Kölnische Zeitung
7./VI. 1915

Fleischarme Ernährung. Der Berliner Ernährungsphysiologe Prof. Max Rubner tritt in der Hygienischen Rundschau für eine Einschränkung des Fleischgenusses ein. Er sagt: Die Steigerung der Fleischpreise, über die auch schon vor dem Kriege häufig geklagt wurde, beruht nicht auf einem absoluten Mangel an Fleisch, sondern darauf, daß sich sein Verbrauch in den letzten Jahren weit über das nötige Maß gesteigert hat. Diese Steigerung rührt von dem Ende des verflossenen Jahrhunderts her. Die Landwirtschaft vermag einer solchen Steigerung der Nachfrage nicht nachzukommen. Der Bedarf steigt schneller als die Produktion. Der erhöhte Fleischgenuß bietet keinerlei Vorteile für die Volksernährung; im Gegenteil, die kalte Küche, das gestrichene Brot mit der Wurstauflage hat die in den ärmern Kreisen schon an und für sich daniederliegende Kochkunst noch weiter heruntergebracht. Der Vorschlag der Verminderung der Fleischernährung wird zu Unrecht von vielen Seiten als eine Bedrohung der Volksgesundheit angesehen; man behauptet, daß nur bei einer weitern Steigerung endlich befriedigende Verhältnisse zu schaffen seien. In der Tat gelangt man auf diesem Wege nicht zu einer Verbesserung der Volksernährung, sondern nur zu einer unsinnigen Fleischverschwendung. Es sei nur auf die Ernährungsweise auf dem flachen Lande verwiesen, um zu beweisen, daß auch bei geringerm Fleischgenuß keine Ernährungsschäden entstehen. Viele Bezirke gibt es noch, in denen an der fleischarmen Kost festgehalten wird, ohne daß etwa mangelnder Wohlstand dazu zwänge. Selbst dort, wo, wie in Nordtirol, Getreide wegen der hohen Lage wenig gebaut werden kann und man auf Kartoffeln angewiesen ist, wird ohne Nachteil nur wenig Fleisch verzehrt. Es liegt der Verzicht auf Fleisch auch nicht darin, daß es keines gibt, denn die Bevölkerung treibt Viehzucht zu Verkaufszwecken, die aber nicht in ihr das Verlangen nach Einführung der intensiven Fleischkost erweckt. Ohne streng fleischlos zu leben, ernähren sich die Bauern hauptsächlich von Milch, Eiern und Mehlspeisen sowie von Pflanzen. Nur einmal in der Woche, am Sonntag, wird Fleisch verzehrt. Nur das Frühstück hat sich unter dem Einfluß von außen bereits verändert. Statt einer dick eingekochten Suppe, wie sie die Tagelöhner noch allmorgendlich verzehren, ziehen sie schon den Kaffee vor. So wird die Ernährungsweise voraussichtlich so lange ausreichend und günstig sein, so lange die Bauern ihre Milch selbst verarbeiten. Mit der Errichtung von Zentralmolkereien, welche die Milchvorräte an sich ziehen, vollzieht sich notwendigerweise der Zusammenbruch der alten Lebensgewohnheiten, denn die Milch stellt in dieser Bauernkost ein wirkliches Nahrungsmittel dar. Wie man sieht, geht es auch ohne den täglichen Fleischgenuß: aber dann muß die Hausfrau auch gut kochen können, und daran fehlt es bei uns gerade in den Kreisen, die es am nötigsten hätten. Es wäre zu wünschen, daß auch die ärmern Klassen auf diese Weise einer Preissteigerung des Fleisches nicht wie einer Katastrophe entgegenzusehen brauchten.