

Jubiläumsausgabe:

Marktlese Nr. 50

In den letzten Jahren ist uns die überregionale Konkurrenz aus Bio- und „normalen“ Supermärkten mit ihren Bio-Sortimenten ja ordentlich auf die Pelle gerückt. Manche Leute sind froh darüber, dass Bio-Lebensmittel endlich auch billig angeboten werden. Denn der Irrglaube, dass ein faires, regional orientiertes Handeln mit Qualitätsanspruch im Bio-Bereich auch billig ginge, hält sich dank geschickter Werbekampagnen dieser Konzerne hartnäckig. Was kann man also als Tübinger Marktladen anders machen, um zu zeigen, wofür genau Sie als Kundinnen und Kunden bei uns zahlen? Denn wir sind mit der Geschäftspolitik dieser großen Mitbewerber nicht einverstanden und möchten deshalb auch nicht verwechselt werden.

Eines wurde uns in den letzten Jahren immer klarer: Wir müssen uns und unsere Geschäftsidee viel besser erklären. Wir müssen mehr von unserer Motivation berichten, mehr unser Marktladen-System erläutern, unseren Anspruch und unsere Ziele kommunizieren. Wir müssen Ihnen die Menschen und Betriebe vorstellen, mit denen wir arbeiten. In der Hoffnung, dass wir auch weiterhin Menschen aus Tübingen und Umgebung überzeugen können, gerne bei uns einzukaufen, weil Sie der Ansicht sind, dass die von uns gebotene Leistung (Sortiment, Partnerschaftlichkeit in den Handelsbeziehungen, Produktqualität, Transparenz in der Herkunft der Produkte, Regionalität, Beratung und Service) in unseren beiden Marktläden angemessen bepreist ist.

Im Juni 2014 erschien die erste Marktlese. Unsere kleine Monatsschrift für „regionale Wertschätzer und kulinarische Weltenbummler“. Und jetzt halten Sie die 50ste Ausgabe in Ihren Händen! Für unser kleines Redaktionsteam ist das schon eine beeindruckende Zahl. Wir wissen natürlich nicht so genau, wie es Ihnen damit geht, und natürlich ist Masse nicht gleich Klasse. Deswegen möchten wir Sie in dieser Marktlese mal fragen: Wie finden Sie eigentlich unsere Marktlese? Die eine oder der andere, die/der ein



bisschen Ahnung vom Texteschreiben und vom Layouten hat, kann sich vielleicht vorstellen, dass auch in dieser kleinen Zeitung ganz schön viel Arbeit steckt.

Als ich die 49 Marklesen nochmal durchgeblättert habe, hat mich überrascht, dass sie sich doch ganz schön verändert hat im Laufe der Jahre und, wie ich meine, auch ziemlich verbessert. Wie sehen Sie das? Anlässlich des Marktlese-Jubiläums würden wir uns freuen, wenn Sie uns in unserer Umfrage mitteilen, ob und was sie an der jetzigen Marktlese gut finden, und was Ihnen womöglich noch fehlt. Wer mitmacht, kann an einer Verlosung teilnehmen und bekommt, mit etwas Glück, ein kleines Dankeschön von uns.

– MICHAEL SCHNEIDER

Jubiläums-Verlosung

Für jeden an der Marktladen-Kasse abgegebenen Frabegaben erhalten sie ein Los (Ein los pro Person). Die Gewinner werden ausgelost und die entsprechenden Nummern auf unserer Website und per Aushang in den Läden bekanntgegeben. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter dürfen (leider, leider) nicht teilnehmen. Die Ziehung erfolgt am **31.10.2018**. Zu gewinnen gibts Einkaufs-Gutscheine im Wert von:

- 1. Preis: 100€
- 2. Preis: 50€
- 3. Preis: 25€
- 4. – 10. Preis: 10€



Jubiläums-Fragebogen

Wie häufig lesen Sie die Marktlese?
(Mehrfachnennung möglich)

- zum ersten Mal gelegentlich
- ca. jede 2te Ausgabe jede Ausgabe
- wenn mich ein Thema interessiert immer, wenn ich im Marktladen bin.

