



Liebe Leserinnen, liebe Leser, es war ein Mahl ...

... vor über 150 Jahren, da lebte die wohl berühmteste deutsche Kochbuchautorin, Henriette Davidis (gestorben 1876 in Dortmund). Ihr „Praktisches Kochbuch“ entwickelte sich zu „dem“ Kochbuch des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts. Es gehörte zur Grundausstattung vieler deutscher Haushalte. In Antiquariaten findet man heute noch Exemplare dieses Buches. Bei näherem Hinsehen fallen die vielen Anmerkungen und Abnutzungserscheinungen auf, die darauf schließen lassen, dass die Bücher häufig genutzt und innerhalb der Familie weitergegeben wurden. Zielgruppe der Kochbücher vor mehr als 100 Jahren waren in erster Linie Frauen, die – so schrieben die Verleger des großen Kochbuches – „immer in besonderem Maße einen Sinn für das Praktische und das Schöne hatten“.

Doch Kochbücher waren vom Ursprung her nicht nur Kochbücher, sondern immer auch zugleich Ratgeber, Erziehungs- und Bildungsprogramm. Sie wurden von den Frauen als Lehrbücher und Nachschlagewerke für das gesellschaftliche und praktische Leben, als Heiratsratgeber und „Gute Hausfrau“-Ratgeber genutzt. Hausfrau galt als Beruf, auf den frau vorbereitet werden musste. Zugegeben – aus heutiger Perspektive nicht ganz unkritisch, was die Rolle der Frau im letzten Jahrhundert anbelangte. Die Verfasserinnen großer Kochbücher, wie Henriette Davidis und Erna Zietzschmann, gaben immer auch wertvolle und „praktische Winke“, wie sie es nannten:

„Winke für Heiratslustige:

- › Wer beim Essen zwischen zwei Schwestern sitzt, wird bald heiraten.
- › Das Mädchen, das bald nach dem Essen abräumt, wird bald heiraten.
- › Wer beim Essen zuletzt aufhört, kommt nicht zum Heiraten.
- › Vor dem Kirchgang soll das Brautpaar eine Weinsuppe essen.
Wer zuerst mit dem Löffel hineinfährt, wird Herr im Hause“¹ .

¹ Zietzschmann: Das große Kochbuch. Gütersloh 1952, S. 20.



Mahl Zeit für mich

Aber auch für Männer gab es praktische Winke:

„Über das Vorschneiden des Fleisches. Nicht eher sollte ein Mann heiraten dürfen, als bis er jeden Braten geschickt und zweckmäßig zerlegen kann! Denn ist er genötigt, dies von alters her dem Hausherrn oder früher bei hohen Fürstlichkeiten besonders dazu bestellten Würdenträgern zukommende Amt der Hausfrau zu überlassen, wie will er dann noch das Regiment des Hauses festhalten?“²

Die praktischen Winke wollen wir gern in unserem Buch wieder aufleben lassen. Ein Kochbuch mit praktischen Tipps und Rezepten für jede Lebenslage: Leben, Lieben und Arbeiten und zwar à la carte. „À la carte“ kommt aus der Gastronomie und bedeutet so viel wie: „nach eigenen Wünschen und Vorstellungen selbst zusammengestellt“. Genauso, wie wir uns in einem guten Restaurant ein Gericht selbst aussuchen und nach unserem Geschmack zusammenstellen können, genauso können wir uns auch unsere verschiedenen Lebensbereiche zum großen Teil selbst zusammenstellen, um eine persönliche und berufliche Zufriedenheit zu erlangen. Damit dies einfacher gelingen kann, haben wir für Sie als Anregung unsere Rezepte mit einigen praktischen und delikaten Tipps garniert.

Wir wünschen Ihnen Guten Appetit!

*Kerstin & Christian Lüdke
& Andreas Becker
Köln und Lünen im August 2014*

² Davidis: Praktisches Kochbuch, Bielefeld und Leipzig: Verlag von Velhagen und Klasing 1896, S. 670.