein Tagebuch. Und der „Jogurt mit Himbeere“ scheint alles zusammenzufassen, was viele Wörter nicht vermöchten – den Luxus und die Leichtlebigkeit des Weltkurbades Wiesbaden jener Tage. So kann auch die Rumfordsuppe für die Armut des 19. Jahrhunderts stehen und der Toast Hawaii für den vermeintlichen Exotismus der Wirtschaftswunderzeit. Und natürlich können Lebensmittel auch Regionen vertreten: Grüne Soße, Apfelwein, Handkäs' mit Musik oder Ahle Worscht gehören zum heutigen Bundesland Hessen wie die Brüder Grimm, das Paulskirchenparlament oder der Frankfurter Flughafen.



Die Ausstellung „MAHLZEIT. Geschichte(n) vom Essen in Hessen“ hat daher bewusst Speisen und ihre Rezepte in den Mittelpunkt gerückt, die in den Beständen des Hessischen Landesarchivs überliefert sind. Ergänzt durch weitere Schriftquellen, Plakate, Fotografien und Videosequenzen in dieser Ausstel-

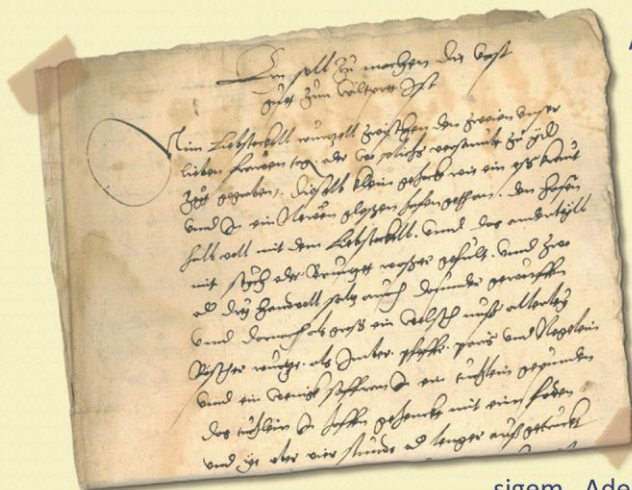
lung stehen die Rezepte beispielhaft für die Lebenssituationen im hessischen Raum in den letzten gut 500 Jahren.

RP

*Wildgericht mit Wein. Foto: Michael Tessmann
(HHStAW Abt. 128/6 Nr. 9863)*

Tafeln bei Hofe

Vom Mittelalter bis ins 20. Jahrhundert hinein kam der höfischen Tafel eine überragende Bedeutung bei der Entwicklung der Esskultur zu. An ihr bildeten sich Gepflogenheiten aus, die wir heute als selbstverständlich betrachten, wie z.B. der Gebrauch von Messer und Gabel, aber auch die Tischmanieren. Auf ihr wurden Speisen dargeboten, die andernorts undenkbar gewesen wären. Und darüber hinaus besaß sie eine enorme Repräsentativfunktion. Durch den Aufwand, die Speisen und die anwesenden Gäste demonstrierte der jeweilige Hof seinen Reichtum und seine politische Bedeutung.



Allerdings waren die Unterschiede je nach Rang des Territorialherrn enorm. Die Vielzahl höfischer Zentren in Hessen kann dies belegen. Sie reichten von den Höfen in Kassel, Darmstadt und – im 19. Jahrhundert – in Wiesbaden mit überregionaler Ausstrahlung über verschiedene Kleinstterritorien bis hin zu landsä-

sigem Adel, der ebenfalls sein Möglichstes tat, um am Tisch seine Zugehörigkeit zur Adelskultur unter Beweis zu stellen.

Die Speiserezepte sind dabei eher selten dokumentiert. Reichhaltige Überlieferung gibt es aber von Rechnungen und Speisekarten. RP

Rezept für eine Sülze zum Wildpret (HHStAW Abt. 150 Nr. 5331)



GROSSHERZOGLICHE TAFEL

DONNERSTAG, DEN 17. DEZEMBER 1908

Spargelsuppe	<i>Sherry</i>
Salm	<i>mit Weisswein</i>
Lendenbraten	<i>Champagner</i>
Gänseleber mit Trüffel	<i>mit Weisswein</i>
Fasanen, Salat	<i>Oppenheimer</i>
Artischockenböden mit Mark	<i>Goldberg</i>
Erdbeergefrorenes	<i>Portwein</i>
Käsestangen	<i>Tokayer</i>

Ernst Ludwig-Press

Das Erscheinungsbild der Menükarten der großherzoglich-hessischen Tafel änderte sich ab der Gründung der nach dem Großherzog benannten Ernst-Ludwig-Press, der einzigen fürstlichen Privatpresse in Deutschland. Deren künstlerischer Leiter, Friedrich Wilhelm Kleukens, entwarf nahezu alle Zeichnungen. Kunstvolle Jugendstil motive wie Pfauen, Gänse und Enten schmückten nun die Speisekarten.

(HStAD Best. O 10 Nr. 13/26)



Hier hat jemand den Wein notiert:

Sherry, Rot- und Weißwein, Champagner, Riesling, Oppenheimer, Goldberg, Portwein, Tokayer

*Sherry
Rot
Weisswein
Champagner
Riesling
mit Weisswein
Oppenheimer
Goldberg
Portwein
Tokayer*



Ein edler Tropfen

Getränke dienen von jeher nicht nur zur Stillung des Durstes. Manche werden konsumiert, weil sie anregend oder berauschend wirken, andere stärken die Konstitution und sind gewissermaßen flüssige Nahrungsmittel.