Wie gut gefallen Ihnen die jeweiligen Marktlese-Rubriken?
von 1 = gar nicht bis 5 = super

	1	2	3	4	5
Schneider Senf	<input type="checkbox"/>				
Mutmachgeschichte	<input type="checkbox"/>				
Mitarbeiter-Interviews	<input type="checkbox"/>				
Lieferanten-Porträts	<input type="checkbox"/>				
Produktinformationen	<input type="checkbox"/>				
Termine	<input type="checkbox"/>				
Rezepte	<input type="checkbox"/>				
Verbrauchertipps	<input type="checkbox"/>				

Wie deutlich wird das Profil des Marktladen in der Marktlese?

- gar nicht kaum geht so gut super

Was Sie uns schon immer einmal sagen wollten:

Das fehlt mir noch in der Marktlese:

Hätten Sie Interesse an einer Best-Of-Sammelausgabe mit den besten Schneider Senf-Texten?

- Ja, ja, ja! Nö.

Ein Archiv aller bisherigen Ausgaben gibts hier:

www.marktlese.de

Noch mehr Neuigkeiten, Fotos & Hinweise auf Veranstaltungen:

www.demarktladen.de

jetzt online bestellen. Wir liefern montag bis donnerstag im ganzen Tübinger Stadtgebiet:

shop.demarktladen.de

IMPRESSUM

Die MARKTLESE erscheint monatlich und wird herausgegeben von DER MARKTLADEN, Michael Schneider, Vogelbeerweg 4, 72076, Tübingen 07071 56 555 0, redaktion@dermarktladen.de, www.demarktladen.de. Für den Inhalt verantwortlich: Michael Schneider
Alle Rechte vorbehalten. Druckfehler vorbehalten.

Chefredakteur: Michael Schneider

Stellv. Chefredakteurin: Jessica Sabasch

Konzept: Jessica Sabasch

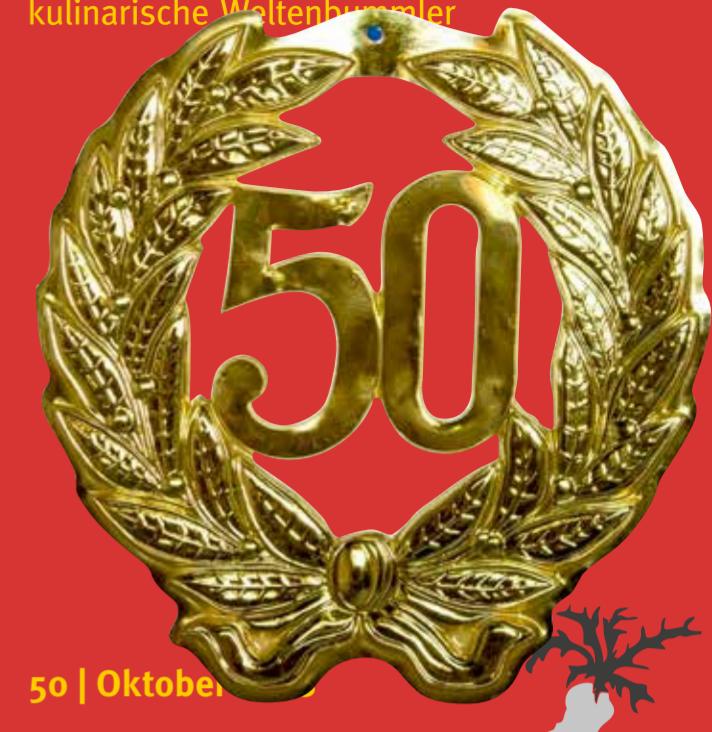
Layout: Jonas Schneider

Lektorat: Franziska List

Druck: dieUmweltDruckerei GmbH, Lohweg 1, 30559 Hannover
klimaneutral gedruckt auf 100% Recyclingpapier, chlorfrei gebleicht

