

Geschmack braucht Zeit

Immer mehr Menschen entdecken die Langsamkeit beim Essen – in München sitzt die größte Slow-Food-Gruppe

Von Stefanie Erkeling

Sie hat keine Zeit. Das Telefon am Ohr, schiebt sich die junge Frau im hellen Hosenanzug den Rest ihrer Pizza in den Mund. Keine Zeit zum Kauen. Verdaut wird nur im Magen. Jetzt noch ein Dessert. Einen Cappuccino – to go. Sie bestellt mehr durch Fingerzeig als mit Worten. Beim Bezahlen ein angedeutetes Lächeln. Bitte. Danke. Servus. Nach kaum fünf Minuten verlässt die Frau im Hosenanzug das Geschäft wieder. Sie nimmt den rundlichen Mann nicht wahr, der auf dem Gehweg gerade sein Fahrrad befestigt. Sie ist mit ihren Gedanken längst woanders. Keine Zeit zum Schauen.

Johannes Bucej blickt der hübschen Frau mit dem schnellen Schritt schmunzelnd nach. Nein, das ist nicht seine Welt. Seine Uhr tickt anders. Der quirlige Mann mit der kleinen Brille und dem herzlichen Lachen widersetzt sich dem Geschwindigkeitswahn der Leistungsgesellschaft und lebt seine Version der Entschleunigung.

Ursprünge in Italien

An diesem Abend erwartet Bucej Gäste, die er mit einem Essen verwöhnen möchte. Auf dem Viktualienmarkt besorgt er die Zutaten für das Festmahl. Wann immer es geht, kauft er seine Lebensmittel bei regionalen Bioanbietern: „Man schmeckt den Unterschied. Geschmack braucht Zeit.“ Daher sind ihm Phänomene wie schnell gezüchtete Treibhaustomaten, die grün geerntet werden und während des wochenlangen Transportes in einer Kiste reifen, ein Graus. „Manchmal, wenn ich mit Menschen über meine Ansichten spreche, schauen die mich an, als sei ich übergeschnappt“, lacht Bucej und fügt ernst hinzu: „Dabei haben sehr viele Leute ein Bedürfnis nach gesundem Essen, mehr Ruhe, Gelassenheit und Selbstbestimmtheit.“

Vor fünfzehn Jahren stößt der leidenschaftliche Hobbykoch auf „Slow Food“, einen Verein „für mehr Lebensqualität und Genuss“, wie es in den Statuten heißt. Hier findet Bucej Menschen, die seine Philosophie teilen. Die Wurzeln von Slow Food liegen in Italien, wo sich 1986 etwa 60 Winzer und Gastronomen nahe Turin zusammenschlossen, um ein Zeichen gegen die Standardisierung des Geschmacks durch Fertiggerichte und Fast-Food-Ketten zu setzen. Die Idee trifft nicht nur Bucejs, sondern den Nerv vieler Menschen. Aus der kleinen Gruppe wird innerhalb weniger Jahre eine internationale Organisation mit mittlerweile mehr als 80 000 Mitgliedern und Unter-



Mehr Muße beim Essen, mehr Genuss: Auf diese Formel bringt Johannes Bucej seine Lebensphilosophie. Er ist Vorsitzender von Slow Food in München. Foto: rob

gruppen auf allen Kontinenten; in Deutschland wächst die Zahl der Mitglieder von anfangs 150 auf aktuell etwa 8000 an. Seit sieben Jahren ist der 46-Jährige Bucej Vorsitzender des Münchner Conviviums, der Tafelrunde, wie die Ortsgruppen liebevoll genannt werden. Das Münchner Convivium bildet mit etwa 670 Mitgliedern die größte Gruppe Deutschlands und die zweitgrößte weltweit.