Zu diesen nahrhaften Getränken zählte die mit Mehl, Zucker und Eiern angereicherte Milch der niederadeligen Familie von Hohenfeld. Auch verschiedene Biersorten sind wegen ihres sehr hohen Malzanteils als ganz besonders nahrhaft einzustufen. Das sogenannte Nährbier sollte in der Nachkriegszeit

unterernährte Menschen wieder zu Kräften kommen lassen. Vielfältig ist in den Rezeptsammlungen des Hessischen Landesarchivs die Auswahl an geistigen Getränken, die von Glühwein über Tee- und Eierpunsch bis hin zu Fruchtlikören reicht. Der deutsche Weißwein, der bei hiesigen Anbauverhältnissen Spitzengewächse hervorbringt, ist der Riesling. Diese Traube wird nachweislich seit über 600 Jahren im Rhein-Main-Gebiet angebaut.

Von dem Darmstädter Hofkonditor Friedrich Purgold sind auch zwei Rezepte für Johannisbeerwein überliefert: Johannisbeersaft, Wasser und Zucker werden in ein Fässchen gefüllt und immer wieder aufgefüllt, bis es aufgehört hat zu gären. Anschließend wird das Fässchen „zugespunt“, also verschlossen, und Anfang Dezember angezapft.

BT

Ein Milch aus Thee-Schalen zu
trinken

Man nimbt 3 Eyer Lohs, 2 Loth weiß mehl, $\frac{1}{4}$
z. Zucker, schlagt ab erst zu schaum, schlegt
darrauf 1 schoppen Rahm saum, schlegt ab nicht so
fein und rührt ab beständig, legt ab dazum, und
nimbt ab also dem saum und rührt ab biß ab
dalt ist, all dem schilt. wenn man in florib-orangen-
wasser, geriebenen Zitronen, so ist ab fertig zum
trinken

Milch, aus Thee-Schalen zu trinken

Zum Ausprobieren: 3 Eidotter, 2 Loth (ca. 30 gr) weißes
Mehl und $\frac{1}{4}$ Pfund Zucker schaumig schlagen, 1 Schoppen (ca.
0,5 l) süßen Rahm bzw. Milch hinzugeben und unter Rühren
aufkochen, dann unter beständigem Rühren kaltwerden lassen.
Mit Orangenblütenwasser und geriebener Zitronenschale
abschmecken. (HHStAW Abt. 126)



Richard Graf Matuschka-Greiffenclau
mit Weinkönigin Ulrike Seyffardt, um 1972/73
(Hausarchiv Schloss Vollrads, 6, 13508)

Die „Gute Hausfrau“

Im 19. Jahrhundert wurde das Dasein als Hausfrau und Mutter zum bestimmenden Lebensentwurf von Frauen. Seit dem Ende des 18. Jahrhunderts professionalisierte sich auch die Ausstattung der Küchen und die Zubereitung der Speisen in den bürgerlichen Haushaltungen immer mehr. Zwar rechtlich dem „Hauherrn“ unterstellt, bot das Regiment über den Haushalt eigene Gestaltungsspielräume. Der Stolz auf kulinarisch begründete Familientraditionen zeigt sich etwa im Rezept der „Schleiermacherpastete“.



Frauen bildeten sich in Haushaltsschulen weiter, und die Hausfrauenliteratur florierte: Diese Veröffentlichungen enthielten neben Kochrezepten auch Passagen zu Ordnung, Reinlichkeit und Sparsamkeit in der Haushaltsführung, Tipps zur Gestaltung von Einladungen und Festen; auch wurden oft das „geistige Verhältniß der Frau zu dem Manne“ sowie die Kindererziehung und die Gesundheitsfürsorge thematisiert.

In den 1920er Jahren war man in Hessen bei der Entwicklung der modernen Küche Vorreiter. Margarete Schütte-Lihotzky (1897–2000) konzipierte im Rahmen des umfassenden Stadtplanungs- und Wohnbauprogrammes „Neues Frankfurt“ den Urtyp der kompakten Einbauküche, die „Frankfurter Küche“.

KMJ

oben: Für das Familienrezept „Schleiermacher-Pastete“ ist auch die Dekoration überliefert. Der Teigdeckel der Fleischpastete sollte mit einem Rad, Herzen und Tulpen verziert werden. (HStAD Best. O 14 Nr. 96)

Die handschriftlichen Eintragungen in einem Koch- und Haushaltsbuch aus dem Nachlass von Ludwig Bickell belegen eine umsichtige und sparsame Haushaltsführung. Sie sind zum Teil aus Kochbüchern oder Zeitschriften wie „Haus und Welt“, die im 19. Jahrhundert populär wurden, abgeschrieben. Als lokale hessische Spezialitäten sind Offenbacher Pfeffernüsse oder Schmandkuchen verewigt. (HStAM Best. 340 Bickel Nr. 257)

20 Löff Kuchen

20 Eier von 10 Eub Gelbe, 10 weisse gerührt.
 20 Löff Mehl u Löff Zucker 20 Löff Butter
 von dem Zitronen 10 Gelbe ein Eiweiß gestochen
 2 Pfefferkorn voll groß.

