

Anarcho am Herd

Genuss Starkoch und Bauer Franz Keller propagiert Kochen als Revolte gegen die »Sterbemittelindustrie«. Und erklärt, wie jeder in der eigenen Küche die Welt verbessern kann.

Franz Keller ist Koch mit Leib, Seele und Allesfressergebiss. Und was Fleischverzehr betrifft, wahrlich kein Romantiker. Aber ein großes Herz hat er dann doch.

Den ganzen Sommer lang beobachtete er, wie Olympus, sein geliebter Limousin-Bulle, immer wackliger auf den Beinen wurde. Keller fürchtete, dass der braune Koloss mit seinen 800 Kilogramm Lebendgewicht eines Tages einfach liegen bleiben würde. Er wusste, dass er den alternden Stier rechtzeitig zum Schlachter bringen musste, wenn das Fleisch nicht verschwendet sein sollte.

Am Tag bevor es ans Töten ging, stellte Keller eine besonders attraktive Kuh zu Olympus in den Stall. Es war der letzte Freundschaftsdienst eines Alphamännchens für sein Alphanier. Abends dann lud er ihn samt seiner Sterbebegleiterin auf den Hänger und fuhr beide Tiere zum wenige Kilometer entfernten Schlachter. Olympus sollte morgens als Erster drankommen, noch bevor der Raum nach Blut und Tod riechen würde.

Keller begleitete seinen Bullen auf dem letzten Gang. Zutraulich lief Olympus hinter ihm her. Bevor das Tier sich fürchten konnte, traf es der Bolzenschuss.

Für Keller ist diese sanfte Art der Schlachtung das Mindeste, was man Lebewesen, die man isst, schuldig ist. Und der ehemalige Sternekoch weiß, dass das Fleisch viel besser schmeckt, wenn ein Tier nicht in Todesangst Adrenalin in jede Muskelfaser pumpt.

Der Ärger über die mangelnde Qualität von Lebensmitteln plagt den Mann, der bei Kochlegende Paul Bocuse gelernt und später mit Eckart Witzigmann die Nouvelle Cuisine ins Sauerkraut-Deutschland importiert hat, schon seit seiner Zeit als prominenter Küchenchef. Essbare Blattgoldflocken zum Verzieren von Desserts zu bekommen war niemals ein Problem. Aber Fleisch von ausgewachsenen, artgerecht aufgezogenen und umsichtig geschlachteten Tieren? Nahezu unmöglich, bis heute. Schon damals wurde ihm klar, dass irgendetwas gründlich schief läuft, auch in der Haute Cuisine.

Keller gab 1993 die Sterneküche auf und eröffnete die »Adler Wirtschaft« in Hatzenheim. Der gebürtige Freiburger wollte von jetzt an nur noch gutes Essen servieren ohne das ganze Sterne-Chichi. Doch

immer noch fand die Seele keine Ruhe. 2010 übergab er das Restaurant seinem Sohn und kaufte einen Bauernhof im Wiesbadener Hinterland. Der Koch wurde Bauer – aus Notwehr, wie er sagt. Er wollte endlich die Fleischqualität produzieren, die er sich vorstellte. Mit Tieren, die ohne Hast und möglichst natürlich heranwachsen dürfen.

Auf seinem Falkenhof grasst eine Herde Limousin-Rinder – viele davon sind Nachkommen von Olympus. Buntgescheckte Bentheimer Schweine durchwühlen den Schlamm im großen Auslauf. Bei Keller dürfen sie fett werden und zwei Jahre alt. Die meisten ihrer Artgenossen enden nach wenigen Monaten Qualhaltung in einer Schlachtfabrik – wenn sie es überhaupt bis dahin schaffen: »Jedes fünfte Schwein aus der Intensivhaltung stirbt in Deutsch-

»Wir exportieren unterirdisch schlechtes Fleisch zu Billigpreisen in alle Welt.«

land während der Aufzucht«, sagt Keller, »wir produzieren pro Jahr 13 Millionen Schweine, die ein qualvolles Leben haben, für den Müll.«

Keller ist keiner, der seine Meinung für sich behält. Ostern 2018 erschien der erste Erfahrungsbericht des zornigen Küchenmeisters, das Buch »Vom Einfachen das Beste. Essen ist Politik oder warum ich Bauer werden musste, um den perfekten Genuss zu finden«. Die Abrechnung mit der Lebensmittel- und Agrarindustrie wurde zum Bestseller – und Keller zum Wanderkoch. Der 70-Jährige reist seither von einer Lesung zur nächsten, diskutiert über die Notwendigkeit einer Agrarwende, über den Klimawandel und die Bedeutung von Artenvielfalt. Wo er auch spricht, fragen ihn die Zuhörer, was sie persönlich tun können, um die Zustände zu ändern.

Also sagt er es ihnen: »Ab in die Küche! Wie wir die Kontrolle über unsere Ernährung zurückgewinnen«, heißt sein neues Buch, das kommende Woche auf den Markt kommt*. Darin ruft Keller die Bürger zu den Waffen: an die Messer und Schäler,

* Franz Keller: »Ab in die Küche!«. Westend; 240 Seiten; 24 Euro.