Um die Tafel an diesem Abend zu füllen, führt ihn seine Einkaufsliste zunächst zum Geflügelstand. Man kennt sich; seit Jahren kauft Bucej hier ein. Er bestellt ein Hähnchen. Wie er es denn zubereiten möchte, fragt der Verkäufer. Mit Pastis und Knoblauch, antwortet Bu-

cej. „Ah, dann muss es freilich ein Tier sein, das über einen kräftigen Eigengeschmack verfügt.“ Die beiden Männer geraten ins Plaudern: Sie variieren Bucejs Rezept und diskutieren die neuesten Entwicklungen in der Geflügelhaltung. Zum Schluss verabschieden sie sich mit einem kräftigen Händedruck. Servus, bis zum nächsten Mal. Ohne jede Eile schlendert Bucej zum Gemüsestand und wirkt dabei, als hätte er nie anders gelebt. Tatsächlich jedoch ist es für ihn nicht immer leicht gewesen, seinen Weg zu finden: „Obwohl ich bereits seit Jahren Mitglied bei Slow Food war, ließ mich besonders der berufliche Stress nicht zur Ruhe kommen.“ Die Kehrtwende tritt ein, als er vor vier Jahren seine Stelle bei einem

Fernsehsender verliert. Nach dem ersten Schock die Entscheidung: „Das Leben ist jetzt und nicht erst nach dem Erwerbsleben.“ Kurzerhand macht er sich mit einer kleinen Medienagentur selbstständig – Schwerpunkt Publikationen und Veranstaltungen rund um die Themen Gastronomie und Genießen. „Ich bin glücklich darüber, dass ich diesen Schritt gewagt habe, obwohl es nicht immer leicht ist. Die Auftragslage schwankt und München ist ein teures Pflaster“, gibt er zu. Doch sofort huscht wieder ein schelmisches Lächeln über sein Gesicht: „Ich habe gelernt, wie gut man auch ohne unnötige Statussymbole wie ein dickes Auto, Fernreisen und eine Penthouse-Wohnung leben kann.“ Zeit zum Leben, für ein liebevoll zubereitetes Essen, ein Gespräch mit Freunden – das ist seine Interpretation von Luxus. All dies ist ihm nun möglich.

Bucej ist auf seinem Weg der Langsamkeit und des genussvollen Essens angekommen. Doch vielen Menschen fällt es schwer, einen Anfang zu finden. Da es mit steigendem Alter immer schwieriger wird sich umzustellen, engagieren sich die Münchner Slow Food Mitglieder verstärkt in der Kinder- und Jugendarbeit: Mit dem „Slow Mobil“, einem zur Küche umgebauten Bauwagen, sollen Kinder den Spaß am gemeinsamen Kochen und Essen erfahren. Dabei stellen die Ehrenamtlichen immer wieder fest, dass nicht wenige Kinder mehr Erfahrungen mit Fertiggerichten als mit selbst zubereitetem Essen haben, weil die Eltern zuhause nichts selbst zubereiten. „Das ist teilweise echte Entwicklungsarbeit“, seufzt Bucej. „Die Menschen verlernen schlichtweg, wie man ein gesundes Essen kocht.“

Das Hähnchen hat die liebevolle Zubereitung und den einstündigen Aufenthalt im Ofen bestens überstanden, das Fleisch zergeht förmlich auf der Zunge. Leise klappert das Besteck auf den Tellern. Beinahe ehrfürchtig führen die Gäste die Gabeln zum Mund; langsam und sorgfältig kauen sie jeden Bissen. Vereinzelt ist ein genießerisches Seufzen zu hören, während einige Gäste angeregt über das neue Gentechnikgesetz diskutieren. Ein unwiderstehlicher Duft von Fleisch, Kräutern und Gewürzen schwebt in der Luft. Johannes Bucej lehnt sich zufrieden zurück, schwenkt sachte sein Weinglas und nimmt dann einen tiefen Schluck. Das ist seine Welt und er ist froh, ein Teil von ihr zu sein.

Mehr Informationen über die Slowfood-Bewegung und aktuelle Termine der Münchner Gruppe stehen im Internet unter www.slowfood.de.

