

Schmorgemüse auf Reis

zu 1. Mose 1,29

GOTT GIBT ZUR SPEISE,

so heißt es im Schöpfungsbericht. Nachdem er den Menschen geschaffen hat, sorgt er auch dafür, dass er etwas zu essen hat. Gut so! Um nicht zu sagen: Gott sei Dank!

Offensichtlich war Gottes ursprüngliche Vorstellung von Nahrung aber – zumindest nach dem vorliegenden Bibelvers – vegan. Und das nicht nur für den Menschen, auch für die Tiere, denen er im Anschluss das »grüne Kraut« zur Nahrung zuweist.

Ob das gehen mag oder nicht, ob das gesund ist oder nicht, nur pflanzlich – das mögen vielleicht eher die verhandeln, die sich mit Ernährung auskennen, oder jeder für sich ausprobieren. Dass es schmecken kann, können Sie mit unserem Schmorgemüse auf Reis selbst probieren und erleben.

Die biblische Küche bleibt allerdings interessanterweise nicht vegan, ein paar Kapitel später in der Bibel (1 Mose 1,9), erweitert Gott den Speiseplan für den Menschen um tierische Produkte.

Ob wir heute vegan essen oder nicht – beides ließe sich also biblisch begründen.

Interessant ist, dass Gott hier, am Anfang, nicht einfach nur Pflanzen zur Nahrung gibt, sondern Pflanzen »die Samen bringen« und Bäume mit Früchten, »die Samen bringen«. Damit lässt sich ein Gedanke dieser im Schöpfungsbericht beschriebenen Lebensweise gut auf die heutige Küche, sei sie nun vegan oder nicht, übertragen: Der Mensch soll möglichst wenig Schaden anrichten mit seinem Tun! Denn wenn die Pflanze Samen trägt, so wird zumindest ihre Gattung nicht ausgerottet, wenn die Pflanze selbst auf dem Teller landet.

Die Antwort auf die ureigene Frage der Menschheit »Was oder wie sollen wir essen?« lautet also bei egal welcher Ernährungsform: So, dass die Welt keinen Schaden nimmt! Seht hin, bei dem, was und wie ihr esst: Rottet nicht aus dabei, geht sorgsam und wertschätzend mit dem um, was euch ernährt.

Achten Sie doch einmal darauf, wann Sie in Ihrem Alltag schon darauf Wert legen, dass die Welt keinen Schaden nimmt. Und vielleicht fällt Ihnen noch etwas ein, was Sie in diese Richtung tun können.



