

01.10.2013 - Kein Kochbuch

**Reinhard P.Gruber, "Einfach Essen!" Kochbuch für die harten Zeiten. 120 Seiten.  
Graz-Wien 2010: Literaturverlag Droschl. 18 Euro**  
von Dieter Braeg

Über den Autor Reinhard P.Gruber, muss man doch mehr als nur einige lobende Worte erwähnen. Er hat viele gute Texte geschrieben, er wäre es wert, im deutschsprachigen Raum mehr gelesen zu werden. Da wäre zum Beispiel sein Buch "Nie wieder Arbeit" da kann man ein Manifest lesen, hier eine kurze "Kostprobe":

*"Vor ein paar Jahren.*

*als die Menschen erfunden wurden,*

*da lag die Arbeitslosenrate noch bei 100%.*

*und alle fanden es paradiesisch..."*

Wir haben zur Zeit ein etwas größeres Problem mit der Frage: Was soll man denn kochen? Im Fernsehen gibt es "Die Topfgeldjäger", dazu noch eine "Küchenschlacht", und obwohl Moderator Markus Lanz nicht kocht, heißt seine Sendung so. Es eilen die Kochschwätzer jeden Freitagabend durchs Fernsehgelände und quälen Lebensmittel und Zuschauerinnen.

Normalerweise geht so ein Kochbuch nach dem Strickmuster "man nehme" vor. Das ist bei Reinhard P.Gruber anders. Hier ein Zitat: "Denn es gibt Essen der Reichen und es gibt Essen der Armen. Sagen die Reichen. Die, die nichts haben, würden ihr Essen nie als das Essen der Armen bezeichnen. Es ist auch keins. Es ist nur das Essen, das weniger kostet. Wer nichts hat, muss seine Würde deshalb noch lange nicht verlieren. Nur die Reichen sehen verächtlich auf die Nichtbesitzer und ihr Essen."

Jedes Essen ist für Arme ein Genuss, Reinhard P. Gruber warnt denn auch, dieses Buch sei ein Ratgeber und kein Kochbuch. So beginnt dieser Ratgeber auch mit dem Butterbrot. Da wird mit einem Brotmesser eine Scheibe vom Bauernbrot abgeschnitten und dann begegnet mir, nach Jahrzehnten wieder, das Schnittlauchbrot ? wer erinnert sich nicht an die Kindheit, die in kargen Zeiten nicht mit Duplo oder anderem Süßkram

verschönt wurde, sondern mit einem Zuckerbrot? Der Autor rät davon ab, Staubzucker (Puderzucker) zu verwenden!

In diesem Buch erklärt der Autor deutlich, um was es geht: "das (ist) Essen, das immer wiederkehren soll, möglichst. Nicht jeden Tag, aber öfter als alles andere."

Da schon der Philosoph Ludwig Feuerbach richtig feststellte, dass der Mensch ist, was er isst, hat Gruber auch einiges zum Hunger in der Welt mitzuteilen, dazu die Globalisierung, die uns zu Weihnachten etwa Kirschen oder Erdbeeren bietet, die mit dem Zusatz "Flug" verkauft werden. Ein Glück, dass sich heute der "bessere Mensch" nicht besser ernährt und somit bei zartem handmassiertem Rinderfilet auf Linsenschäumchen an den Fressalien erstickt, die, weil ja zuerst das Fressen und dann die Moral kommt, zum Schlaganfall und Herzinfarkt führen ? denn: König Cholesterin regiert die Welt!

Es macht Spaß, in diesem Buch, ausgestattet mit einem feinen roten Lesebändchen, viel darüber zu lesen, dass Kochen und Essen wahre Sinnlichkeit ist.

Wenn jemand wissen will, wie man Polenta kocht, hilft dieses Kochbuch, auch wenn die Zeiten nicht hart sind. An die 60 Rezepte und Lebensmittel behandelt Gruber in diesem kleinen und handlichen Bändchen, das mit 18 Euro wirklich recht wohlfeil ist und eine völlig neue Sicht über Essen&Trinken vermittelt.

Wer sich noch an H.C. Artmann erinnert, diesen großen Dichter, der nicht nur mit seinen Mundartgedichten LeserInnen erfreute, sondern auch ein hervorragendes Erdäpfelgulasch kochen konnte, dem hilft Reinhard P. Gruber weiter, denn er hat hier ein ganz feines Erdäpfelgulaschrezept veröffentlicht. Übrigens: Erdäpfel sind Kartoffeln!

Zum Abschluss einen Buchauszug für jene, die nicht nur ein gutes Buch, sondern viel Neues über Lebensmittel, Rezepte und Kochen kennen lernen wollen:

"Ein Huhn, das in seinem Gefängnis darauf wartet, geschlachtet zu werden, muss ich nicht haben. Lieber ist mir Wild, das nicht gezüchtet werden kann und sehr plötzlich erschossen wird, scheinbar grundlos. Das Wild spaziert dahin, der Fasan, die Ente fliegt zu einem Teich und: Puff, puff, und das war das Leben, es hat zwar nicht das Ziel gehabt, vorzeitig zugrunde zu gehen, aber immerhin: es hat nicht gelebt, um vorzeitig zu verrecken, wie beispielsweise das Spanferkel oder das Kalb oder die Jungforelle. Mit der



# ***Sozialistische Zeitung***

Regentenstr. 57-59 · D-51063 Köln

Fon (02 21) 9 23 11 96 · Fax (02 21) 9 23 11 97

redaktion@soz-verlag.de · www.sozone.de

Entwicklung der Menschheit hat es immerhin zu tun, ein Tier zu erlegen. Auch wenn es das letzte Mal vor ein paar tausend Jahren notwendig war. Gut schmeckt es, ok, aber notwendig ist es nicht, dass der Mensch tötet, um zu leben. Heute nicht mehr. Wenn töten, dann Pflanzen. Pflanzen sind heute noch zum größten Teil ungeschützt. Der Mensch könnte wieder Pflanzenfresser werden. Zum Leben tät's reichen!"

Hier schreibt kein "Starkoch" oder einer, der sich im Fernsehen in zwei Minuten ein warmes Gericht von der Kochplatte runterholt. Hier gibt es verständliche Sprache, klare Gedanken und wichtige Erkenntnisse zu Lebensmitteln, zum Essen und wie man es, ob nun die Zeiten hart oder härter werden, zubereiten kann.