

## Nachhaltigkeit in der Küche früher und heute – Wie sich der Fachwortschatz den neuen (Sprach)Realien angepasst hat

Die Sprache der Kulinarik ist nicht gleichgültig gegenüber den Ernährungsumstellungen der aufeinanderfolgenden Generationen. Während vor einem Jahrhundert in Kochbüchern empfohlen wurde, Reste zu verwerten und mit den für die Rezepte verwendeten Lebensmitteln sparsam umzugehen, setzen die kulinarischen Ratgeber von heute auf Nachhaltigkeit und nachhaltigen Genuss in der Küche und stellen zahlreiche Ideen gegen die Lebensmittelverschwendung und viele dazu dienende Applikationen mit ihrem neuen Vokabular zur Verfügung. In dem Beitrag wurden zwei Kochbücher einer linguistischen Untersuchung unterzogen: „Vobachs Kochbuch“ von Margarete Bauermeister aus dem Jahr 1923 und „Praktisches Kochbuch für die bürgerliche und feinere Küche“ von Henriette Davidis aus dem Jahr 1935, dessen erste Auflage auf das Jahr 1845 zurückdatiert wird. Zur Verdeutlichung der sprachlichen Neuorientierung im Bereich der Kulinarik wurden auch einige gut besuchte Online-Ratgeber aus dem Jahr 2023 herangezogen und ausgewertet. Da es in einem so kurzen Beitrag unmöglich ist, alle Aspekte der Kulinarik, die in einem Kochbuch behandelt werden können, zu untersuchen und auszuwerten, wird der Fokus auf die Begriffe *sparsam* und *Sparsamkeit* im Vergleich zu *nachhaltig* und *Nachhaltigkeit* gelegt. Das Hauptaugenmerk richtet sich auf den Wandel vom sparsamen Handeln in der Küche vor über hundert Jahren hin zum nachhaltigen Handeln im Jahr 2023. Die Autorin untersucht die Gründe für diese Veränderung und analysiert sprachliche Ausdrücke in den alten und neuen Kochbüchern, nicht nur Sammlungen von Kochrezepten, sondern auch Ratgeber für Bereiche wie Produkte, Kücheneinrichtung, Küchenmöbel, Reinigung und Wiederverwertung.

**Schlüsselwörter:** Kulinarik, Kochbücher, Sparsamkeit, Nachhaltigkeit

### Sustainability in the Kitchen in the Past and Today – How the Vocabulary has Adapted to the New (Linguistic) Realities

The language of culinary arts is not indifferent to the dietary changes of successive generations. While a century ago cookbooks recommended using leftovers and being economical with the food used in recipes, today's culinary guidebooks focus on sustainability and sustainable enjoyment in the kitchen and provide numerous ideas against food waste and many applications serving this purpose with their new vocabulary. In this article, two cookbooks were subjected to a linguistic examination: "Vobachs Kochbuch" by Margarete Bauermeister from 1923 and "Praktisches Kochbuch für die bürgerliche und feinere Küche" by Henriette Davidis from 1935, whose first edition dates back to 1845. To illustrate the linguistic reorientation in the culinary field, some well-visited online guidebooks from 2023 were also consulted and evaluated. Since it is impossible in such a short article to examine and evaluate all aspects of culinary that can be covered in a cookbook, the focus is placed on the terms *frugal* and *thrifty* in comparison to *sustainable* and *sustainability*. The main focus is on the change from being frugal in the kitchen over a hundred years ago to being sustainable in 2023. The author examines the reasons for this change and analyses linguistic expressions in the old and new cookbooks, which are not only collections of recipes but also guides to areas such as products, kitchen equipment, kitchen furniture, cleaning and recycling.

**Keywords:** culinary, cookbooks, frugality, sustainability

**Author:** Małgorzata Derecka, University of Warmia and Mazury in Olsztyn, ul. Kurta Obitzta 1, 10-725 Olsztyn, Poland, e-mail: malgorzata.derecka@uwm.edu.pl

**Received:** 2.11.2023

**Accepted:** 17.2.2024

## 1. Einleitung

*Die Idee ist es, mit Essen eine Revolution loszutreten.*  
(Adorján)

Von Sparsamkeit im Haushalt und dem lokalen (nationalen) kulinarischen Patriotismus bis hin zur Nachhaltigkeit in der Küche und dem globalen kulinarischen Patriotismus – diesen langen Weg innerhalb von hundert Jahren legte der Mensch in seinem kulinarischen Verhalten zurück, was sich nicht nur in seinem Handeln, sondern bereits auch in seiner Ausdrucksweise widerspiegelt. Vor hundert Jahren war SPARSAMKEIT ein zentrales Konzept, das nach dem DUDEN mit Synonymen wie ‚rationellem Einsatz‘ und ‚rationeller Verwendung‘<sup>1</sup> definiert wurde. Nach dem Ersten Weltkrieg basierte das Haushalten auf sparsamem Umgang mit Geld und begrenzten Produkten. Heute setzt die Kochphilosophie hingegen verstärkt auf Nachhaltigkeit. Obwohl viele Menschen auch in der Gegenwart aufgrund zahlreicher politischer, sozialer und wirtschaftlicher Prozesse und Veränderungen mit begrenztem Geld auskommen müssen, gewinnt das neue Konzept, das direkt mit dem Klimawandel verbunden ist, in öffentlichen Diskursen an Bedeutung – und das Konzept heißt NACHHALTIGKEIT.