Offenbacher Pfefferküche

1 lb Mehl, 1/2 lb weissen Zucker, 1 1/2 lb Mehl,
 1/8 lb Orangenschale, 1/2 lb Zitronat, 1/2 Löff Zimmt, 1/2 Quent
 Nelken, 1/2 Quent Pfeffer, 1/2 Löff gereinigter Pottasche, für
 diesen Kneten Rosenwasser u 3 ganze Eier. Löffchen
 werden mit dem Zucker gut vermischt, das Uebrige dazu u das
 ganz in das Mehl geben, gerührt, nicht zu dünn anzu-
 machen u auf die mit Mehl bestreute Form gedrückt, zu backen.

Offenbacher Pfeffernüsse

Aus Kochzucker, weißem Zucker, Mehl, Orangenschale, Zitronat, Zimt,
 Nelken, Pfeffer, gereinigter Pottasche, Rosenwasser und 3 Eiern
 wird ein Knetteig hergestellt

Essen in Hungerszeiten

Die „Urkatastrophe“ des 20. Jahrhunderts, der erste moderne Krieg, brachte nicht nur zwei Millionen Soldaten des Deutschen Reiches den Tod, sondern sorgte auch an der „Heimatfront“ aufgrund der anhaltenden Versorgungskrise für Hunger und Elend. Mit Ausbruch des Ersten Weltkriegs erlebte die Produktion von Nahrungsmitteln in Deutschland einen massiven Einbruch: Männliche landwirtschaftliche Arbeitskräfte waren eingezogen; der Import ausländischer Waren wurde durch die alliierte Wirtschaftsblockade erschwert.



Rund 750.000 Menschen starben während des Ersten Weltkriegs im Deutschen Reich an Unterernährung und deren Folgen. Grund dafür waren zu geringe Nahrungsmittelvorräte, extrem schlechte Ernten und die britische Seeblockade. Nach dem sog. Steckrübenwinter 1916/17 konnte selbst der Mindestbedarf an Grundnahrungsmitteln für die Bevölkerung nicht mehr gedeckt werden.

Die Verwaltung versuchte, die Nahrungsmittel zu rationieren und auf Ersatzmittel zurückzugreifen. Dass der Erste Weltkrieg erheblich zur Ausweitung der öffentlichen Fürsorge, u.a. in der Säuglings-, Kinder- und Jugendfürsorge oder Gesundheitsfürsorge beitrug, zeigt sich

beispielsweise im „Milchfrühstück“ für Schulkinder.

KMJ



Milchfrühstück, 1917
(HStAD Best. O 3 Nr. 55/2-3)

10 Kriegsgebote.

1. **J**ß nicht mehr als nötig. Vermeide überflüssige Zwischenmahlzeiten; Du wirst dich dabei gesund erhalten.
2. **H**alte das Brot heilig, und verwende jedes Stückchen Brot als menschliche Nahrung. Trockne Brotreste geben eine wohlschmeckende und nahrhafte Suppe.
3. **S**pare an Butter und Fetten; erlese sie beim Bestreichen des Brotes durch Sirup, Mus oder Marmeladen. Einen großen Teil aller Fette bezogen wir bisher vom Auslande.
4. **H**alte Dich an Milch und Käse. Genieße namentlich auch Magermilch und Buttermilch.
5. **G**enieße viel Zucker in den Speisen, denn Zucker ist ein vorzügliches Nahrungsmittel.
6. **R**oche Kartoffeln nur mit der Schale; dadurch sparst Du 20 vom hundert.
7. **M**indere Deinen Bedarf an Bier und anderen alkoholischen Getränken; dadurch vermehrt Du unsern Getreide- und Kartoffelvorrat, aus dem Bier und Alkohol hergestellt wird.
8. **J**ß viel Gemüse und Obst und benutze jedes Stückchen geeignetes Land zum Anbau von Gemüsen. Spare aber die Konserven, solange frische Gemüse zu haben sind.
9. **S**ammle alle zur menschlichen Nahrung nicht geeigneten Rüchenabfälle als Viehfutter; achte aber streng darauf, daß nicht schädliche Stoffe in die Abfälle hineingeraten.
10. **R**oche und heize mit Gas oder Koks; dadurch hilfst Du namentlich ein wichtiges Düngemittel schaffen. Denn bei der Gas- und Koksbereitung wird außer anderen wichtigen Nebenerzeugnissen auch das stickstoffhaltige Ammoniak gewonnen.

Beachte bei allen diesen Geboten, daß Du für das Vaterland sparst. Deshalb muß auch derjenige diese Gebote beherzigen, dem seine Mittel erlauben, zur Zeit noch in der bisherigen Art weiterzuleben.

Das Wirtschaftswunder kocht

In den 1950er Jahren brach in Deutschland die „Fresswelle“ aus. Nach den Entbehrungen der Nachkriegsjahre war nun die Lebensmittelversorgung sichergestellt, und die Löhne stiegen an. Damit war nicht nur der Bedarf gedeckt, sondern es konnte nachgeholt werden, was während des Krieges und der ersten Jahre danach entbehrt worden war. Diesen Wünschen kamen auch neue Produkte entgegen. Amerikanische Besatzer hatten Ketchup, Coca-Cola oder Mixed Pickles in Deutschland heimisch gemacht. Sie wurden zu Zeichen einer neuen Lebensart. Warenimporte waren nun auch möglich, die es in dieser Form bisher nicht gegeben hatte. Südfrüchte fanden deshalb immer leichter ihren Weg auf deutsche Küchentische.



B 0079

Gut für die Familie gesorgt

Zum Fest duftendes Backwerk – das ist doch der Stolz jeder guten Hausfrau. Wie gerne sorgt sie dafür, daß von allem das Beste da ist. Sie spart deshalb nie an Butter. Denn mit der köstlich frischen Butter wird Gebäck erst richtig fein, schmackhaft und gehaltvoll.