Geschmack braucht Zeit

Immer mehr Menschen entdecken die Langsamkeit beim Essen – in München sitzt die g

Von Stefanie Erkeling

Sie hat keine Zeit. Das Telefon am Ohr, schiebt sich die junge Frau im hellen Hosenanzug den Rest ihrer Pizza in den Mund. Keine Zeit zum Kauen. Verdaut wird nur im Magen. Jetzt noch ein Dessert. Einen Cappuccino – to go. Sie bestellt mehr durch Fingerzeig als mit Worten. Beim Bezahlen ein angedeutetes Lächeln. Bitte. Danke. Servus. Nach kaum fünf Minuten verlässt die Frau im Hosenanzug das Geschäft wieder. Sie nimmt den rundlichen Mann nicht wahr, der auf dem Gehweg gerade sein Fahrrad befestigt. Sie ist mit ihren Gedanken längst woanders. Keine Zeit zum Schauen.

Johannes Bucej blickt der hübschen Frau mit dem schnellen Schritt schmunzelnd nach. Nein, das ist nicht seine Welt. Seine Uhr tickt anders. Der quirilige Mann mit der kleinen Brille und dem herzlichen Lachen widersetzt sich dem Geschwindigkeitswahn der Leistungsgesellschaft und lebt seine Version der Entschleunigung.

Ursprünge in Italien

An diesem Abend erwartet Bucej Gäste, die er mit einem Essen verwöhnen möchte. Auf dem Viktualienmarkt besorgt er die Zutaten für das Festmahl. Wann immer es geht, kauft er seine Lebensmittel bei regionalen Bioanbietern: „Man schmeckt den Unterschied. Geschmack braucht Zeit.“ Daher sind ihm Phänomene wie schnell gezüchtete Treibhaustomaten, die grün geerntet werden und während des wochenlangen Transportes in einer Kiste reifen, ein Graus. „Manchmal, wenn ich mit Menschen über meine Ansichten spreche, schauen die mich an, als sei ich übergeschnappt“, lacht Bucej und fügt ernst hinzu: „Dabei haben sehr viele Leute ein Bedürfnis nach gesundem Essen, mehr Ruhe, Gelassenheit und Selbstbestimmtheit.“

Vor fünfzehn Jahren stößt der leidenschaftliche Hobbykoch auf „Slow Food“, einen Verein „für mehr Lebensqualität und Genuss“, wie es in den Statuten heißt. Hier findet Bucej Menschen, die seine Philosophie teilen. Die Wurzeln von Slow Food liegen in Italien, wo sich 1986 etwa 60 Winzer und Gastronomen nahe Turin zusammenschlossen, um ein Zeichen gegen die Standardisierung des Geschmacks durch Fertiggerichte und Fast-Food-Ketten zu setzen. Die Idee trifft nicht nur Bucejs, sondern den Nerv vieler Menschen. Aus der kleinen Gruppe wird innerhalb weniger Jahre eine internationale Organisation mit mittlerweile mehr als 80 000 Mitgliedern und Unter-



Mehr Muße beim Essen, mehr Genuss: Auf diese Formel bringt Johannes Bucej seine Lebensphilosophie. Er ist Vorsitzender von Slow Food in München. Foto: rob

gruppen auf allen Kontinenten; in Deutschland wächst die Zahl der Mitglieder von anfangs 150 auf aktuell etwa 8000 an. Seit sieben Jahren ist der 46-Jährige Bucej Vorsitzender des Münchner Conviviums, der Tafelrunde, wie die Ortsgruppen liebevoll genannt werden. Das Münchner Convivium bildet mit etwa 670 Mitgliedern die größte Gruppe Deutschlands und die zweitgrößte weltweit.

Um die Tafel an diesem Abend zu füllen, führt ihn seine Einkaufsliste zunächst zum Geflügelstand. Man kennt sich; seit Jahren kauft Bucej hier ein. Er bestellt ein Hähnchen. Wie er es denn zubereiten möchte, fragt der Verkäufer. Mit Pastis und Knoblauch, antwortet Bu-

cej. „Ah, dann muss es freilich ein Tier sein, das über einen kräftigen Eigengeschmack verfügt.“ Die beiden Männer geraten ins Plaudern: Sie variieren Bucejs Rezept und diskutieren die neuesten Entwicklungen in der Geflügelhaltung. Zum Schluss verabschieden sie sich mit einem kräftigen Händedruck. Servus, bis zum nächsten Mal. Ohne jede Eile schlendert Bucej zum Gemüsestand und wirkt dabei, als hätte er nie anders gelebt. Tatsächlich jedoch ist es für ihn nicht immer leicht gewesen, seinen Weg zu finden: „Obwohl ich bereits seit Jahren Mitglied bei Slow Food war, ließ mich besonders der berufliche Stress nicht zur Ruhe kommen.“ Die Kehrtwende tritt ein, als er vor vier Jahren seine Stelle bei einem