## 2. Zum Konzept der NACHHALTIGKEIT

„Nachhaltigkeit ist kein Fremdwort mehr“ (Groschupp 2022: 25). Nachhaltigkeit bezieht sich auf die Fähigkeit, Ressourcen und Ökosysteme so zu nutzen, dass sie für zukünftige Generationen erhalten bleiben. Es bedeutet, wirtschaftliche, ökologische und soziale Bedürfnisse in Einklang zu bringen, ohne die Fähigkeit, Chance der kommenden Generationen zu gefährden, ihre eigenen Bedürfnisse zu erfüllen<sup>2</sup>.

Nach DUDEN hat dieses Wort zwei Bedeutungen<sup>3</sup>:

- 1) längere Zeit anhaltende Wirkung,
- 2) a) forstwirtschaftliches Prinzip, nach dem nicht mehr Holz gefällt werden darf, als jeweils nachwachsen kann (Gebrauch: Forstwirtschaft); b) Prinzip, nach dem nicht mehr verbraucht werden darf, als jeweils nachwachsen, sich regenerieren, künftig wieder bereitgestellt werden kann (Gebrauch: Ökologie).

<sup>1</sup> Vgl. <https://www.duden.de/suchen/dudenonline/Sparsamkeit>, Zugriff am 21.7.2023.

<sup>2</sup> Vgl. [https://www.nachhaltigkeit.info/artikel/brundtland\\_report\\_563.htm?sid=jqdi3bdltm85con40f91b0g8r3](https://www.nachhaltigkeit.info/artikel/brundtland_report_563.htm?sid=jqdi3bdltm85con40f91b0g8r3), Zugriff am 21.7.2023.

<sup>3</sup> Vgl. <https://www.duden.de/suchen/dudenonline/Nachhaltigkeit>, Zugriff am 21.7.2023.

Nachhaltigkeit ist mit der Zeit zu einem multidimensionalen Konzept geworden, das in verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen untersucht wird, einschließlich der Sprachwissenschaft, in der Nachhaltigkeit verschiedene Aspekte umfassen kann, wie z. B.:

1. Sprachliche Nachhaltigkeit: Dies bezieht sich auf die Erhaltung und Pflege von Sprachen, insbesondere von bedrohten oder gefährdeten Sprachen. Es betrifft die Bemühungen, diese Sprachen zu bewahren, um kulturelle Vielfalt und den Erhalt von Wissen zu fördern.
2. Nachhaltige Kommunikation: Dieser Aspekt bezieht sich auf die Förderung von Kommunikation, die auf Nachhaltigkeit ausgerichtet ist, um Umwelt- und soziale Ziele zu unterstützen. Es kann die Untersuchung von Diskursen und Kommunikationsstrategien umfassen, die Nachhaltigkeit fördern. Wie Münch (2020) in ihrem Bericht „Die Jahrestagung des internationalen sowie interdisziplinären Forschungsnetzwerks ‚Sprache und Wissen‘“ darstellt, „spielt die Sprache eine zentrale Rolle in Aushandlungen um Natur, Nachhaltigkeit oder den Klimawandel“ (Münch 2020: 637)<sup>4</sup>. Dieses Zusammenspiel in der Kombination von Sprache und Nachhaltigkeit, oder genauer gesagt, der Einfluss von Sprache auf das Verständnis von Nachhaltigkeit, bedarf tiefgründiger Untersuchungen und bildet ein weites Spektrum für weitere Forschungen.
3. Umweltsprachwissenschaft: Dies ist ein Bereich, der die Sprache in Bezug auf Umwelt und Nachhaltigkeit untersucht. Er befasst sich mit der Analyse von Begriffen, Metaphern und Diskursen, die in umweltbezogenen Kontexten verwendet werden.

In der Kulinarik bezieht sich Nachhaltigkeit auf die Anwendung nachhaltiger Prinzipien in Lebensmittelproduktion, -zubereitung und -konsum. Dies umfasst ökologische, soziale und ökonomische Aspekte, um eine langfristige und umweltfreundliche Lebensmittelversorgung sicherzustellen, die die Gesundheit der Menschen und des Planeten berücksichtigt.

Nachhaltige Ernährung beschäftigt nicht nur Kochchefs, Ernährungsberater oder Konsumenten selbst, sondern auch Sprachwissenschaftler, die auf dem Gebiet der Kulinarik sprachliche Aspekte aus verschiedenen Blickwinkeln erkunden, die mit der Kommunikation und Vermarktung von nachhaltigen Lebensmitteln verbunden sind. Mit nachhaltigen Prinzipien in der kulinarischen Welt und der Sprache, in der diese vermittelt werden, und mit kulinarischen Utopien setzt sich unter anderem Pollan (2018) auseinander. Brunner (2021) betrachtet die Ernährungskommunikation als sozial-ökonomische Transformation und behauptet: „Ernährungs- und Nachhaltigkeitskommunikation sind immer noch in großem Ausmaß individualistisch gerahmt. Durch Informationsvermittlung bzw. spezifische Anreize soll das Individuum zu gesundem und nachhaltigem Ernährungshandeln motiviert werden. Im Kontext der Herausforderungen einer

---

<sup>4</sup> Vgl. <https://www.degruyter.com/document/doi/10.1515/zgl-2020-2016/html>, Zugriff am 15.7.2023.

sozial-ökologischen Transformation sind die Erfolge dieses individualistischen Zugangs allerdings beschränkt. Es braucht daher Narrative, die Ernährungshandeln als eingebettet in soziale Praktiken und sozio-technische Systeme konzeptualisieren und auf ‚systems change‘ ausgerichtet sind. Systemwandel bezieht sich dabei auf das Ernährungssystem, das wiederum in andere gesellschaftliche Systeme eingebettet ist<sup>5</sup>.