Butter

Wohlstand, vermeintliche Welt-offenheit und das Nachholen des Versäumten prägten die Rezepte jener Jahre. Fremde Gewürze, exotische Früchte und die verspielte Gestaltung als Käseeigel, Fliegenpilztomaten oder Cock-tailhäppchen prägten die Ess-kultur. Dass bei dem Stellenwert, den das Essen in der Nachkriegs-gesellschaft einnahm, auch das Medium Fernsehen mit Koch-sendungen den Bedarf deckte, ist nicht verwunderlich. *RP*

Rezepte von Clemens Wilmenrod

Toast Hawaii

Leicht angeröstetes Toastbrot mit Butter bestreichen, mit einer Scheibe Schinken, einer Scheibe Ananas und einer Scheibe Käse belegen und im Ofen überbacken. Vor dem Servieren mit einer Cocktailkirsche garnieren.



Gefüllte Erdbeeren

...eine geschälte, süße Mandel muß in die Erdbeere hineingedrückt werden. Ich versuchte es sofort in meiner Küche und habe es seit der Zeit für mich und nunmehr auch für Sie beibehalten. Lassen Sie sich bei Ihrem Konditor ein paar kleine Tortelettes (kleine Tortenböden) backen, und zwar aus Sahnebaiser-Masse. In diese Böden setzen Sie 4-5 der gefüllten Erdbeeren und geben ein ganz klein wenig Schlagsahne darauf.



Ausschnitt aus: Clemens Wilmenrod, Es liegt mir auf der Zunge, Hamburg 1954

Gruppenverpflegung

Die Verpflegung größerer Menschenmengen ist immer eine besondere finanzielle und logistische Herausforderung. Seien es Soldatenverpflegung, Schulspeisungen oder die Ernährung von Gefangenen – stets geht die Massenversorgung mit großem Aufwand einher. Kostengünstig soll es sein, nahrhaft und möglichst auch noch wohlschmeckend. Da solche Bereiche zumeist in die staatliche Zuständigkeit fallen, ist die Überlieferung in den Unterlagen des Hessischen Landesarchivs besonders reich.



Eine Besonderheit ist allerdings die Verpflegung von Pfadfindern und Jugendgruppen, die eine ganz eigene Kochliteratur hervorgebracht hat. Im Archiv der Deutschen Jugendbewegung auf Burg Ludwigstein hat sich vieles davon seit dem frühen 20. Jahrhundert erhalten. Hier verbindet sich die Gruppenversorgung mit weltanschaulichen Perspektiven. Naturprodukte werden verwendet, und es wird gelehrt, wie diese unterwegs zubereitet werden können. Der „Lucullus im Rucksack“ wurde für die Kinder und Jugendlichen damit zum unverzichtbaren Lehrmeister. Und es ist davon auszugehen, dass auch mancher der Soldaten oder Inhaftierten gerne einen Lukullus als Begleiter gehabt hätte. RP

*oben: Speisung von Schulkindern in Wiesbaden, 1947
(HStAW Abt. 3008/2 Nr. 16196)*

*rechts: Kochbücher aus dem Archiv der deutschen Jugendbewegung
(Foto: HStAD Best. O 14 Nr. 319/39)*

H. Petri: A.W.V.

Lucullus im Rucksack

31010


Anleitung zur Bereitung
von herrlichen Genüssen



Alle Rechte vorbehalten.
Ladwigstein-Archiv
der Deutschen Jugendbewegung

Der brodelnde Kessel

WR



3-10243

KOCHBUCH FÜR WANDERN UND LAGERN

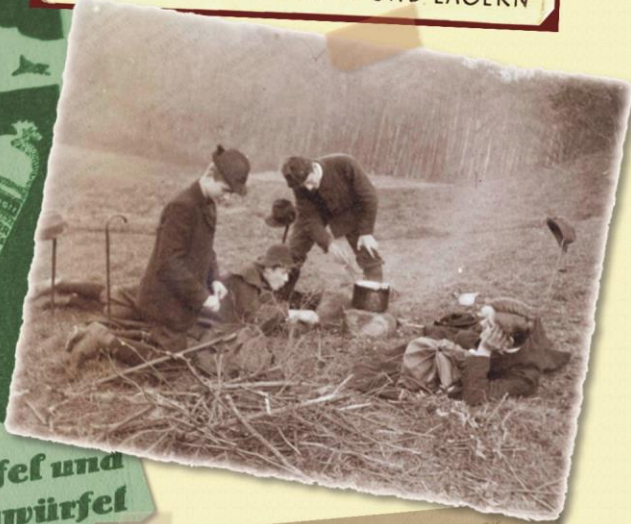
Keine Wanderung ohne -



die ergiebige und wohl-
schmeckende

Knorr Erbswurst

Knorr Suppenwürfel und
Fleischbrühwürfel



Strandschuhlack (vulgo Erbswurstsuppe). An
dieser ist man sich leicht über; deshalb ändere man ihren
Geschmack durch Zutat von gekochtem Schinken, gerösteten
Semmelpföckchen oder Zwiebeln. Zu beachten ist, daß
der Strandschuhlack beim Kochen dick und pappig wird,
also möglichst dünn angerührt werden muß.