Pürrierstäbe und Hackebeilchen. Der Marschbefehl lautet: gemeinsam anrühren gegen eine Lebensmittelindustrie, die den Namen »Sterbemittelindustrie« verdient.

»Die Leute verrecken an falscher Ernährung«, sagt Keller. »Wir werden immer fatter, aber unser Körper verhungert, weil wir unsere Ernährung einer Nahrungsmittelbranche in die Hände gegeben haben, die ganz grundsätzlich nach einer Maxime handelt: Wir sparen am Produkt und maximieren den Profit.« Aus deren Fängen könne man sich nur selbst herauschmören, glaubt Keller. Der Schlachtruf des Herdrevoluzzers: Kochen ist Freiheit.

»Die Agrar- und Ernährungssysteme sind so was von kaputt, mit Reparieren ist da nichts mehr zu retten«, sagt Keller. »Wir müssen den Sack vollkommen umstülpen.«

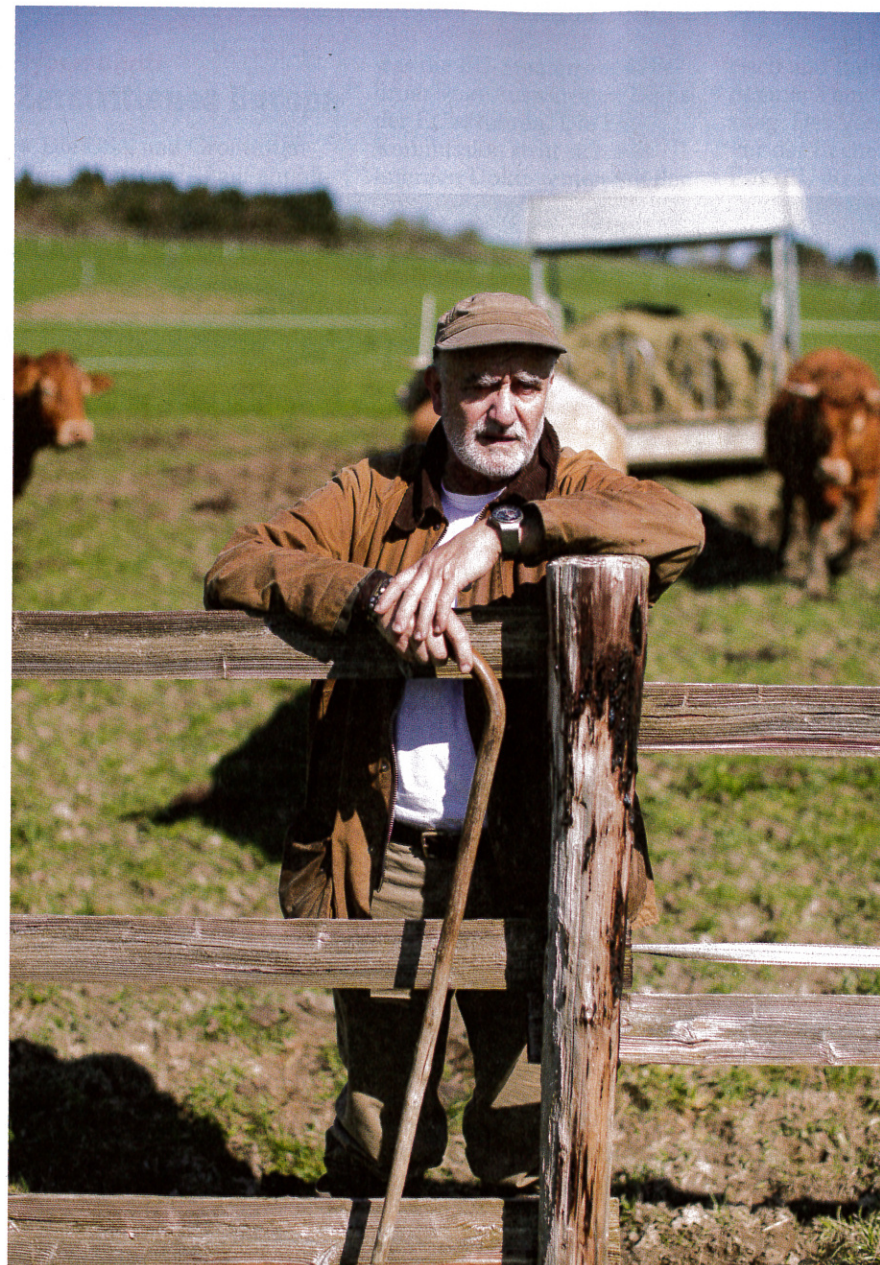
In einer Tour de Force beschreibt er den erbarmungswürdigen Zustand einer heruntergekommenen Agrarbranche. »Wir subventionieren mit unserer Art der industrialisierten Landwirtschaft ein System, das die Umwelt zerstört, das Klima schädigt, das Tierwohl missachtet und die Menschen krank macht. Warum? Jedes vierte Fleischprodukt aus der Mastfabrik stammt inzwischen von einem kranken Tier.«