Ernährungskommunikation und sprachliche Aspekte der Nachhaltigkeit wurden in den Beiträgen von Godemann und Bartelmeß behandelt, die darauf hinweisen, dass sich Ernährung in letzter Zeit zu einem wichtigen Thema in Politik und Gesellschaft entwickelt hat – mit verschiedenen Aspekten wie Kennzeichnung, Arbeitsbedingungen und Umweltfragen. Daher ist es von Bedeutung, Forschung und Kommunikation zu verknüpfen, um die Effektivität von Ernährungsinformationen zu verbessern und das Verhalten der Menschen zu verstehen. Der Bedarf, „ernährungsrelevante Handlungsbezüge in verschiedenen gesellschaftlichen Kontexten zu kommunizieren“ (Godemann/Bartelmeß 2021: 3), sollte auch zu einem interdisziplinären Diskurs unter Sprachwissenschaftlern im Bereich der Ernährungskommunikation führen. Dabei wird auf Folgendes aufmerksam gemacht: „Vor dem Hintergrund zunehmender ernährungsmitbedingter Erkrankungen und der Relevanz des Ernährungssystems für eine nachhaltige Entwicklung ist die professionalisierte Ernährungskommunikation jedoch dringend dazu aufgerufen, gesellschaftliche Resonanz auszulösen und Handeln zu ermöglichen. Es ist daher unerlässlich, Wege zu finden, die wissenschaftliche Informationen zu den Folgen und Nebenbedingungen von Ernährungsweisen mit gesellschaftlichen Logiken der Informationsaufnahme und -verarbeitung in verschiedenen Bereichen kompatibel machen und an das im Alltag relevante Wissen der Menschen anknüpfen“ (ebd.).

In den Beiträgen wird u. a. das vielfältige Spektrum der Bedeutung von Nachhaltigkeit im Bereich der Ernährung anhand von Analysen von Beispielen aus kommerziellen und privaten Kommunikationsformen der Massenmedien demonstriert (vgl. Wilk 2021), oder wie verschiedene Akteure im Ernährungsdiskurs durch Sprache ihre Ziele verfolgen und wie Wissen und Wahrheit in diesem Diskurs konstruiert werden. Mithilfe von sprachlichen Analysen wird verdeutlicht, wie Fakten, moralischer Druck und Ideologien genutzt werden, um bestimmte Ernährungspraktiken zu fördern und zu legitimieren (vgl. Bendel Larcher 2021). Nachhaltigkeit in der Kulinariik ist ohne Zweifel auch eine ethische Frage. In seinem Buch „Ethik des Essens“ weist Lemke (2016: 83) darauf hin, dass „kaum etwas anderes in unserem Leben so grundlegend, umfassend und alltäglich darüber entscheidet, was aus der Menschheit wird, als das, was – und wozu – sie isst“.

### 3. Korpus

Die folgende linguistische Analyse basiert auf dem Vergleich der versprachlichten Einstellungen zum sparsamen und nachhaltigen Verhalten in der Küche. Unter anderem wurden Empfehlungen aus den Kochbüchern „Vobachs Kochbuch“ von Margarete

<sup>5</sup> Vgl. [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-27314-9\\_7](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-27314-9_7), Zugriff am 20.7.2023.

Bauermeister aus dem Jahr 1923 und „Praktisches Kochbuch für die bürgerliche und feinere Küche“ von Henriette Davidis aus dem Jahr 1935<sup>6</sup> sowie einigen Online-Ratgebern aus dem Jahr 2023 herangezogen.

#### 4. Analyse und Auswertung

Die Begriffe *sparsam* oder *Sparsamkeit* wurden aus der Alltagssprache des 21. Jahrhunderts nicht entfernt. Sie beschreiben nach wie vor den Bedarf an sparsamem Verhalten in vielen Lebensbereichen. Allerdings lagen den Sparmaßnahmen im kulinarischen Bereich früher andere Argumente zugrunde als heute.

In den 1960er und 1970er Jahren begannen Umweltbewegungen und Diskussionen über Umweltschutz und ökologische Nachhaltigkeit an Bedeutung zu gewinnen. Dies führte dazu, dass der Begriff *Nachhaltigkeit*, der bereits 1915 erstmals im Rechtschreibduden verzeichnet war, allgemeiner verwendet wurde, auch im Kontext der Lebensmittelproduktion und -versorgung. Seit den 2000er Jahren hat sich das Bewusstsein für nachhaltige Ernährung und nachhaltige Lebensmittelproduktion weiter verstärkt und dazu geführt, dass das Wort *Sparsamkeit* in der kulinarischen Welt teilweise durch den Begriff *Nachhaltigkeit* ersetzt wurde.