Marktlese

für regionale Wertschätzer & kulinarische Weltenbummler



50 | Oktober

Jahreszeitenküche



Japanische Nudelsuppe mit Buchenpilzen und Garnelen

FÜR 2 PORTIONEN

- 1 kleines Stück Ingwer
- 40 ml Sojasauce
- 1 Zehe Knoblauch
- 250g Mie-Nudeln (oder Spaghetti)
- 2 EL Miso-Paste
- 1 Karotte
- 200g **Buchenpilze**
- 1 TL schwarzer Sesam
- 10 küchenfertige Garnelen
- 500 ml Hühnerbrühe
- 2 Eier

Entweder Hühnerbrühe selbst kochen (z.B. aus Hühnerflügeln, Ingwer, Knoblauch, Karotten und Lauch) oder eine fertige Brühe zur Hand nehmen. Die Brühe mit Sojasauce, Miso-Paste, kleingeschnittenem Knoblauch und Ingwer abschmecken und circa 20 min köcheln lassen.

Die Karotte in feine Stifte schneiden.

Einen Topf mit Nudelwasser aufsetzen und zunächst die Eier in ca. 6 Minuten so garen, dass der Dotter noch etwas flüssig ist. Anschließend abschrecken.

Die Nudeln in ca. 3-4 Minuten gar kochen. In der selben Zeit die Garnelen kurz in einer Pfanne rundherum anbraten. Zum Ende hin die Pilze dazugeben.

Zum Anrichten die Pilze, Karotten, Nudeln in eine Schüssel geben und mit der heißen Brühe übergießen. Mit geröstetem schwarzem Sesam und (wer mag) etwas gezupftem Koriander bestreuen.

Weißer Buchenpilz

Hypsizygus tessulatus

Dieser Edelpilz ist weiß bis cremefarben, wird in Dunkelheit gezüchtet und meist in Trauben oder bei größeren Exemplaren auch mal einzeln geerntet. Sein Stiel ist länglich mit kleinen bis mittelgroßen geöffneten Köpfchen. Oft bekommt man den Weißen Buchenpilz mit etwas Pilzsubstrat am Stielende, damit er nicht austrocknet. Das Substrat muss vor dem Verzehr natürlich abgeschnitten werden, ansonsten kann aber der Pilz ganz – also samt Stiel – gegessen werden. Roh duftet der in Japan als Bunapi-Shimeji (oder mit braunem Kopf: Shimeji) sehr beliebte Delikatessspilz angenehm würzig mit einer leichten Marzipannote. Angebraten bleibt er schön fest, schmeckt fein-nussig und sein mild-süßes Aroma erinnert an Anis. In Dressing mariniert macht er sich wunderbar im Salat, aber er ist auch ein guter Begleiter von Fisch- oder Fleischgerichten. Portionsiert lässt sich der Weiße Buchenpilz problemlos einfrieren, nur sollte man ihn danach nicht langsam wieder auftauen lassen, sondern tiefgefroren weiterverarbeiten. Im Gemüsefach hält er sich gekühlt gut fünf Tage. Bei uns im Marktladen bekommen Sie diesen edlen Pilz von den Pilzprofis von Pilzgarten aus Helvetic in Niedersachsen.

Alles nicht so schlimm?

Ein Blick auf die Zahlen.

Falls Sie schon die eine oder andere Marktlese gelesen haben und dabei auf die Kolumne *Schneiders Senf* gestoßen sind, so werden Sie vermutlich den Eindruck bekommen haben, dass ich nicht dazu neige, die Welt durch eine rosarote Brille zu betrachten. Eher durch ein Brennglas. Vielleicht manchmal allzu scharf, schonungslos – deprimierend! Könnte es sein, dass unsere „gefühlte“ Weltsicht und der Eindruck einer Dauerkrise eine medial verzerrte Wahrnehmung ist? Geht es der Welt und den Menschen vielleicht sogar besser als vor zehn, zwanzig oder fünfzig Jahren? Und falls dem so wäre, welche negativen Auswirkungen für unseren Kampf für eine bessere Welt könnte diese gehäufte negative Berichterstattung hervorgerufen haben?