Soziale Fürsorge

Der Mangel an Essen ist Ausdruck absoluter Armut. In Krisenzeiten, in denen die Bevölkerung hungerte, richteten Vertreter der öffentlichen Armenfürsorge und der Privatwohlthätigkeit Essensanstalten ein, um das Leid zu mildern. Die Verabreichung von Naturalien in dieser Form geschah nicht nur aus Kostengründen – die Zubereitung von nahrhaftem Essen in großen Mengen war preiswerter als die Ausgabe von Geld oder Lebensmitteln an einzelne Personen oder Familien. Sie lässt sich auch mit einem gewissen Misstrauen gegenüber den Bedürftigen erklären: „Unwürdige“ Armen, denen oft

Arbeitsunwilligkeit, „Trunksucht“ und moralisch nicht einwandfreies Verhalten unterstellt wurde, sollten nicht Barmittel in die Hand bekommen, die für andere Zwecke verwendet werden konnten.

Weit verbreitet war in Armenküchen die Suppe nach dem Rezept des gebürtigen Amerikaners Benjamin Thompson, 1792 als Graf Rumford geadelt, der seit den 1780er Jahren am Hof des kurpfalz-bayerischen Kurfürsten Karl Theodor in München wirkte. Er setzte soziale und militärische Reformen um, gestaltete den Englischen Garten als Militärgarten, in dem ehemalige Soldaten landwirtschaftlich ausgebildet wurden, und sorgte sich nicht zuletzt um die Versorgung in den Armen- und Arbeitshäusern der Stadt. Um die Versorgung der Massen sicherzustellen, erfand er einen Energiesparofen und entwickelte die berühmte Suppe, die europaweit in Suppenanstalten ausgeteilt wurde. KMJ

*Inbegriff der Sozialen Fürsorge - der Heilige Martin.
Niederländische Sammelhandschrift, um 1390-1410.
(HHStAW Abt. 3004 Nr. B 10)*

Mengenangaben
für 100 Portionen
(HHS+AW Abt. 211 Nr. 13701)

V e l e h r u n g

über die
Bereitung ökonomischer Suppen.

Zu diesen Suppen gebraucht man nur jene Substanzen, welche als gesunde Nahrungsmittel schon bekannt sind. Die Kartoffeln nehmen den ersten Platz ein; dann kommen Bohnen, Erbsen, Linsen, zumal wenn diese gemahlen werden. Unter den Getraide-Arten folgt nach dem Reis die Gerste, welche letztere am besten geschält oder gestoßen wird. Des Wohlgeschmacks wegen kann man Zwiebeln, Sellerie, Lauch, Petersilie, gelbe Rüben u. s. w., sowie Gewürz, Salz und Pfeffer zusetzen.

Zu 100 Portionen Suppe setzt man ein halb Pfund Butter oder Schmalz, Nierenfett oder etwas in Butter gebratenen Speck hinzu.

Auf jede Portion Suppe müssen zwei Loth geröstete Brodschnitten gerechnet werden.

Diese Substanzen sind zu den gewöhnlichen Suppen hinlänglich. Ihr Verhältniß ist folgendes: zu hundert Portionen, jede anderthalb Pfund, werden erfordert:

I.

Erbsen-, Linsen- oder Bohnenmehl	8	Pfund
Kartoffeln	52	"
Weisse Bohnen	4	"
Linsen	3 ¹ / ₂	"
Butter, Schmalz oder Rindsfett	1 ¹ / ₂	"
Weißkraut, gelbe Rüben, Zwiebeln u.	5	"
Salz	2	"
Wasser	180	"
Geröstete Brodschnitten	6 ¹ / ₃	"

oder II.

Gerste	6	Pfund	8	Loth
Hülsenfrüchte	6	"	8	"
Zerriebene Kartoffeln	51	"	8	"
Brod	6	"	8	"
Wasser	100	"		"
Salz	1	"	18	"
Zwiebeln	1	"	18	"
Schmalz			25	"



Heilende Nahrung

Im Mittelalter kamen Rezepte für „heilende Nahrung“ vor allem aus den Klöstern, da diese häufig Hospitäler unterhielten und in ihren Gärten Heilpflanzen anbauten.

In der frühen Neuzeit verlagerte sich die Versorgung mit Medikamenten auf die Apotheken, die auch häufig Anlaufpunkte für medizinische Fragen wurden. Dies führte immer wieder zu Konflikten mit den Ärzten. Doch große Teile der Bevölkerung konnten sich weder die ärztliche Behandlung noch Medikamente leisten. So waren kostengünstige Hausmittel von großer Bedeutung. Sie sind meist in Sammlungen von Koch- und Backrezepten integriert.

Außer der Behandlung akuter Leiden war die allgemeine gesundheitliche Stärkung und die Linderung chronischer Beschwerden sehr gefragt. Zur Förderung der Magen- und Darmfunktion wurden die heilenden Wässer verschiedener Quellen getrunken. Da in den Wintermonaten nur sehr wenig Mineralwasser abgesetzt werden konnte, entwickelte sich in vielen Quellorten auch eine Limonadenindustrie. Gehaltvoller dürfte aber wohl der „Bad Nauheimer Kurtropfen“ gewesen sein, ein „Gesundheits-Kräuter-Bitter“.



BT

Mineralwasser.

	Krüge		Flaschen	
	1/1	1/2	1/1	1/2
Apenta				60
Appollinaris				35
Bilin, Sauerbrunnen				50
Brückenau, Wernarzquelle				60
Carlsbad, Mühlbrunnen				60
„ Schlossbrunnen				60
Contrexville				90
Eger, Franzensbrunnen				60
„ Salzquelle				60
Ems Kränchen				
„ Kesselbrunnen				
„ Victoriabrunnen				
Fachingen, Fiscalische Quelle				

Pfennig.