##### 4.1 Sparsam gegenüber nachhaltig – wen sollte man dazu aufrufen?

Der Hauptunterschied zwischen den beiden Konzepten, SPARSAMKEIT und NACHHALTIGKEIT, liegt in der Betrachtung der Zielgruppe. In den alten Kochbüchern wendet man sich an Hausfrauen, vor allem junge Hausfrauen, die es lernen müssen, sparsam zu handeln. Dafür einige Beispiele:

Vobachs Kochbuch (VK): *Zu den ersten Pflichten einer Hausfrau gehört, mit den ihr zur Verfügung stehenden Mitteln aufs beste hauszuhalten. Auf vollste Ausnutzung der letzteren muß der größte Wert gelegt werden. Oder: Das sorgfältigere und umsichtigere Wirtschaften hat in das tägliche Einerlei ihrer Tätigkeit [der Hausfrau: MD] neue Arbeitsfreudigkeit gebracht (S. 2).*

Davidis' Kochbuch (DK): *Ein wesentliches Hilfsmittel zum guten und auch zum sparsameren Kochen ist ein zuverlässiges Kochbuch. Die junge unerfahrene Hausfrau, welche eine außergewöhnliche Speise zu bereiten wünscht, wird sicherlich viel mehr an kostbaren Zutaten verbrauchen und oftmals mißlungene Versuche teuer bezahlen müssen, was*

---

<sup>6</sup> Henriette Davidis' Hauptwerk erschien 1845 mit dem Titel: „Praktisches Kochbuch. Zuverlässige und selbstgeprüfte Recepte der gewöhnlichen und feineren Küche“. Henriette Davidis (1801–1876) gilt als die berühmteste Kochbuchautorin Deutschlands. Obwohl zur gleichen Zeit bereits viele ähnliche Kochbücher erschienen sind, wurde das von Henriette Davidis mehrfach neu aufgelegt und entwickelte sich zu dem Kochbuch des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts, das zur Grundausstattung vieler deutscher Haushalte gehörte. URL: <https://www.legimi.pl/ebook-praktisches-kochbuch-fur-die-gewohnliche-und-feinere-kuche-henriette-davidis,b800629.html>, Zugriff am 21.7.2023.

*jedoch zu vermeiden sein wird, wenn sie diese Erfahrungen, die in einem zuverlässigen Kochbuche niedergelegt sind, benutzt* (S. 5).

Vor hundert Jahren und früher bestimmte der Mann und sein individueller Geschmack den Speisezettel. „Diesem Geschmack ordneten sich die anderen Auswahlkriterien unter. Die Familienmahlzeit war letztlich auch ein Symbol für die Unterordnung von Frau und Kindern unter die Prerogative des Mannes“ (Schlegel-Matthies 2002).

Moderne Ratgeber richten sich an Sie oder Du und vermitteln Richtlinien und Tipps in Imperativsätzen sowie mithilfe von Höflichkeitsformeln. Im Kontext der Nachhaltigkeit sollen alle, unabhängig von Geschlecht oder Alter, angesichts des Klimawandels und seiner globalen Auswirkungen nachhaltig handeln. Hierzu einige Beispiele:

- 1) *Worauf Sie beim nachhaltigen Einkauf achten sollten.*<sup>7</sup>
- 2) *Vermeiden Sie umweltschädliche Einwegverpackungen aus Plastik.*<sup>8</sup>
- 3) *Gib dein Geld lieber einmal für Qualität aus, statt ständig neue 1-Euro-Plastik-Kochlöffel und Billig-Kochtöpfe zu kaufen.*<sup>9</sup>

#### 4.2 Aus welchem Grund sollte man sparsam oder nachhaltig handeln?

Andere Zeiten und verschiedene Gründe für Sparsamkeit und Nachhaltigkeit zeigen deutliche Unterschiede auf. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts standen zunächst die Hausfrau und dann das Haushaltsbudget im Vordergrund. Die Hausfrau hatte nicht nur die Pflicht zu kochen und die Speisen zu servieren und nachher noch aufzuräumen, sondern sie musste auch für das Wohlbehagen und die Stimmung der ganzen Familie sorgen. *Ein sorgfältig zubereitetes Mahl, und könnte es auch nur ein einfaches sein, verbreitet stets Behaglichkeit und Frohmut; denn es lässt Liebe und Sorgfalt der Hausfrau für die Ihren erkennen* (VK: S. 1). Um dieses Ziel zu erreichen, förderte der Staat ab 1924 unter anderem die Verbreitung von vorbereiteten und kochfertigen Speisen sowie die Rationalisierung in privaten Kleinhaushalten. Dies entsprach dem Wunsch der Frauen, Zeit zu sparen, kostengünstig zu kochen und sich auf ihre eigentlichen immateriellen Aufgaben konzentrieren zu können<sup>10</sup>. Somit erhielt das Wort *sparen* eine neue Bedeutungsschattierung – Zeitersparnis.

Die Sorge um die fröhliche Stimmung beim Essen, die in den Händen der Hausfrau lag, war einer von mehreren Gründen für sparsames Handeln. Das Haushaltsbudget und der sparsame Umgang mit dem Geld waren die Verantwortung der Hausfrau. Eine der wichtigsten Anforderungen an diese lautete: *Diese [Sparsamkeit] lässt sich sowohl in feineren, als auch bei den gewöhnlichen Speisen anwenden* (DK: S. 6).

<sup>7</sup> Vgl. <https://www.co2online.de/klima-schuetzen/nachhaltiger-konsum/nachhaltig-kochen/>, Zugriff am 23.7.2023.

<sup>8</sup> Vgl. <https://www.interliving.de/blog/nachhaltigkeit-in-der-kueche/>, Zugriff am 23.7.2023.

<sup>9</sup> Vgl. <https://utopia.de/galerien/tipps-fuer-eine-nachhaltige-kueche/>, Zugriff am 23.7.2023.

<sup>10</sup> Vgl. Schlegel-Matthies, Kristen (2002): Die Tischgemeinschaft vor dem Aus? „Liebe geht durch den Magen“. Mahlzeit und Familienglück im Wandel der Zeit. Vgl. [https://www.buergerundstaat.de/4\\_02/liebe.htm](https://www.buergerundstaat.de/4_02/liebe.htm), Zugriff am 15.7.2023.

