

Wir essen *mobil!*



Klar kochen wir gerne selber.
Manchmal muss es aber auch anders gehen.
Das war schon immer so. Egal ob
unterwegs oder geliefert, die schnelle Küche ist
keine Entwicklung des 20. Jahrhunderts.
Schon in der Antike aßen die Römer ihre Pasteten
und Tintenfische mit Vorliebe in öffent-
lichen Garküchen und aus Indien stammt der
älteste Lieferservice der Welt.

TEXT: DORIS NEUBAUER FOTO: KATHRIN KOSCHITZKI

DIE UHR TICKT. ES HERRSCHT GESCHÄFTIGES TREIBEN. Plötzlich öffnet sich die Tür. Die Freude darüber ist riechbar. Sie duftet nach Reis, Karotten, Linsenpüree. Szenen wie diese spielen sich täglich in Mumbai ab: Punkt halb eins erhalten 200.000 Berufstätige in der größten indischen Stadt ihr Mittagessen. Gekocht von ihren Müttern oder Frauen und zugestellt vom „besten Logistikunternehmen der Welt“, so das „Forbes Global Magazine“: den Dabbawallahs.

Letztere sind vor über 120 Jahren entstanden: aus der Not, denn in Mumbai leben unzählige Ethnien und Glaubensgemeinschaften. Und damit existieren ebenso viele kulinarische Neigungen und religiöse Essenvorschriften. Deshalb kam ein Geschäftsmann auf die Idee, Mittagessen zu liefern. Das Essen wird zuhause gekocht, von Trägern – Dabbawallahs – abgeholt und zu Fuß, per Fahrrad sowie mit dem Zug an den Arbeitsplatz und wieder zurück gebracht. Es ist ein ausgeklügeltes System, über das selbst Wirtschaftswissenschaftler staunen: darüber, dass die Zustellung mittels Buchstaben-, Farb- sowie Zahlen-Codes funktioniert. Vor allem aber darüber, dass von 16 Millionen Essensbehältern nur einer verloren geht oder beim Falschen landet.

AUCH IN EUROPA HABEN LIEFERDIENSTE TRADITION: In den 1940er Jahren versorgte die britische Wohlfahrtsorganisation Women's Voluntary Service pflegebedürftige Menschen mit Nahrungtem. „Essen auf Rädern“ war geboren. Das Angebot blieb bald nicht mehr nur sozial Bedürftigen vorbehalten. Neue Gesellschaftsstrukturen beeinflussen unser Ess- und Kochverhalten insgesamt. In Mittel- und Westeuropa schrumpfen die Haushaltsgrößen und damit die Zahl der Esser pro Haushalt. Zudem sind wir heute wesentlich mobiler als noch vor 50 Jahren. Betrachtet man die Ergebnisse einer aktuellen market-Umfrage, wächst der Bedarf an Nahrungslieferanten. Zwar schwören 94 Prozent der Österreicher auf eine warme Mahlzeit am Tag, die Zeit und Gelegenheit, selbst am Herd zu stehen oder sich Gedanken über das Essen zu machen, haben nur mehr 38 Prozent täglich. Auf die Eigenschaften bewusst, gesund und nahrhaft wollen wir aber in unserem Speiseplan nicht verzichten. Gut, dass immer mehr Restaurants, aber auch Imbisse und Zuhörer zur gesunden Ernährung beitragen möchten. Wie „Erna & Co“: Hinter diesem klingenden Namen steckt „ein knallroter

Anhänger und die Idee, hausgemachte schwäbische Küche direkt auf die Hand zu servieren“, erklären die beiden Gründer Florian Romer und Frédéric Bierbrauer. Mit ihrem sogenannten Food-Truck tingeln die beiden im wöchentlichen Turnus durch Stuttgarter Industriegebiete oder zu Privat- und Firmenfesten, jedenfalls direkt zu ihren potenziellen Kunden. Dabei setzen die selbsterntannten „Maultaschenmanager“ ganz bewusst auf regionale Hausmannskost: „Unsere Produkte sind nach dem Rezept unserer Eltern und Großeltern zubereitet“, erklärt Frédéric. Das Konzept des Food-Trucks haben die beiden BWL-Absolventen auf einer Kanadareise kennengelernt. „Das war eine klassische Schnapsidee“, geben die beiden heute zu. Aber die Zeichen stehen voll auf Expansion, ganz aktuell ist Christian Gohl als dritter Mann mit an Bord gegangen. Wo ERNA zu finden ist, kann man online nachlesen oder den pfiffigen Anhänger direkt zu sich bestellen.

WÄHREND „ERNA & CO“ noch ein Auto brauchen, um den Anhänger von A nach B zu transportieren, setzt der Wiener Lieferdienst „Rita bringt's“ auf zwei statt auf vier Räder: Die vegetarischen Mittagsgerichte werden auf Lastenfahrrädern transportiert. Das Besondere am Wiener Start-up ist aber nicht die Zustellung, schließlich liefert das Restaurant „Elefant & Castle“ seit Jahren seine Gerichte per Fahrradbotendienst aus. „Der Unterschied ist sicher unser Gesamtkonzept“, erklärt Mitgründerin Rita Huber. „Die Kombination aus vegetarischem Lieferservice, biologischen Zutaten, selbst gekocht und umweltfreundlicher Lieferung per Rad ist das Spezielle. Außerdem weiß man bei uns, woher das Essen kommt, dass es frisch zubereitet wurde und wer das getan hat!“ Erinnert an die Dabbawallahs, oder?

