



Warum Fleisch den Menschen glücklich macht.

12.8.2009

Unser Geschmackssinn ist genetisch über Tausende Generationen hinweg geprägt worden. Er lässt uns instinktiv die Nahrung gern haben, welche unser Körper benötigt. In der ganzen menschlichen Entwicklungsgeschichte hat Fleisch deshalb eine wichtige Rolle gespielt.

Jeder hat es schon bei sich selbst festgestellt: Fleisch zu essen, ist ein positives Erlebnis. Je saftiger und vollmundiger, desto glücklicher wird man im Lauf eines gelungenen Mahls. Warum ist das so? Ganz einfach: Wir haben es in unseren Genen. Denn in vorgeschichtlichen Zeiten zogen die Menschen als Nomaden durch karge Gegenden, in denen nicht viel wuchs. Ihre Haustiere, mit deren Zähmung und Zucht erst vor rund 9000 Jahren begonnen wurde, waren damals ein wichtiger Speicher von Nährstoffen. Erst später wurde der Mensch sesshaft, begann mit der Kultivierung von Pflanzen – und behielt natürlich die Haustiere stets um sich herum. Der prominente Koch-Theoretiker Harold McGee schreibt in seinem massgebenden Buch «On Food and Cooking»: «Die wichtigste Befriedigung beim Fleischessen kommt aus der Biologie und aus unseren Instinkten. Ernährungstechnische Weisheit ist in das System unserer Sinne eingebaut, in unsere Geschmacksnerven, unsere Duftrezeptoren und in unser Gehirn.» Der Mensch hat sich über die Jahrhunderttausende auf energiereichen Zucker, lebenswichtige Spurenelemente, Aminosäuren als Bausteine für Eiweisse und energiereiche so genannte Nukleotide ausgerichtet. Nochmals Harold McGee: «Fleisch enthält all diese Dinge und schmeckt auch danach. Und im Gegensatz zu Pflanzen sind im Fleisch die Nährstoffe viel leichter zugänglich.» Ist es nicht faszinierend, wie sich menschliche Entwicklungsgeschichte auf einem einzelnen Teller erleben lässt?