Nicht nur die Frauen, sondern auch staatliche Richtlinien und Reformen trugen zur sparsamen Haushaltsführung bei. Für Einzelhaushalte, die aus wirtschaftlichen Gründen unrentabel waren, wurden Vorschläge zur Gründung von groß angelegten hauswirtschaftlichen Großbetrieben, Kochzentralen und Speisehäusern mit folgender Argumentation gemacht: *In tausenden von Wohnungen steht heut wie ehedem Tag für Tag eine Frau am Herd. Tausend Herdfeuer müssen brennen und auf jedem Feuer wird eine aus Fleisch und Gemüse bestehende Mahlzeit hergerichtet. Tausend Frauen bemühen sich täglich von neuem, das individuelle Kotelette nach dem Geschmack ihres Gatten zuzubereiten, und immer wieder auf dem Weg 'über den Magen' um seine Liebe zu werben. Diese Kräftevergeudung in einer Zeit, die jeder Kraft die beste Verwendung, vollste Ausnutzung zu sichern sucht!* (Salomon 1909, vgl. Schlegel–Matthies 1996: 334).

Das private Budget und die häusliche Atmosphäre traten angesichts der aktuellen Probleme im Bereich der Nachhaltigkeit in den Hintergrund. Die wichtigsten Leitsätze der Hauswirtschaft lauten<sup>11</sup>:

1. *Lebensmittelaufbewahrung ohne Plastik,*
2. *Einkaufen ohne Plastik,*
3. *Bienenwachstücher als nachhaltige Küchenhelfer,*
4. *Verbannung der Küchenrolle aus der Küche,*
5. *Veganes Backpapier als umweltfreundliche Alternative,*
6. *Nachhaltige Spülmaschinentabs auf pflanzlicher Basis,*
7. *Spülmittel ohne Duftstoffe,*
8. *Schneidebretter aus Holz oder Bambus,*
9. *Spülbürsten aus Holz,*
10. *Müllbeutel als nachhaltige Küchenhelfer.*<sup>12</sup>

In dem Nachhaltigkeitsprinzip bedeutet *sparen* in der kulinarischen Welt nichts anderes, als auf etwas verzichten, nicht verwenden oder durch etwas anderes ersetzen.

#### **4.3 Lokaler Patriotismus im Gegensatz zur globalen Verantwortung für die Zukunft kommender Generationen**

Die Zeit nach dem Ersten Weltkrieg war von Warenmangel und einer veränderten Lebenseinstellung geprägt, die den Wiederaufbau erforderte, bei dem jeder seine Rolle zu erfüllen hatte – auch die Hausfrau. Die in patriotischen Aufrufen geprägte Sprache spiegelte sich auch in den Kochbüchern wider. Dafür einige Beispiele aus Vobachs Kochbuch:

- 1) *Der Weltkrieg hat in unserem Vaterlande die Ernährungsverhältnisse gewaltig verändert, und diese Tatsache kann naturgemäß auch nicht ohne Einfluß auf ein Kochbuch sein (Vorwort, S. III).*

<sup>11</sup> Vgl. <https://www.elha-service.de/nachhaltige-kuechenhelfer-10-tipps-zu-mehr-nachhaltigkeit/>, Zugriff am 15.7.2023.

<sup>12</sup> Je nachdem, welche Internetseite man besucht, findet man verschiedene Variationen von Tipps für eine nachhaltige Küche und nachhaltiges Kochen.

- 2) *Mehr als je ißt [sic!] die Hausfrauentätigkeit von großer, volkswirtschaftlicher Bedeutung; von der Tüchtigkeit der Frau hängt schließlich das Gedeihen eines ganzen Volkes ab* (S. 2).
- 3) *Das Wesentliche des Inhalts ist: Grundsätzlich keinerlei Abdruck alter Vorkriegszeitrezepte mit märchenhaftem Butter-, Eier- Zucker- Fleisch und Mehlbedarf, dabei aber Berücksichtigung der erfreulichen Tatsache, daß wir die Zeiten des ‚Ersatzes‘ mehr und mehr hinter uns lassen* (Vorwort, S. III).

Die Gegenwart bringt nicht nur die Besorgnis um die Zukunft einzelner Länder, sondern um die Zukunft des gesamten Planeten mit sich. Denn Nachhaltigkeit versteht man so: „Beim Thema Nachhaltigkeit geht es darum, eine möglichst hohe Lebensqualität zu haben und dabei gleichzeitig die Umwelt und das Klima zu schützen. Wer heute von einer ‚grünen Küche‘ redet, der meint nicht die Farbe, sondern es geht darum, die Küche ökologisch auf die neue Zeit einzustellen. Eine nachhaltige Küche umfasst viele Themen, die von der Einrichtung, den Möbeln und Küchengeräten, der besseren Verwendung von Lebensmitteln sowie einem geringen Müll- und Energieverbrauch, ohne dabei an Komfort oder Lebensqualität zu verlieren“<sup>13</sup>. Die moderne Interpretation des Begriffs *sparen* beinhaltet das Einsparen von Wasser, Strom, Energie sowie den Verzicht auf nicht nachhaltige Produkte – nicht für die gute Stimmung am Tisch und die Zufriedenheit des Ehemannes, sondern für die Zukunft und die nächsten Generationen.

#### 4.4 Zweck der Verwertung von Resten in der Küche

Auch im Bereich der Wiederverwertung gibt es bestimmte Unterschiede zwischen früher und heute zu beachten.