Tierwohl-Label des Einzelhandels verspottet Keller als weichgespülte PR-Konstrukte: »Da freut sich das Fabrikhuhn, weil es statt zwei Dritteln eines DIN-A4-Blattes jetzt die Fläche eines Smartphones mehr Platz hat. Soll das ein Plus für mehr Tierwohl sein? Nein, ihr Lieben, so kommen wir nicht weiter.«

Vieles von dem, was die Regierung erlaubt, findet Keller nicht rechtens. Er geißelt den systematischen Einsatz von Antibiotika in der Tiermast, die Zerstörung des Bodens und die Verschmutzung des Wassers durch Gülle aus Massentieranlagen. Er empört sich über pestizidverseuchte Monokulturen, in denen Insekten und Feldvögel eingehen.

»Total meschugge« findet er die Ausrichtung der deutschen Landwirtschaft auf Exporte: »Wir importieren Futtermittel aus riesigen Monokulturen in fernen Ländern, um Tiermassen zu mästen, die wir dann als unterirdisch schlechtes Fleisch zu Billigpreisen in alle Welt exportieren«, sagt er. In einem Kreislauf des Wahnsinns werde Fake-Food produziert, das, würden all die Folgekosten für Umwelt und Gesundheit mit eingerechnet, teurer sei als Bioware.

Für ihn gibt es nur einen Weg heraus aus der Misere: »Wir sollten uns darauf besinnen, Qualitätsweltmeister zu werden statt Exportweltmeister, und zwar in einem umfassenden und nachhaltigen Sinn.« Dazu müsste sich die Subventionspolitik



Landwirt Keller auf seiner Weide, beim Zubereiten: Graupen statt Quinoa

für die Bauern radikal von Masse auf Klasse umorientieren – ebenso wie das Verhalten der Verbraucher. »Wir müssen wieder lernen, Geld für gutes Essen auszugeben statt für viel Essen«, sagt Keller. Das, davon ist er überzeugt, lerne man am besten in der Küche.

Da brauche es neben dem Herd keine Armada an Elektrogeräten. Ein paar vernünftige Pfannen, Töpfe und Kochlöffel plus einen Pürrierstab seien im Grunde alles, was der Koch in der Geschmackswerkstatt benötige. Auch das Geld für einen Thermomix könne man sich getrost sparen: »Das ist doch wie Kochen mit Navi«, ätzt Keller. Wenn man alles nur zusammenschmeiße, bekomme man kein Gefühl für Konsistenz und Sämigkeit, lerne keine Warenkunde, kapiere nie, wann Eiweiß auslocke.

Kochen sei ein sinnlicher Akt voller Kreativität, Neugierde, Lust, Improvisation, ein Gegengift zu industriellen Fertigerichten voller Fett, Konservierungsmitteln und Geschmacksverstärkern.

Nie jedoch sollte man sich von Rezepten einschränken oder gar einschüchtern lassen. In vielen Kochbüchern und Fressmagazinen sind die Fotos zu appetitlich, um wahr zu sein: Nicht selten bestehen die abgebildeten Gerichte aus eingefärbter Spachtelmasse, Eiswürfel aus Plastik, und das perfekt hingehauchte Salbeiblatt ist von spezialisierten Foodstylisten mit giftigem Kleber fixiert.

Wenn man versuche, diese Illusionen daheim nachzustellen, sei der Frust programmiert. Dabei gehe es nicht um Perfektion. Am Herd zu stehen sei ein anarchischer Akt der Befreiung: »Selbst kochen heißt, die Verantwortung über das eigene Leben in die Hand zu nehmen.«

Dazu gehört für ihn auch, Hypes wie dem aktuellen Trend um die südamerikanische Kultipflanze Quinoa oder Chia-Samen nicht blind zu folgen. »Warum fressen wir den Bolivianern ihr Quinoa weg, wo es bei uns zu Hause Graupen gibt, die nicht 10 000 Kilometer weit herangekarrt werden müssen?«, fragt Keller und schmeißt einen Beutel der heimischen Körner in einen Topf mit Wasser. Heute kocht er Graupenrisotto mit einem kleinen Stück Rippchen in Honigkruste, dazu gebackene Grünkohlchips.

Als Küchenanarcho liebt er das Experimentieren. Doch ein paar Wahrheiten bleiben unverrückbar. Etwa, dass die in Großküchen beliebte festkochende Kartoffel unbedingt verabscheut werden müsse. Die halte zwar stundenlang ihre Form, doch ihr fehle die Stärke und dadurch der Geschmack. »Festkochende Kartoffeln sind nur für faule Köche erfunden worden.« Wer mehligkochende nicht mag, solle es lieber gleich lassen. Michaela Schießl