Ausschnitt einer Preisliste für Mineralwasser in Bad Nauheim – aber nur für Hotel- und Pensionsbedarf. Die günstig anmutenden Preise täuschen: In einer Zeit, als der Tageslohn eines Arbeiters ungefähr zwei Mark betrug, war Mineralwasser ein Luxusgut. Der Preis des „Kurtropfens“ ist nicht überliefert. (HStAD Best. G 37 Nr. 2961 und Best. R 3 Nr. 5478)

Gegen Magenbeschwerden

Bad Nauheimer Kurtropfen u. Gesundheits-Kräuter-Bitter

Theodor Schütz
Likör-Fabrik
Wiesbaden.

nur echt mit dieser Schutzmarke

Niederlage bei **Johann Metzler, Gr.Merzelstr.25.**
Mineralwasserfabrik.

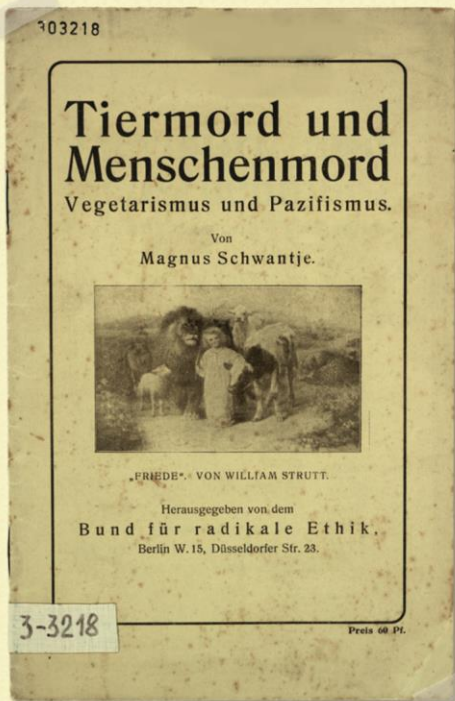
Das ess' ich nicht

Vegetarier, Nudisten, Wandervögel – angesichts der Herausforderungen der Moderne, von Industrialisierung, Kapitalismus und Urbanisierung, setzten Anhänger der Lebensreformbewegung seit dem Ende des 19. Jahrhunderts alternative Lebensentwürfe um. Diese umfassten neue Formen der Ehe, des schulischen Unterrichts, der Körperhygiene und Naturheilkunde ebenso wie die alltägliche Nahrung und Kleidung. In Hessen stellten der Hohe Meißner und die Jugendburg Ludwigstein ein Sehnsuchtsort der bündischen Jugend dar; die 1919 am Herzberg bei Fulda gegründete „Lohelandschule für Körperbildung, Landbau und Handwerk“ war ein Zentrum der Reformbewegung, wo Frauen einen beruflichen Abschluss als Gymnastiklehrerin erwerben konnten.

Das Essen sollte möglichst naturbelassen sein; Alkohol und Tabak wurden abgelehnt, um den Körper rein zu erhalten: „Unser Atem soll nicht stinken, und unser Schluck soll nicht rülpsen, dann werden wir auch immer rein und jung bleiben, und unser ganzes Volk wird klug und stark sein“ – mit diesem Motto wird eine Zusammenkunft der Jugendbewegten auf dem Hohen Meißner im fingierten Bericht „Die Forschungsreise des Afrikaners Lukanga Mukara ins innerste Deutschland“ von 1913 charakterisiert.

Die vegetarische und vegane Ernährung wurde in zahlreichen Schriften propagiert. Neben gesundheitlichen Aspekten und dem Tierschutz wurde immer wieder die enge Verbindung zwischen dem Verzicht auf Fleischkonsum und Pazifismus herausgestellt.

KMJ



Sie imponieren dem Nicht-Vegetarier,
wenn Sie ihm eine Überraschung für Auge und Gaumen bereiten, nämlich die Abendbrotplatte mit

DE-VAU-GE
GESUNDKOST

DE-VAU-GE vegetarischer Sülze

DE-VAU-GE GESUNDKOSTWERK, Hamburg 26

Vegetar. Hackbraten: 200 g Grünkernschrot gibt man in $\frac{1}{2}$ l kochendes Salzwasser und läßt die Masse ohne Unterfeuer quellen. Nach dem Erkalten werden 2 Eier, 200 g feingewiegte Pilze, 1 EBL Pflanzenbutter, einige Kapern, geriebene Zwiebeln und Kräuter, wenn nötig, etwas geriebene Semmeln dazugegeben. Nach dem Abschmecken wird ein längliches Brot daraus geformt. In heißer Pflanzenbutter wird der vegetarische Hackbraten gut angebraten — langsam weitergeschmort. Die Soße wird mit Sahne angereichert und gut abgeschmeckt. Mit einem Salat zu Tisch geben.

Spinatbratlinge: 8 Brötchen werden eingeweicht. Inzwischen läßt man $\frac{1}{3}$ kg gewaschenen Spinat einmal kurz aufwallen, zerkleinert ihn und mischt ihn mit den ausgedrückten Brötchen, 2 Eiern, 4 EBL. Mehl, Salz, geriebenen Zwiebeln. Aus der Masse werden kleine Bratlinge geformt, die man in heißem Pflanzenfett auf beiden Seiten braun brät. Sie werden heiß mit grünem Salat gereicht.