Jacques Lecomte ist französischer Psychologe, ein Experte im Fachgebiet Positive Psychologie und Buchautor. Sein neuestes Buch „Der Welt geht es besser, als Sie glauben.“ ist mir vor einigen Monaten sozusagen „in die Hände gefallen“. Mein erster Gedanke war: Sowas les' ich nicht. Aber die Buchvorstellung weckte mein Interesse und so beschloss ich, mich auf dieses Wagnis einzulassen. Und ich habe es nicht bereut. Aus zwei Gründen: Die angeführte Quellenlage ist sehr umfänglich und viele dieser Quellen sind in Studien von UNO, UNICEF, FAO, UNESCO, WHO, Weltbank, ILO (internationale Arbeitsorganisation) und das Umweltprogramm der Vereinten Nationen eingeflossen. Stichwortartig recherchierte ich noch zu den Themen, konnte dabei aber keine unlauteren Schlussfolgerungen bei Jacques Lecomte entdecken.

Ganz zu Anfang des Besuches schreibt der Autor folgenden Satz: „Sich um die Probleme dieser Welt zu kümmern, ist ganz offensichtlich eine Notwendigkeit; was ich hier aber in Abrede stelle, ist der Nutzen des Übermaßes an Katastrophenmeldungen, die Tag für Tag von den Medien verbreitet werden.“ Weiterhin mahnt er zur Vorsicht im Umgang mit diesen Nachrichten. Seine Warnung basiert auf der Einschätzung, dass viele Nachrichten oft irreführend seien und überwiegend negative Berichterstattung uns demotiviere, statt uns Mut zu machen, sich gegen Missstände zur Wehr zu setzen.

Was fiele mir ein, wenn ich Bedrohungen aus den letzten Jahrzehnten, gegen die ich mich schon mit vielen anderen zur Wehr gesetzt habe, heute bewerten müsste? Z.B. das Waldsterben, das Wettrüsten und der Kalte Krieg, die Gewässerverschmutzung, Atomkraft und das Ozonloch. Alles sehr große politische Themen und Auslöser zum Teil heftiger gesellschaftlicher Auseinandersetzungen. Eigentlich hatten viele der Engagierten wenig Hoffnung, dass sich wirklich etwas verändern lassen würde. Und doch ist es anders gekommen. In allen diesen Bereichen hat sich die Situation ganz klar verbessert, zumindest national. Aber es gibt nicht nur solche „alte Kamellen“.

Wer hätte noch vor wenigen Monaten gedacht, dass es dem Pestizid Glyphosat, das wie kein anderes als Symbol für eine industrialisierte und globalisierte Landwirtschaft steht, derart

an den Kragen geht. Monsanto hat in den Sommerwochen einen spektakulären Prozess mit einer Strafzahlung von über 200 Millionen Dollar an einen krebskranken Kläger verloren. Auch wenn sie in Revision gehen werden, es ist ein wichtiges Zeichen. Denn mittlerweile sind über 5000 ähnliche Klagen allein in den USA anhängig. Das könnte den Bayer-Konzern noch teuer zu stehen kommen. Ein weiterer Fall aus den letzten Monaten: Wer hätte gedacht, dass es zum ersten Gerichtsverfahren weltweit ausgerechnet in Deutschland kommt, in dem geschädigte pakistanische NärberInnen und Opfer eines Großbrandes in Karatschi mit 259 Todesopfern, einen westdeutschen Kunden anklagen. Es soll die Frage geklärt werden, ob der Textildiscounter kik Mitschuld an der Tragödie und deshalb Miterantwortung trägt für die Arbeitsbedingungen in Fernost. Dies sind nur zwei Beispiele aus den letzten Monaten, die das Zeug haben, große Veränderungen hervorzubringen.

