



„Der Mensch bedarf zu seinem Leben vor allem Wasser, Feuer, Eisen, Salz, Mehl, Milch, Honig, Wein, Öl und Kleider.“ Jesus Sirach 26, 31

Gibt es Kartoffeln in der Bibel?

Nein, natürlich nicht, weil die Kartoffeln nicht aus Israel oder dem Nahen Osten oder Nordafrika stammt. In der Bibel wird nur von Pflanzen berichtet, die die Menschen vor Ort kannten oder wenigstens hatten sie von den Pflanzen schon einmal gehört, die in den Texten erwähnt werden.

Die Bibel ist aber voller Geschichten, die uns etwas über „Essen und Trinken“ erzählen, denn damals wie heute gilt: Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen. Neben zahlreichen Speisevorschriften (vor allem im Buch Levitikus; 3. Buch Mose) finden wir in der Bibel viele Berichte, warum Menschen miteinander gegessen haben.

Es wurde gefeiert und gegessen,

- wenn ein Kind geboren wurde oder ein Geburtstag (Gen 40, 40, Hi 1,4)
- wenn ein Kind nicht mehr gestillt wird (Entwöhnungsfeier Gen 21)
- wenn zwei Menschen einander die Ehe versprochen haben (Gen 29, 22; Ri 14)
- wenn ein Mensch beerdigt wurde (Jer 16,7; Ez 24, 17;22).

Menschen, die miteinander essen und trinken setzen ein Zeichen für Gemeinschaft und gegenseitiges Vertrauen. Essen und Trinken werden zu einem Synonym für Wohlergehen und Lebensfreude. Wer nicht mit am Tisch sitzt, gilt als sozial ausgegrenzt.

Nicht Essen und Trinken zu können sind auch (An-)Zeichen von Kummer und Trauer, Klage, Wut und Zorn, aber auch Zeichen einer Bereitschaft zur Buße, zur Nachdenklichkeit, einer Bereitschaft Wege neu zu denken. Kehrt der Appetit zurück, wird deutlich, dass das Problem sich gelöst hat.

Was haben die Menschen damals gegessen?

Getreide und *Hülsenfrüchte* sind die wichtigsten Nahrungsmittel: Weizen, Gerste, Emmer (Ex 9, 32; Jes 28, 25), Hirse (Ez 4,9), Linsen (Gen 25,34) und Bohnen (2Sam 17,28; Ez 4,9). Frisch geerntetes Getreide wurde gerne geröstet oder zerstoßen, mit Wasser versetzt und einer Prise Salz wurde daraus eine Grütze, heute würden wir eher Porridge dazu sagen (Ruth 2, 9-14). Aus den Körnern ausreichend Mehl mit einer Handmühle zu mahlen war eine sehr anstrengende Aufgabe. Um ausreichend Mehl für eine Familie zum Frühstück zu mahlen, musste die Frau des Hauses ca. drei, vier Stunden arbeiten (Mt 6,11). Zum Abendessen auch. Viele Familie lebten als Halbnomaden. Mehl wurde nicht im verarbeiteten Zustand transportiert, denn die Gefahr, dass das Mehl mit Sand verschmutzt wurde, war zu groß. Brot wurde aus Mehl, Wasser und Salz hergestellt, oder auch mit Sauerteig, Öl, Weinessig und Kräutern. Brot hat in der Bibel eine hohe Symbolkraft. Das hebräische Wort für Brot – Lähäm – kann auch für Nahrung an sich stehen. Zum Brot oder zur Grütze gab es je nach Saison und längst nicht so üppig wie heute: Zwiebeln, Lauch, Kraut, Gurken, Kapern. Die Bibel berichtet von einem großen Angebot von Früchten: Granatäpfel, Feigen, Weintrauben, Äpfel, Datteln,



Melonen und Oliven. Es wird von Mandeln, Nüssen und Pistazien berichtet. Getrocknete Früchte wie Feigen, Datteln und Rosinen waren als Süßigkeiten und Vitamine für die Obst arme Zeiten beliebt. Honig und eingekochter Fruchtsirup dienten als Süßungsmittel. Salz und Kräuter wie Koriander, Kümmel, Safran und Zimt gaben dem Essen, aber auch dem Wein, die nötige Würze. Zum Essen wurde in der Regel leicht vergorener Most oder eine Art Essiglimonade gereicht. Reines Wasser war auch beliebt, aber es wurde gekocht und lauwarm getrunken, um sich nicht den Magen zu verderben. Schafs- und Ziegenmilch wurde entweder von den Lämmern selbst getrunken oder wurde verarbeitet zu Butter oder Käse. Kuhmilch gab es nur dort, wo die Kühe auch ausreichend Grünfutter und Wasser fanden und auch diese Milch wurde eher weiterverarbeitet als getrunken.

Fleisch gab es natürlich auch, aber es wurde eher von der wohlhabenden Schicht regelmäßig verzehrt, gekocht oder gebraten (Ex 12,9). Wurde ein Tier geschlachtet, musste vorher sichergestellt werden, dass genügend Personen beim Essen dabei sein werden, damit nichts übrigbleibt. Neben Schaf, Ziege und Rind, wurde auch Wild (Gazelle, Dammhirsch, Steinbock), Geflügel und Fisch verzehrt. Als Eier wurden Wildeier verzehrt, die man in Gelegen fand. Erst im 1. Jh vor Chr. wurde das Huhn domestiziert.