Die rein pflanzliche
Vollwert-Kost

sättigt, nährt und ist sehr ausgiebig, aufs Brot, für Suppen, für Füllungen, Pasteten usw. Bei Sport, Reisen, Wanderungen und im Büro stets schnell und frisch bereit.
 $\frac{1}{3}$ Dose 1.60, $\frac{1}{2}$ Dose 1.20

Blumenkohlsalat: Der Blumenkohl wird in kaltes Wasser gelegt, Nach einiger Zeit wird er geraspelt und mit einer Marinade, bestehend aus Sahne, Zitrone und fein gewiegten Kräutern, gemischt.



Nuß-Mandel-Fruchtschnitte

für Erwachsene und Kinder eine ausgezeichnete Aufbaumahrung und ein „gesunder Leckerbissen“
Tafel 1.10

*Vegetarische Rezepte für Feiertage und Werbeanzeigen
aus der Vegetarier-Rundschau 8/12 (Dezember 1954)*



Böse Lebensmittel

Lebensmittel können aus verschiedenen Gründen als „böse“ bezeichnet werden. Da gibt es zum einen diejenigen, die in großer Menge gefährlich werden können. Vor Alkoholmissbrauch und seinen Folgen warnen staatliche Behörden seit Langem.

Die vom Kaffeetrinken ausgehende Gefahr, wie sie im 18. und 19. Jahrhundert gesehen wurde, war hingegen eher eine moralische Projektion.

Auf der anderen Seite machen fragwürdige Zutaten und verdorbene Waren immer wieder Lebensmittelkontrollen notwendig.

Weinanscherei existiert wohl schon so lange es Wein gibt. Eine bloße Verdünnung oder ein Süßen des Weins wird keine nachhaltigen Konsequenzen haben. Die Beimischung von Giftstoffen zu einem Lebensmittel kann hingegen dramatische Folgen nach sich ziehen. Nicht immer geschah diese Vergiftung absichtlich. Gummigutti kann Krebs erzeugen und ist deshalb mittlerweile verboten. Ahnungslos hatte man den Stoff im 18. Jahrhundert als Lebensmittelfarbe verwendet.

Viel interessanter als die „bösen“ Lebensmittel selbst ist oft der Umgang mit ihnen. Sehr häufig zeigt sich dadurch ein Blick auf Umwelt und Mensch, der mehr offenbart als die bloße Einstellung zu Nahrungsmitteln.

RP

Plakat der Barmer Ersatzkasse gegen Alkoholmissbrauch, um 1980
(HHStAW Abt. 3012 Nr. 689)

Ursache eines Gesellschaftskonflikts: Kaffee
 Im Jahr 1717 wurde der Schössling einer Kaffeepflanze noch als solches Kuriosum bestaunt, dass man ihn bildlich der Nachwelt überlieferte.
 (HHStAW Abt. 3011/1 Nr. 3276/11 H)



Knapp einhundert Jahre später, 1810, bekämpfte die Dienerschaft im Territorium der Freiherren von Riedesel zu Eisenbach den ausufernden Kaffeekonsum und verkündete dies in der großherzoglich-hessischen Zeitung. Zu diesem Zweck konnte man an einer Unterschriftenaktion teilnehmen und seinen Kommentar abgeben.

H e i m, Hofgerichts-Advocat.
 1) Die Dienerschaft und mehrere andere Familien in den Niedersächsischen Besitzungen, haben sich vereinigt, das Kaffeetrinken abzustellen, und mich zu dieser öffentlichen Bekanntmachung um deswillen beauftragt, damit auch in gesellschaftlichen Girkeln auf diesen bisherigen Labetrant künftighin Niemand mehr zählen möge. Lauterbach den 21. Oktober 1810.

Audiatur et altera pars! Wir Männer entbehren den Kaffee leicht, aber was spricht das andere Geschlecht dazu? Wenn wir von ihm ein solches Opfer fordern, so müssen wir erst eines bringen, das dem gleich ist! Ich schlage vor: Die Herren sollen erst den Tabak abstellen, dann die Damen den Kaffee.

Herr Ebel aus Freienstein kommentierte: „Audiatur et altera pars! Wir Männer entbehren den Kaffee leicht, aber was spricht das andere Geschlecht dazu? Wenn wir von ihm ein solches Opfer fordern, so müssen wir erst eines bringen, das dem gleich ist! Ich schlage vor: Die Herren sollen erst den Tabak abstellen, dann die Damen den Kaffee.“
 (HStAD Best. F 27 A Nr. 42/111)

Industrielle Lebensmittel

Fertigprodukte und Fertiggerichte sind heute in (fast) aller Munde. Diese Produkte sind weitgehend küchenfertig vorbereitet bzw. tisch- oder verzehrfertig. Damit wird die Vorbereitungs- oder Zubereitungszeit erspart oder zumindest verringert.

Diese Vereinfachung der Kocharbeit hatte in verschiedenen Bereichen einen Vorteil. Sowohl für die Verpflegung größerer Gruppen als auch für den Einzelhaushalt war die Zeitersparnis ein Gewinn, weil auch zunehmend Frauen zur Arbeit gingen. Hinzu kam die Möglichkeit, Lebensmittel industriell so anzureichern, dass sie in Hungerszeiten mehr Nährwert hatten als natürliche Zutaten. Zeitlich setzte diese Entwicklung etwa in der Mitte des 19. Jahrhunderts ein. Einer der Vorreiter war Justus von Liebig, der aus 30 kg Rindfleisch 1 kg Fleischextrakt gewann, von dem nur ein halber Kaffeelöffel für einen Liter Suppe oder Brühe reichte. Auch die Ursprünge von Maggi gehen in diese Zeit zurück. Aus eiweißreichen Hülsenfrüchten stellte die schweizerische Firma durch vorheriges Rösten ein nahrhaftes Mehl her, das schnell zu garen war. Als Konkurrenz zu Liebig brachte Maggi 1908 den Brühwürfel auf den Markt.