Herr Lecomte zitiert im ersten Teil seines Buchs den Biologen Erik Brever aus dem Jahre 2000 mit den Worten „das Problem ist die Ignoranz, nicht der Optimismus“.

Um den Fortschritt zu sehen, müssen wir die Probleme benennen. Also, ich gehe es an. Ich werde einige Punkte aus dem Buch von Herrn Lecomte für Sie zusammenfassen. Auf folgenden Gebieten gab es seiner Ansicht nach signifikante Verbesserungen in den vergangenen Jahrzehnten:

1. Armut

„Seit 1990 hat die extreme Armut um mehr als zwei Drittel abgenommen, und mehr als eine Milliarde Menschen ist aus extremer Armut befreit worden“. Und diese Entwicklung war möglich, obwohl die Gesamtbewölkung in den letzten knapp 30 Jahren um zwei Milliarden Menschen gewachsen ist.

2. Hunger

„Fast zwei Milliarden Menschen konnten in den letzten 25 Jahren aus dem Zustand der Unterernährung befreit werden. Zwischen 1990 und 1992 litten noch 19% der Weltbevölkerung an Unterernährung, im Zeitraum von 2014 bis 2016 waren es noch 11%.“ Das entspricht bei einer Steigerung der Bevölkerungszahl um gut zwei Milliarden Menschen einem absoluten Rückgang von 255 Millionen. Es können heute also fast 2,3 Milliarden Menschen mehr vor Unterernährung bewahrt werden als noch Anfang der 1990er Jahre. Allerdings verschlechtert sich laut aktuellem UN- Welternährungsbericht vom September 2018 die Situation seit 2015 wieder. 2015 beklagte die UN weltweit 777 Millionen hungernde Menschen. 2016 waren es schon 804 Millionen, 2017 821 Millionen. Und die Lage sieht nicht gut aus.

3. Schulpflicht

„1996 besuchten 120 Millionen Kinder keine Schule. 2015 waren es noch 57 Millionen. Die beachtlichsten Fortschritte sind in puncto Gleichheit der Geschlechter zu verzeichnen.“ Ebenfalls trotz deutlich gestiegener Weltbevölkerung!

4. Demokratie

„Vor zwei Jahrhunderten machten die Demokratien gerade einmal 5% der Staaten aus. Seit den 1990er-Jahren sind sie zahlreicher als jene mit einem autoritären System.“ Allerdings sind diese Zahlen seit 2010 wieder rückläufig und erreichen die 50 Prozent nur noch knapp. Auf Seite 92 erwähnt dies auch der Autor in seinem Buch: „Die Demokratisierung der Welt ist ins Stocken geraten.“

5. Gesundheitsvorsorge

- „Mütter- und Kindersterblichkeit haben sich zwischen 1990 und 2015 halbiert.“
- „Ausrottung der Pocken, die weltweit mehrere Millionen Opfer forderten.“
- „Die Zahl der Neuinfektionen mit AIDS ist zwischen 2000 und 2013 um 40% zurückgegangen“. Zwischen 2005 und 2017 hat sich die Zahl der Aids-Toten von 1,9 auf 1,0 Millionen verringert.
- „Die Sterbefälle von Malaria sanken zwischen 2000 und 2015 um 60%. 1,2 Milliarden Erkrankungen und 6,2 Millionen Todesfälle konnten vermieden werden.“

6. Umwelt

- „Der Verbrauch von Produkten mit Substanzen, die zum Abbau der Ozonschicht führen, wurde innerhalb von etwas mehr als 20 Jahren fast gänzlich eingestellt.“
- „Die bewaldete Landfläche verminderte sich zwischen 1990 und 2015 [...] um 128 Millionen Hektar“. Dies entspricht 3,1 Prozent der Gesamtfläche. „[A]ber weltweit verringern sich die Wälder dreimal weniger schnell als noch vor 15 Jahren.“ So wurde z.B. die Abholzungsrate im brasilianischen Amazonasgebiet zwischen 2004 und 2012 um 80 Prozent reduziert.
- „Der Vormarsch der erneuerbaren Energien vollzieht sich in einem Tempo, das sich noch vor wenigen Jahren niemand vorstellen könnte.“ Seit 2013 sind die CO2-Emissionen nicht mehr gestiegen.“ Allerdings stieg der Ausstoß 2017 wieder um 2 Prozent.

