

Kirche in 1Live | 25.01.2014 floatend Uhr | Annette Schmitz-Dowidat

Vegan

Mein Freund Kai ist jetzt Veganer. Er ist kein Fleisch und nichts von Tieren. Das hat er neulich auf einer Party verkündet. Und meinen leckeren Nudelsalat wegen der Joghurt-Mayonnaise-Soße nicht angerührt.

Na, dachte ich, jetzt wird es ja kompliziert. Die gemeinsamen Kochabende können wir wohl vergessen. Kneipe geht hoffentlich noch, Bier ist ja glücklicherweise vegan.

Ich selbst schlage mich als Flexitarier durch – so heißt man als Teilzeitvegetarier, der nur gelegentlich Fleisch isst, und dann in Bioqualität.

Doch gleich ganz vegan leben? Die Schauspielerin Natalie Portmann macht es, und auch Thomas D. von den Fantastischen Vier. Immer mehr Köche kreieren vegane Rezepte und im Buchladen habe ich neulich ein veganes Kochbuch entdeckt – das scheint geradezu ein Trend zu sein.

Veganer sind meist Überzeugungstäter. Tierquälerei und Umweltzerstörung lassen sie nicht kalt, sie stellen ihre Ernährung um und sagen damit: auch als Einzelner kann man was tun, sich dafür einsetzen, dass Gottes Schöpfung bewahrt wird.

Ich finde das bewundernswert, aber ich bin noch nicht so weit. Manchmal schmeckt mir halt auch Bio-Fleisch.

Gestern habe ich lecker gekocht. Zur Vorspeise gab es eine Kürbis-Ingwer-Suppe, als Hauptgang eines meiner Lieblingsgerichte: Couscous mit Tofu und Gemüse, garniert mit der scharfen Chilisoße aus dem Asia-Shop.

Hinterher habe ich erstaunt festgestellt: hoppla, das war ja vegan!

Sprecher: Daniel Schneider