Vor hundert Jahren dachte man nicht an die ökologischen Auswirkungen der kulinarischen Prozesse, und der Klimawandel war kein Thema. Daher wurde das sparsame Handhaben von Lebensmittelresten in der Küche damals anders begründet als heute. Hierzu einige Beispiele:

- 1) Vobachs Kochbuch: *In vollem Maße ist die für die Gegenwart so dringend notwendige Rücksicht auf Sparsamkeit, auf volle Auswertung des Nahrungsmittels und auch auf Resteverwendung der Speisen genommen, immer aber so, daß die Schmackhaftigkeit und Kräftigkeit der Speisen in erster Linie betont bleiben* (Vorwort, S. III). Oder: *Der Verwendung und Verwertung von Resten sei ganz besondere Aufmerksamkeit zugewandt* (S. 2).

Unter Wiederverwertung von Lebensmittelresten verstand man entweder als ihre Verwendung zur Zubereitung weiterer Speisen (a) oder als Mittel für andere Zwecke (b). Dafür Beispiele aus Vobachs Kochbuch (S. 546 ff.):

- a) *Fischreste – für Fischsuppen / gekochte und gebratene Fleischreste – für kalten Aufschnitt / Gemüsewasser – für Suppen / saure Milchreste – für Buttermilchspeisen;*
- b) *Eierschalen, rohe Kartoffelschalen – Reinigung von Flaschen und Gläsern / Zwiebel- und Mandelschalen – Färbung von Ostereiern / Spargelschalen, Apfelsinenschale, Zitronenschale – Gewürz.*

<sup>13</sup> Vgl. <https://nachhaltig4future.de/nachhaltigkeit-in-der-kueche/>, Zugriff am 15.7.2023.

Die Wiederverwertung von Lebensmittelresten im Sinne des Sparens entspricht den Anforderungen des Nachhaltigkeitskonzepts. In den Zeiten des Klimawandels wird vermehrt dafür plädiert, Essensreste sinnvoll wiederzuverwerten. Dazu einige Vorschläge<sup>14</sup>:

- 1) *Bewusster einkaufen,*
- 2) *Auf den letzten Drücker – Einkauf von Produkten mit kurzem Mindesthaltbarkeitsdatum,*
- 3) *Auf die Sinne verlassen,*
- 4) *Reste-Party veranstalten,*
- 5) *Besser schnippeln – Was landet beim Gemüseschnippeln im Abfall?,*
- 6) *Bei foodsharing.de und foodwatch.org mitmachen,*
- 7) *Bei den Nachbar\*innen klingeln,*
- 8) *Haltbar machen,*
- 9) *„Doggy Bag“ mitnehmen<sup>15</sup>.*

Zusätzlich entstehen verschiedene Bewegungen, wie zum Beispiel Food-Upcycling, die sich damit beschäftigen, Lebensmittel vor der Tonne zu retten und sie in Naturkosmetika oder natürliche Reinigungsmittel einzusetzen. Viele dieser Bewegungen tragen englische Namen wie Foodsharing oder Food-Upcycling und sind heute weltweit Begriffe für nachhaltiges Handeln.

#### 4.5 Gemüsekalender und Saisonkalender

Sparsamkeit und Nachhaltigkeit haben trotz eines zeitlichen Abstands von hundert Jahren eine gemeinsame Grundlage: die Orientierung am Gemüsekalender für jede Jahreszeit (wie in alten Kochbüchern) oder heutzutage am Saisonkalender. Dies hängt eng mit der Verwendung saisonaler und regionaler Produkte zusammen und ist ein wichtiger Aspekt sowohl von Sparsamkeit als auch von Nachhaltigkeit.

Monat des Jahres	Vobachs Kochbuch (Gemüsekalender) (S. 555–556)	Alnatura.de <sup>16</sup> (Saisonkalender)
Januar	Sellerieknollen, Kohlrabi, Schwarzwurzeln, Blumenkohl, Rosenkohl, Braunkohl, Möhren, Zwiebeln, Teltower Rübchen, Weißkohl, Rotkohl, Welschkohl, rote Rüben, Kohlrüben, Rapünzchen, Endivien, Trüffeln, Artischocken, Winterrettiche, Pastinaken, Petersilienwurzeln	Lagerware: wenige Gemüsesorten und winterharte Wurzeln auf dem Feld / Gemüse, das sich gut lagern lässt / Kartoffeln, Möhren, Knollen und Wintersalate

<sup>14</sup> Vgl. <https://www.welthungerhilfe.de/aktuelles/blog/10-ideen-gegen-lebensmittelverschwendung>, Zugriff am 15.7.2023.

<sup>15</sup> Je nachdem, welche Internetseite man aufruft, variieren die Tipps.

<sup>16</sup> Vgl. <https://www.alnatura.de/de-de/magazin/saisonkalender/saisonal-kochen/>, Zugriff am 15.7.2023.