DAS GENUSSVOLL SELBST GEMACHTES SCHNELL BEI DER HAND SEIN KANN, das beweisen auch die Wiener „Wrapstars“. Trotzdem nehmen sich Marko und seine Kollegen in der Küche sogar gerne stundenlang Zeit: „Nur so können wir unsere Wraps dann in weniger als einer Minute an den Kunden bringen.“ Seit 2011 verkauft er mit Kollegen Matthias im Foodtruck hochwertige Suppen und Wraps – oder wie es bei den Wrapstars heißt: „Fast Food ohne Bullshit“. „Naiv wie wir sind, haben wir uns gedacht, jemand muss die Lücke für gesunde



... oder doch? Mit der Android App „Mumbai Ka Dabbawala“ kann man in die Rolle eines indischen Essensausträgers schlüpfen und einmal ausprobieren, wie es ist, für das leibliche Wohl Tausender Menschen verantwortlich zu sein. Erhältlich via [play.google.com](#).
Ab ins (richtige) Töpfchen: Im österreichischen Online-Shop [www.beechange.com](#) kann man ökologisch und fair produzierte Koch- und Essutensilien, Lunchboxen sowie Jausentaschen bestellen. Damit schmeckt das Slow Food gleich noch einmal so gut.



Umwertend gut: Dass schnelles Essen auch nachhaltig sein kann, das beweist u. a. die Fast-Food-Manufaktur „Rita bringt's“ (1), deren Rote Rüben Risotto mit Kürbiskernpesto ganz umweltfreundlich im Papierschachterl daherkommt. In Stuttgart fährt „Erna & Co“ (2) Maultaschen direkt zu ihren Essern und in Wien verwöhnen die „Wrapstars“ Marco Erl und Matthias Kroisz (3) eilige Esser aus dem rollenden Food-Truck.

Links zu den Angeboten:

Rita bringt's: [www.ritabringts.at](#)
Erna & Co: [www.ernaundco.de](#)
langSamfood: [www.langsamfood.com](#)
Wrapstars: [www.wrapstars.at](#)
Elefant & Castle: [www.elefantcastle.at](#)



Fast Food abdecken und damit die Menschheit retten“, erklärt Marko. Deshalb haben die „Wrapstars“ auch Jamie Olivers Food Revolution Day nach Österreich gebracht. Dabei zeigen sie in Kochkursen für die Kleinen, dass es buchstäblich kinderleicht ist, gesunde und schmackhafte Gerichte zuzubereiten. „Wir möchten, dass jedes Kind versteht, woher Essen kommt und dass es ein essenzieller Bestandteil unseres Lebens ist“, so der Jungunternehmer. Ohne erhobenen Zeigefinger, dafür gewürzt mit Coolness – wie es zu modernen Weltverbesserern ganz gut passt.

DINGE VERÄNDERN, das möchte auch Martina Lang. Mit Rezepten auf ihrer Website genauso wie in Kochworkshops oder Food Coachings. „Wir lieben kochen, sogar sehr“, meint die Gründerin von langSamfood, „aber das Leben hat viele herrliche Dinge zu bieten, dafür muss genügend Zeit bleiben.“ Letztere ist für die Köchin so wertvoll, dass sie sie als Bezahlung annimmt. „Time for Time“ nennt sie das Konzept, bei dem jedes Angebot alternativ mit Zeit abgegolten werden kann. „Noch

nehmen wenige Menschen diese Idee in Anspruch, weil es Vorteile hat, einfach mit Geld zu bezahlen“, meint Martina, „und wir schätzen Geld auch. Wir wollen jedoch wieder ein paar Schritte zurück zu diesem ursprünglichen Austausch. Nicht nur, damit es für jeden möglich ist, langSamfood Angebote zu nutzen, sondern auch, damit wir davon profitieren, dass andere uns ihre Zeit schenken.“

Wie von zwei Stunden Stimmtraining, die gegen Kochkurse getauscht wurden. Dass das „Tauschgeschäft“ funktioniert, ist eine von der Köchin selbst provozierte, willkommene Fügung des Schicksals. So jedenfalls würde der Sekretär der Interessensvertretung der Dabbawallahs sagen. Er ist sich nämlich sicher: „Essen zu liefern erzeugt gutes Karma.“ Dass damit nur hausgemachte, gesunde Gerichte gemeint sein können, versteht sich von selbst – nicht nur in Indien . —

Fotos: Rita bringt's, Erna & Co, Wrapstars, iStockphoto

Das neue Magazin über die Natur und das Leben



Sinnvoll und bewusst leben, im Einklang mit der Natur. Davon erzählt WERDE zweimal im Jahr auf mehr als 100 Seiten. Sichern Sie sich Ihr Jahresabo für 9,80 €. Wir liefern Ihnen WERDE versandkostenfrei nach Hause. Bestellen Sie WERDE jetzt online unter [www.weleda-werde.at](#)