7. Biologische Vielfalt:

- „Weniger als 1% der Organismen sind in den letzten vier Jahrhunderten ausgestorben. Während der vergangenen 30 Jahre ist keine einzige Meerestierart verschwunden. Das wahre Problem ist nicht das Verschwinden der Arten, sondern die abnehmende Anzahl der Tiere.“ Was meiner Ansicht nach natürlich nicht weniger beunruhigend ist.
- „Seit einem halben Jahrhundert verdoppelt sich die Fläche der Schutzgebiete auf der Erde alle zehn Jahre. Mehr als 350 [der] ausgestorben angesehene Arten wurden wiederentdeckt. [...] 2014 waren 15,4% der Landfläche, 8,4% der Meeresgebiete und 10,9% der Küsten als Schutzgebiete ausgewiesen.“

Häufig schreibt Herr Lecomte bei den aufgeführten Themen unter „Gründe für den Erfolg“, dass Druck von Aktivistenverbänden und NGOs zu Veränderungen und Verbesserungen geführt haben. Damit ermutigt er immer wieder und ganz ausdrücklich die Zivilgesellschaft, also uns alle, nicht aufzugeben und nicht den Mut zu verlieren. Am Ende eines jeden Punktes leitet der Autor den Schluss des Textes mit dem Satz „Vorsicht ist weiterhin geboten“ ein. Es scheint ihm sehr wichtig zu sein, klar zu stellen, dass er sich keinesfalls die Weltsituation schönenreden will.

Jacques Lecomte sieht den wichtigsten aller Punkte, sich gegen eine pessimistische Weltsicht zu wehren, allerdings darin, dass „zahlreiche Studien zeigen, dass in Perioden großer gesellschaftlicher Ängste die Menschen dazu tendieren, sich einer Autorität unterzuordnen. Bestimmte Individuen sind dann bereit, auf gewisse Freiheiten zu verzichten, zugunsten des Gefühls der Sicherheit, die eine bevormundende Autorität

ihnen vermittelt.“ Die Blaupause für diese Aussage sehen wir in der politischen Entwicklung in Europa und weltweit.

Zum Abschluss noch ein Zitat von Jacques Lecomte:

„[P]sychologische Forschungsergebnisse zeigen, dass wenn wir Menschen darauf bauen, dass wir mit unserem Handeln in Zukunft Erfolg haben werden, dies uns zu größeren Anstrengungen anspornt.“

In diesem Sinne: Lassen wir uns nicht entmutigen!

– MICHAEL SCHNEIDER



NÄCHSTE LIEFERUNG:

Bruderhähne am 18. Oktober

Bestellen sie jetzt ihren Bruderhahn vor. Direkt im Marktpladen an der Fleischtheke oder telefonisch: 07071 565550



VERKOSTUNG:

Biolandhof Schelkle

05.10. & 06.10.

Freitag im Vogelbeerweg, Samstag am Europaplatz

Die Käsespezialitäten vom Familienbetrieb aus Oberschwaben sind die jüngste Ergänzung in unserer Käsetheke. Probieren sie z.B. den würzigen Schupfenberger oder den cremig-würzigen Dorfkäse mit Kräutern.