<b>Monat des Jahres</b>	<b>Vobachs Kochbuch (Gemüsekalender) (S. 555–556)</b>	<b>Alnatura.de (Saisonkalender)</b>
Februar	getrocknetes Gemüse, Schwarzwurzel, Kohlkeimchen, Rapünzchen, Rot-, Weiß- und Welschkohl, Blumenkohl, Kohlrabi, Winterrettiche, Teltower Rübchen, frischer Schnittlauch	nur sehr wenig Gemüse frisch vom Feld: Chicorée. (Spross der Zichorienwurzel) / einige winterharte Sorten wie Grünkohl, Rosenkohl und Lauch / Kartoffeln, Möhren und Pastinaken
März	Brunnenkresse, Morcheln, Hopfenkeimchen, Treibhausradieschen, Lattich, Schnittlauch, Spinat, Kerbel, Waldmeister	Feldsalat, Rote Bete und Spitzkohl / saisonales Gemüse
April	wie im vorigen Monat	Rhabarber, unzählige knackige Salate sowie Radieschen und Kohlrabi / Äpfel, Kohl und Wurzeln
Mai	Spargel, junge Erbsen, Spinat, Radieschen, Rettiche, Kresse, Mairüben, Sauerampfer, Kerbel, Champignons, Salatkräuter, Porree, Hopfensprossen, Kopfsalat, Lattich, Waldmeister	Spargel, Radieschen, Kohlrabi und Blattsalate / Rhabarber und Spinat / Erdbeeren, die ersten dicken Bohnen und der erste Mangold
Juni	wie im vorigen Monat	reiches Gemüseangebot, frisches Obst (Johannisbeeren, Himbeeren, Erdbeeren, Brombeeren und Kirschen) / Rettich, Spargel, Kohlrabi und grüne Salate / Brokkoli, Erbsen, Gurken und Zucchini
Juli	grüne Bohnen, Karotten, junge Erbsen, Spinat, Radieschen, Rettiche, Kresse, Mairüben, Sauerampfer, Kerbel, Champignons, Salatkräuter, Porree, Hopfensprossen, Kopfsalat, Lattich, Waldmeister	frische Feldware (Erbsen, Gurken, Brokkoli, Bohnen, Mais und Blumenkohl) / Tomate / Beerenzeit: Stachelbeeren, Blaubeeren und Johannisbeeren
August	wie im vorigen Monat	Gemüse, Salate, Blattgemüse Obst / mediterrane Sorten: Tomate, Paprika und Aubergine / Salate und grünes Blattgemüse wie Mangold, Sommerwirsing und Postelein / Mirabellen, Pflaumen und Äpfel
September	Welschkohl, Weißkohl, Steinpilze, Pfifferlinge, Trüffeln, Karotten, Bohnen, Tomaten, Blumenkohl, Pastinaken, Kürbisse, Endivien, Kohlrabi	Obst und Gemüse: Kürbis, Weißkohl, Rotkohl und Radicchio / Bohnen, Erbsen und Zucchini / Haselnüsse und Walnüsse

Monat des Jahres	Vobachs Kochbuch (Gemüsekalender) (S. 555–556)	Alnatura.de (Saisonkalender)
Oktober	wie im vorigen Monat	saisonale Herbstgemüse: Kürbis, Rote Bete, Sellerie und Pastinaken / Nüsse, Äpfel und Birnen / Radieschen und Zucchini
November	Rosenkohl, Braunkohl, Welsch-, Rot- und Weißkohl, Blumenkohl, Schwarzwurzeln, Artischocken, Karotten, Sellerieknollen, Endivien, rote Rüben, weiße Rüben, Kohlrüben, Pastinaken, Teltower Rübchen	saisonales Gemüse direkt vom Feld: Pastinaken, Lauch und Sellerie sowie weitere Kohlsorten und grüne Blattsalate / Quitten und Fenchel / Lagerware
Dezember	wie im vorigen Monat	reduziertes Angebot an Obst und Gemüse als Saisonware: Chicorée, Feldsalat, Rosenkohl und Grünkohl / Chinakohl, Wurzeln und Pastinaken / Möhren, Kartoffeln, Rote Bete und Schwarzwurzeln

Tab. 1. Gemüsekalender (Vobachs Kochbuch) contra Saisonkalender (Alnatura.de)

Neben so vielen Ähnlichkeiten in den beiden untersuchten Korpora-Quellen ist auch ein Unterschied zu sehen: Während Vobachs Kochbuch sich in seinem Gemüsekalender nach Gemüse richtet, bezieht Alnatura.de auch Obst mit hinein. Interessant erscheint noch eine Tatsache – die Verwendung von Trüffel. Aufgrund ihres einzigartigen Geschmacks und Aromas werden Trüffel häufig als Zutat in verschiedenen Gourmetgerichten, wie Saucen, Pastagerichten, Ölen und Pasteten, verwendet. Sie gelten als eine der teuersten Zutaten in der kulinarischen Welt und sind aufgrund ihrer Seltenheit und des aufwendigen Sammelprozesses hoch geschätzt. Es kann daher überraschen, dass sie in der Zeit der Sparsamkeit in der Küche (Vobachs Kochbuch) erwähnt werden.

## 5. Schlussfolgerungen

Die Analyse der durchgeführten Untersuchung deutet darauf hin, dass sich im Bereich des kulinarischen Fachwortschatzes nicht nur Produkte, Werkzeuge oder Umgebungen ändern, sondern auch die Bedeutung der Prozesse, die sowohl vor 100 Jahren als auch heute in der Küche stattfinden. Im Laufe der Zeit wurde nicht nur die Frage wichtig, was man kocht, um Geld zu sparen, sondern auch, wie man kocht, um im Einklang mit der Natur zu sein und natürliche Ressourcen nachhaltig zu nutzen. Neue Ausdrücke markieren den Übergang von Sparsamkeit zur Nachhaltigkeit: Haltbarkeit, Mindesthaltbarkeitsdatum, Foodsharing. Man denkt nicht mehr nur lokal, sondern global. Das gemeinsame klimatische Problem verbindet Menschen zum gemeinsamen Handeln. Der Klimawandel verändert daher auch die kulinarische Sprache. Sparen bedeutet nicht mehr nur, die eigene Geldbörse zu schonen, sondern die Umwelt zu schützen

und nachhaltig mit allen kulinarischen Aspekten umzugehen. Es bleibt viel Raum für die Weiterentwicklung des Sprachsystems und die Nutzung der Ressourcen in jeder Sprache. Hoffentlich wird der Klimawandel nicht das Ende für unseren Planeten Erde bedeuten. Für die sprachwissenschaftliche Forschung stellt er zweifellos eine große Herausforderung dar.