Fe
Sc
ist
we
mi
stä
un
me
bir
Sc
me
sch
Pfl
wi
sei
ma
wi
Pe
zu
Es
ist
die
:
ke
ko
sch
mi
wi
die
stä
Mi
ur
de
Es
ar
we
Fe
ter
nic
se
cej
we
:
rei
im
Fl
Le
ler
te
so
zel
rer
da
Ein
Kr
Lu
de
gl
Sc
fr
.
Sl
ne

t

rt die größte Slow-Food-Gruppe

Fernsehsender verliert. Nach dem ersten Schock die Entscheidung: „Das Leben ist jetzt und nicht erst nach dem Erwerbsleben.“ Kurzerhand macht er sich mit einer kleinen Medienagentur selbstständig – Schwerpunkt Publikationen und Veranstaltungen rund um die Themen Gastronomie und Genießen. „Ich bin glücklich darüber, dass ich diesen Schritt gewagt habe, obwohl es nicht immer leicht ist. Die Auftragslage schwankt und München ist ein teures Pflaster“, gibt er zu. Doch sofort huscht wieder ein schelmisches Lächeln über sein Gesicht: „Ich habe gelernt, wie gut man auch ohne unnötige Statussymbole wie ein dickes Auto, Fernreisen und eine Penthouse-Wohnung leben kann.“ Zeit zum Leben, für ein liebevoll zubereitetes Essen, ein Gespräch mit Freunden – das ist seine Interpretation von Luxus. All dies ist ihm nun möglich.

Bucej ist auf seinem Weg der Langsamkeit und des genussvollen Essens angekommen. Doch vielen Menschen fällt es schwer, einen Anfang zu finden. Da es mit steigendem Alter immer schwieriger wird sich umzustellen, engagieren sich die Münchner Slow Food Mitglieder verstärkt in der Kinder- und Jugendarbeit: Mit dem „Slow Mobil“, einem zur Küche umgebauten Bauwagen, sollen Kinder den Spaß am gemeinsamen Kochen und Essen erfahren. Dabei stellen die Ehrenamtlichen immer wieder fest, dass nicht wenige Kinder mehr Erfahrungen mit Fertiggerichten als mit selbst zubereitetem Essen haben, weil die Eltern zuhause nichts selbst zubereiten. „Das ist teilweise echte Entwicklungsarbeit“, seufzt Bucej. „Die Menschen verlernen schlichtweg, wie man ein gesundes Essen kocht.“

Das Hähnchen hat die liebevolle Zubereitung und den einstündigen Aufenthalt im Ofen bestens überstanden, das Fleisch zergeht förmlich auf der Zunge. Leise klappert das Besteck auf den Tellern. Beinahe ehrfürchtig führen die Gäste die Gabeln zum Mund; langsam und sorgfältig kauen sie jeden Bissen. Vereinzelt ist ein genießerisches Seufzen zu hören, während einige Gäste angeregt über das neue Gentechnikgesetz diskutieren. Ein unwiderstehlicher Duft von Fleisch, Kräutern und Gewürzen schwebt in der Luft. Johannes Bucej lehnt sich zufrieden zurück, schwenkt sachte sein Wein- glas und nimmt dann einen tiefen Schluck. Das ist seine Welt und er ist froh, ein Teil von ihr zu sein.

Mehr Informationen über die Slowfood-Bewegung und aktuelle Termine der Münchner Gruppe stehen im Internet unter www.slowfood.de.

ucej
: rob

Tier
nge-
rge-
icejs
Ent-
Zum
nem
zum
uert
: da-
Tat-
mer
den:
glied
ders
com-
er
nem