www.biolandhof-schelkle.de

Liebe Leserinnen & Leser,

Anfang des 20. Jahrhunderts schrieb Rainer Maria Rilke sein vielfach zitiertes Gedicht, das mit den Worten „Herr: es ist Zeit. Der Sommer war sehr groß....“ beginnt. So groß wie nie, möchte man nach diesem Sommer hinzufügen. Noch nie so lang, noch nie so heiß, noch nie so trocken. (SZ 12.Sept. 2018). Wir hoffen, dass Sie den „großen Sommer“ trotzdem genießen könnten. Nicht ganz so groß, aber ein bisschen groß ist der Stolz unseres kleinen Redaktionsteams über die 50 Marktlese! Die erste Ausgabe gab's im Juni 2014. Wie sind wir überhaupt auf diese Idee gekommen? Was sind unsere Beweggründe, Monat für Monat so einen Aufwand zu treiben? Und wie finden Sie die Marktlese überhaupt? Sollen wir weitermachen damit? Fragen über Fragen. Wäre schön, wenn Sie einige in unserem Fragebogen beantworten würden. Es gibt auch was zu gewinnen! Die Muttmachgeschichte fällt dieses Mal aus. Weil *Schneiders Senf* in der Jubiläumsausgabe ein ganz großes Faß aufmacht. Es gibt seit Jahren hartnäckige Menschen, die in Vorträgen, Zeitungsartikeln, Büchern und auf Symposien behaupten, dass der Zustand unseres Globus systematisch schlecht geschrieben und geredet wird. Einer davon hat ein Buch mit dem Titel „Der Welt geht es besser als Sie glauben“. Ich hab's gelesen und einiges sehr Interessante und Überraschende gefunden.

Viel Spaß beim Lesen!

Christina Schneider



auf einen *Kaffee, schwarz* mit:

Kilian Klinkmüller

Vielleicht kennen Sie die eine oder anderen von uns schon von einem längeren Gespräch zwischen den Regalen oder einem Plausch an der Theke. Hier stellen wir jeden Monat KollegInnen vor, die im Marktpladen arbeiten. Denn, wenn es eines gibt, das den Marktpladen, neben all seinen Leckereien, auszeichnet, dann sind es die Menschen, die hier arbeiten.

IM MARKTPLADEN FINDET MAN MICH NORMALERWEISE:
Zurzeit vor allem an der Fleisch- und Käsetheke im Vogelbeerweg. An der Fleischtheke zu arbeiten ist eine Herausforderung, es steckt viel Wissen dahinter, ich muss alle Teilstücke kennenlernen. Meinen Kollegen Raphael Fischer unterstütze ich bei Bestellungen, schneide Fleischstücke...

WOHER ICH KOMME?

Ich bin in Mössingen, also ganz in der Nähe aufgewachsen. Seit drei Jahren wohne ich in der Tübinger Nordstadt.

Ziemlich zeitgleich habe ich angefangen im Marktpladen zu arbeiten. Zuerst als Aushilfe am Obst und Gemüse am Europaplatz. Von Herbst 2016 bis Mitte 2018 habe ich dann eine Ausbildung zum Einzelhandelskaufmann im Marktpladen gemacht.

WAS MIR WICHTIG IST

Im Marktpladen schätze ich das Arbeiten mit guten Produkten in angenehmer Atmosphäre und die Solidarität unter den Kollegen und Kolleginnen.

WAS ICH MACHE, WENN ICH NICHT IM MARKTPLADEN BIN

Seit einigen Monaten NICHT mehr in die Berufsschule gehen! Die dadurch gewonnene Zeit verbringe ich jetzt an jedem schönen Tag mit Klettern an Felsen auf der Schwäbischen Alb und im Donautal.

WORAUF ICH MICH GERADE FREUDE

Auf meinen nächsten Besuch bei meiner Freundin in Leipzig. Und ich freue mich auf die neuen Herausforderungen, die jetzt nach dem Ende meiner Ausbildung auf mich warten.

LEIDENSCHAFTEN

Gutes, vielseitiges Essen! Dass man sich Zeit nimmt, es zu kochen. Die Zeit drum herum, es zu genießen. Ich kochte sehr gerne ausgiebig und etwas Besonderes. Ein richtig gutes Gulasch zum Beispiel. Fleisch gehört für mich dazu.

– die Fragen stellte JESSICA SABASCH