

# Inhalt

1. Einleitung: Gesellschaften sind so, wie sie essen ..... 19

## **Brücken: Von der Natur der Ernährung zur Kultur des Essens**

2. Naturgegeben oder kulturell gestaltet?  
Zur Anthropologie des Essens ..... 32
  - 2.1 Die „natürliche Künstlichkeit“ des Menschen ..... 40
  - 2.2 Das Doppelverhältnis von Natur und Kultur:  
Ernährungs- und Essweise ..... 44
  - 2.3 Was ist am Essen natürlich, was psychisch und was sozial?..... 49
3. Ernährungswissen, Ernährungslehren und Ernährungswissenschaft .... 57
  - 3.1 Antike Diätetik: ausgewogene Ernährung und  
gerechte Verteilung ..... 58
  - 3.2 Naturwissenschaftliche Fundierung des Ernährungswissens ..... 62
    - 3.2.1 Was ist die Quelle der Muskelkraft?  
Über die Entdeckung der Nahrungskalorie..... 64
    - 3.2.2 Was braucht ein „mittlerer Arbeiter“?  
Kostsätze und Mindesteinkommen..... 67
  - 3.3 Die Ernährungsforschung als wissenschaftliche Disziplin..... 69
  - 3.4 Lehren von der „gesunden Ernährung“ ..... 75
  - 3.5 Diät leben – als Instrument sozialer Distanzierung ..... 77
4. Essen – eine Sache des Geschmacks und des Genusses ..... 81
  - 4.1 Sinnliche Synthese und praktischer Gebrauch ..... 84
  - 4.2 Sozialer Sinn und Gebrauch ..... 87
  - 4.3 Riechen und Schmecken ..... 89
    - 4.3.1 Über den Geruch..... 89
    - 4.3.2 Über den Geschmack..... 91
  - 4.4 Genusschance – die Einmaligkeit des Essens ..... 96

## **Auf dem Ufer der Kultur: Wie Essen sozial differenziert und integriert**

5. Essbar oder nicht essbar? Die Nahrung als kulturelles und  
soziales Zeichen ..... 100
  - 5.1 Zum Zeichencharakter der Nahrung..... 102
  - 5.2 Heilige Kühe, unreine Schweine –  
über religiöse Bedeutungen ..... 107
    - 5.2.1 Prozesse der Säkularisierung der Nahrungszeichen ..... 114

5.3	Schmeckt das, wozu man ohnehin sozial verdammt ist? Über sozial differenzierende Zeichen.....	117
5.3.1	Zart und exquisit oder schwer und nahrhaft – zwei sozial strukturierte Geschmacksmuster.....	119
5.3.2	Luxus- contra Notwendigkeitsgeschmack.....	122
5.3.3	Der Geschmack an Pflanzlichem – antihierarchischer Protest und gegenkulturelle Opposition.....	125
5.4	Weibliches und Männliches rund ums Essen.....	130
6.	Küchen einigen und trennen: Kochen als kulturelles und soziales Phänomen.....	133
6.1	Das „Core-Fringe-Leguminous-Model“.....	136
6.2	Ähnlichkeiten der Küchen: Zentrum und Peripherie.....	140
6.3	Die Gleichheit des Mahls und die Gleichheit der Esser.....	148
6.4	Die „Erfindung“ von Küchen am Beispiel von National-, Regional- und Migrationsküchen.....	158
6.4.1	National- und Regionalküchen am Beispiel der französischen Küchen.....	163
6.4.2	Die Gleichförmigkeit von sozialen und kulinarischen Abwertungen: die Küchen der Migranten.....	169
7.	Mahlzeiten und Tischgemeinschaften: Soziale Situationen des Essens.....	179
7.1	Warum essen Menschen gemeinsam?.....	182
7.2	Die soziale Institution der Mahlzeit.....	189
7.3	Alltägliche Mahlzeiten.....	198
7.3.1	Das Tischgespräch.....	201
7.3.2	Die täglichen Mahlzeiten außerhalb des Haushalts.....	203
7.4	Außeralltägliche Mahlzeiten.....	208
<b>Eroberungen der Moderne: Ökonomisierung, Politisierung, Moralisierung und Re-Integration</b>		
8.	Ökonomisierung: Produktion und Verarbeitung von Lebensmitteln.....	218
8.1	Schritte der Verstetigung der Nahrungsproduktion.....	221
8.2	Handwerkliche und industrielle Lebensmittelverarbeitung.....	227
8.3	Agro-alimentäre Industrie: Neue Technologien, globalisierte Produktion und Ready-to-eat-Produkte.....	233
9.	Zwischenrufe: Schlechtes Essen ( <i>la malbouffe</i> ), Skandale und ungesunde Ernährung.....	241
9.1	<i>La malbouffe</i> – das schlechte Essen.....	242
9.2	Krisen und Skandale.....	244
9.3	Eigene Ernährungsverantwortung.....	246
9.4	Variationen der Moralisation des Essens.....	248

10. Politisierung und Verrechtlichung: Regulierung der Produktion und des Handels .....	250
10.1 Regulierung der Produktion: das Lebensmittelrecht .....	254
10.2 Regulierung von Agrarmärkten: Schutz der heimischen Landwirtschaft.....	260
10.3 Regulierung von Lebensmittelmärkten: Schutz der heimischen Lebensmittelproduzenten .....	263
10.4 Mediale Skandalisierung und Politisierung durch Krisen .....	267
10.5 Risiko und Vorsorge – ein neuer rechtlicher Grundkonsens? ....	274
11. Moralisierung des Essens – Normierungen der Ernährung.....	280
11.1 Grundmuster der gegenwärtigen Essmoral .....	282
11.2 Essmoral als Achtungs- und Verachtungskommunikation.....	288
11.3 Die Normierungen der Ernährung – Regulierungen des Verhaltens.....	293
11.4 Exkurs: Ernährungspyramiden.....	297
12. Re-Integrationen: lokal produziert, vertraute Lebensmittel und verantwortungsvoll genossen.....	303
Literatur.....	313