In der Ausstellung zu sehen sind auch industrielle Lebensmittel, denen ein Siegeszug durch die Küchen verwehrt blieb: das „Kraftnahrungsmittel“ Brotary und „Quemm, das Quellschmelzmehl“. BT

Brotary-Grüße

Zutaten:

$\frac{3}{4}$ Liter Milch
 $\frac{3}{4}$ Liter Wasser
200–250 g Brotary
25 g Butter
50–100 g Zucker

Nach Geschmack:

geriebene Zitronenschale, Zimt, Salz

Zubereitung:

Alle Zutaten in die kochende Flüssigkeit rühren. Gut durchlöchen und das Ganze in eine ausgespülte kalte Form gießen. Nach dem Erkalten stürzen und mit gekühlter Milch, passender Tunte oder Fruchtsaft anbieten.

Brotary-Krapfen

Zutaten:

1 Liter Wasser
250 g Brotary
100 g Auszugmehl
2 Eier
50 g Zucker
1 Backpulver

Nach Geschmack:

Zimt, Salz

Zubereitung:

Das vorgeweichte Brotary in das kochende Wasser einrühren, bis die Masse gar ist. Auskühlen lassen. Die anderen Zutaten einrühren. Die Krapfen mit dem Löffel ausstechen und in heißem Öl oder Fett baden. Danach mit Zucker und Zimt bestreuen. Kalt oder warm geben.

Brotary-Schokoladen-Pudding

Zutaten:

1 Liter Wasser, oder halb Milch, halb Wasser
100 g Brotary
50 g Zucker
10–25 g Kakaopulver oder Schokolade

Nach Geschmack: Vanille, Zimt, Salz

Zubereitung:

Wie jeder andere Pudding. Kalt zu essen mit $\frac{1}{2}$ Liter Milch/Tunte mit etwas Vanille.

vielseitig einsetzbar: Brotary, eine Fertigmischung aus Vollkornweizen, Trockenmilch, Salzen und Gewürzen

(HHStAW Abt. 430/1 Nr. 12943)



Sammelkarten für
Liebig's Fleischextrakt,
um 1900
(HStAD Best. O 12 Nr. 77)

Haltbar bis ultimo

Um das ganze Jahr über ausreichend Vorräte zur Verfügung zu haben, mussten Lebensmittel haltbar gemacht werden. Die ältesten Verfahren sind das Salzen, Räuchern, Trocknen, Säuern oder Zuckern. Mit zunehmender Industrialisierung kamen Einkochen, Kühlen und später Gefrieren hinzu.

Lebkuchen, durch hohen Zuckeranteil, viele Gewürze und die trockene Konsistenz sehr haltbar, wurden in Deutschland zunächst in Klöstern hergestellt. Da sie zudem sehr nahrhaft waren, konnten sie in Notzeiten an Bedürftige verteilt werden.

Zur Kühlung wurde bis ins 20. Jahrhundert natürliches Eis aus Teichen verwendet, das man bis zum Gebrauch in tief in die Erde eingegrabenen und mit Moos ausgepolsterten Eisgruben verwahrte. Der Kühlschrank verbreitete sich erst ab den 1950er Jahren in Deutschland und ermöglichte der Küche der Wirtschaftswunderzeit so manches neue Gericht, z.B. die Sahnetorte!



Die Konservendose ist eine Erfindung des 19. Jahrhunderts. 1790 entdeckte der französische Koch Nicolas Appert das Einkochen als Konservierungsmethode und erhielt dafür 1810 den von Napoleon für die Erfindung eines Verfahrens zur Konservierung von Lebensmitteln vor allem für die Truppenversorgung ausgesetzten Preis von 12.000 Goldfranken. In Verbindung mit diesem Verfahren erfand der Brite Peter Durand die Konservendose, die er 1810 patentiert bekam. BT

*Arbeiterinnen einer Konservenfabrik in Groß-Gerau, 1960
(HHStAW Abt. 3009 Nr. 51835)*



Johannes Gebrlein Einmachre 312

nimm dor befre, wasche sie sauber, und wann
 dor zucker halb gelotten und geleutet, so wirt
 die beerlein darinn, laß ein weilen sieden
 und gieß zusam in ein glastuch topf. 303

Rezept zum Einmachen von Johannisbeeren
 (HStAM Best. 86 Nr. 203)

1. In der Regel an feins 11. massen, den bogfang 1. maß.
 den yppffer 18. lot, den Ingwer 6. lot hat an dinst
 goldenen Luffig 4. ider 13. the 4. ider 9. the
 4. ider 7. the Kneuf 1. von 3 1/2 the.

Das Kloster Arnstein war zur Abgabe von Honigkuchen an die Herrschaft Nassau verpflichtet. Der Rechnungsband des Jahres 1633 listet verschiedene Rezepte, die Menge der jeweils verwendeten Zutaten und die daraus gebackenen Honigkuchen auf. Für den ersten Teig des Backtages am 22. Januar wurden 11 Maß Honig, 1 Maß Beisatz, 18 Lot Pfeffer und 6 Lot Ingwer verwendet. Die Menge an Mehl ist nicht genannt.

(HHStAW Abt. 11 Nr. V a 13)

Hessisches Landesarchiv 2017