### Literaturverzeichnis

- BAUERMEISTER, Margarete. *Vobachs Kochbuch für den einfachen und den anspruchsvolleren Haushalt*. Berlin, Leipzig, Zürich: W. Vobach & Co, 1923. Print.
- BENDEL LARCHER, Sylvia. „Ernährungskommunikation aus Sicht der linguistischen Diskur­analyse“. *Ernährungskommunikation. Interdisziplinäre Perspektiven – Theorien – Methoden*. Hrsg. Jasmin Godemann und Tina Bartelmeß. Springer VS, 2021, 257–270. Print.
- BRUNNER, Karl Michael. „Sozial-ökologische Transformation und Ernährungskommunikation“. *Ernährungskommunikation. Interdisziplinäre Perspektiven – Theorien – Methoden*. Hrsg. Jasmin Godemann und Tina Bartelmeß. Heidelberg: Springer VS, 2021, 75–90. Print.
- GODEMANN, Jasmin und Tina BARTELMESS. *Ernährungskommunikation. Interdisziplinäre Perspektiven – Theorien – Methoden*. Heidelberg: Springer VS, 2021. Print.
- ERMANN, Ulrich und Anke STRÜVER. „How to Do Good Food? Nachhaltige Ernährung zwischen Kommunikation und Konsum aus Perspektive der geographischen Ernährungsforschung“. *Ernährungskommunikation. Interdisziplinäre Perspektiven – Theorien – Methoden*. Hrsg. Jasmin Godemann und Tina Bartelmeß. Heidelberg: Springer VS, 2021, 177–194. Print.
- GROSCHUPP, Steffen. *Die Trade-offs der Nachhaltigkeit. Eine Forschungsreise zur dreiwertigen Logik und zu Science Constellations*. Wiesbaden: Springer Gabler, 2022. Print.
- LEMKE, Harald. *Ethik des Essens. Einführung in die Gastrosophie*. Bielefeld: transcript Verlag, 2016. Print.
- MÜNCH, Vanessa. „Natur – Kultur – Mensch. Sprachliche Praktiken um ökologische Nachhaltigkeit: Tagung des Forschungsnetzwerks *Sprache und Wissen* vom 30.09.2019 bis 02.10.2019 an der Heidelberger Akademie der Wissenschaften“. *Zeitschrift für germanistische Linguistik*, vol. 48, no. 3, 2020, 637–645. Print. <https://www.degruyter.com/document/doi/10.1515/zgl-2020-2016/html>. 15.7.2023.
- Pollan, Michael. *How to Change Your Mind. What the New Science of Psychedelics Teaches Us About Consciousness, Dying, Addiction, Depression, and Transcendence*. New York: Allen Lane, 2018. Print.
- SCHLEGEL-MATTHIES, Kirsten. „Im Haus und am Herd“: *Der Wandel des Hausfrauenbildes und der Hausarbeit 1880–1930*. Stuttgart: Steiner Verlag, 1991. Print.
- SCHLEGEL-MATTHIES, Kirsten. „‘Die Küche als Werkstatt der Hausfrau’ Bestrebungen zur Rationalisierung der Hausarbeit nach dem Ersten Weltkrieg“. *Ernährung in Deutschland nach der Wende: Veränderungen in Haushalt, Beruf und Gemeinschaftsverpflegung*. Hrsg. Thomas Kutsch und Sigrid Wegemann. Bonn: 14. und 15. wissenschaftliche Arbeitstagung der Arbeitsgemeinschaft Ernährungsverhalten e. V., 1996, 333–358. Print.
- SCHLEGEL-MATTHIES, Kristen (2002): *Die Tischgemeinschaft vor dem Aus? „Liebe geht durch den Magen“*. *Mahlzeit und Familienglück im Wandel der Zeit*. [https://www.buergerundstaat.de/4\\_02/liebe.htm](https://www.buergerundstaat.de/4_02/liebe.htm). 15.7.2023.

### Internetquellen

[https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-27314-9\\_7](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-27314-9_7). 20.7.2023.

<https://www.legimi.pl/ebook-praktisches-kochbuch-fur-die-gewohnliche-und-feinere-kuche-henriette-davidis,b800629.html>. 21.7.2023.

<https://www.duden.de/suchen/dudenonline/Sparsamkeit>. 21.7.2023.

[https://www.nachhaltigkeit.info/artikel/brundtland\\_report\\_563.htm?sid=jqdi3bdltm85con40f91b0g8r3](https://www.nachhaltigkeit.info/artikel/brundtland_report_563.htm?sid=jqdi3bdltm85con40f91b0g8r3). 21.7.2023

<https://www.alnatura.de/de-de/magazin/saisonkalender/saisonal-kochen/>. 15.7.2023.

### ZITIERNACHWEIS:

DERECKA, Małgorzata. „Nachhaltigkeit in der Küche früher und heute – Wie sich der Fachwortschatz den neuen (Sprach)Realien angepasst hat“, *Linguistische Treffen in Wrocław* 25, 2024 (1): 39–51. DOI: 10.23817/lingtreff.25-2.