Schauen wir uns die ersten Kapitel im 1. Buch Mose an stellen wir fest: Ursprünglich waren Menschen Pflanzenfresser (Gen 1, 29), dann wurde das Essen von Tieren doch erlaubt (Gen 6, 5.12; 8,21; 9, 1-7). Allerdings soll kein Blut verzehrt werden, da in biblischer Vorstellung das Blut der Sitz des Lebens ist.

Grundsätzlich mussten Lebensmitteln zügig verarbeitet werden, da es kaum Kühlungsmöglichkeiten gab. In der Regel wurde das Fleisch gekocht oder gebraten; auf offenem Feuer wurde eigentlich nur das Passahlamm zubereitet. Lebensmittel haltbar gemacht durch trocknen, räuchern oder pökeln. Auch wenn Lebensmittel haltbar gemacht wurden, gab es nicht zu jeder Jahreszeit alles. Und natürlich gab es einen großen Unterschied zwischen Alltags- und Feiertagsessen.

Mit Messer und Gabel?

Die Menschen in biblischer Zeit aßen meistens mit den Händen. Deshalb waren die Reinheitsvorschriften, die sich in der Bibel finden auch so wichtig: Sie sollten verhindern, dass die Menschen krank werden. Die Menschen sitzen um eine gemeinsame Schüssel herum, nehmen auch Brot zur Hilfe, um zum Beispiel Sauce oder Suppe aufzusaugen. In gehobenen Haushalten kennt man allerdings auch Messer und große Fleischgabeln, sowie andere Küchenutensilien.

In der Regel gab es zwei Mahlzeiten am Tag morgens und abends, tagsüber nur eine Zwischenmahlzeit, wenn es die Arbeit erlaubte. Zur Zeit des Neuen Testaments hat sich die römische Art und Weise des Liegens bei Tisch durchgesetzt. In der Regel wurde das gemeinsame Essen mit einer eröffnenden Geste begonnen, um den Gemeinschaftscharakter der Mahlzeit zu betonen. Archäologische Funde haben gezeigt, dass es in größeren Städten auch Garküchen gab, sozusagen ein antikes Schnellrestaurant.



Haben alle Menschen um einen Tisch gegessen?

Wenn Menschen um einen Tisch versammelt sind, bedeutet es in der biblischen Welt, dass sie dazugehören: zu einer Familie, zu einer Sippe, einem Freundeskreis, einer gesellschaftlichen Schicht. Die antike Gesellschaft hat sehr darauf geachtet, dass die Menschen unter sich blieben – die Armen bei den Armen, die Reichen bei den Reichen. Mahlzeiten haben soziale Grenzen definiert.

Wenn von Jesus in der Bibel erzählt wird, dass er mit Zöllnern und Sündern, Menschen außerhalb „der guten Gesellschaft“ an einem Tisch gegessen hat, war das für die Menschen damals ein Skandal. Hat Jesus die Massen gespeist, wurde er zum Wohltäter hochgejubelt.

Saat und Ernte – echte Handarbeit

In der Bibel lesen wir Geschichten von Menschen, die im Bereich des Ersten Testaments vor allem in halbnomadischen Gesellschaften lebten. Es gab ein festes Zelt, aber Hirten mussten mit den Tieren zu Weideplätzen ziehen. Aufwändiges Kochen war da nicht möglich und nur das, was da war konnte überhaupt verzehrt werden. Bauern haben zuerst für sich und die Versorgung ihrer Familien angebaut, Überschüsse konnten verkauft werden. Je nach Region war Landwirtschaft einfacher oder schwieriger möglich. Schweres Gerät wie Trecker gab es natürlich nicht um den Boden zu bearbeiten.

Mit einem Grabstock wurde der Boden vorbereitet. Mit den Händen wurde der Acker von Steinen befreit. Die Saat wurde ausgebracht und danach unterpflügt. Mit Sichel wurden die Ähre später geschnitten (Dtn 16, 9; 23,6), gesammelt (Ruth 2, 8.23) und zu Garben gebunden (Gen 37,7). Ist das Getreide trocken genug, wird es auf den Wagen geladen (Am 2,3) und zum Dreschplatz/ Tenne gebracht (Dtn 16,13; Mi 4, 12). Dies war ein ebener Platz (Jer 51,33), lag häufig in der Nähe des Tores (1Kö 22,10). Wichtig war, dass der Dreschplatz östlich des Ortes lag, weil in Palästina sommerlicher Westwind herrscht. Die Spreu würde über die Ortschaft verweht werden. Die Ähren werden mit Dreschschlitten (Jes 28, 27) oder mit Stöcken geschlagen (Ri 6,11; Rut 2,17) oder Tiere treten mit ihren Hufen darauf (Dtn 25, 4; Jes 28, 28). Zum Schluss werden die Körner und die Spreu durch Worfeln getrennt. Mit einer Worfelgabel wird alles in die Höhe geworfen und der Wind wird zum Trennmittel (Geworfelt Jer 15, 7; Rut 2,3). Am Ende liegen drei Haufen bereit: die guten *Körner*, *Strohstoppeln*, zum Anzünden von Feuer und Herstellung von Lehmziegeln, sowie *Häcksel*, die als Tierfutter und auch zur Herstellung von Lehmziegeln verwendet werden. Wertlose Spreu verwehte der Wind (Hos 13,3).