

Glauben geht durch den Magen. Ernährung aus der Sicht der Religionen

**Eine nachhaltig kulinarische Einführung in religiöse Speisevorschriften.
Ein Abend von Frauen für Frauen**



Nur wenn man sich gut kennt und über Gemeinsamkeiten und Unterschiede Bescheid weiß, kann interreligiöser und interkultureller Dialog gelingen. Ein Thema, bei dem es viel zu entdecken gibt, sind die Speisevorschriften in den verschiedenen Religionen: Was ist koscher und halal? Dürfen Christen alles essen? Um darüber zu sprechen und sich auszutauschen, hatten Birsen Ürek vom Begegnungs- und Fortbildungszentrum muslimischer Frauen, Polina Kochelaieva, Mitarbeiterin der Synagogen-Gemeinde Köln, Lina Orrego von der Katholischen Kirche Bickendorf, Ehrenfeld & Ossendorf sowie Arianita Mölder, Mitarbeiterin im Erzbistum Köln, Fachbereich Dialog, interessierte Frauen zu einem interreligiösen Kochabend eingeladen. Etwa 20 Frauen aus den drei abrahamitischen Religionen (Judentum, Islam und Christentum) kamen ins Begegnungs- und Fortbildungszentrum muslimischer Frauen in der Liebigstraße in Köln-Ehrenfeld zusammen. Schon zu Beginn der Veranstaltung fand ein traditionelles, orientalisches Ritual zum Händewaschen statt. Die Frage, mit welchem Essen die eigene Kindheit verbunden wird, führte alle Frauen ein Stück zurück in ihre Vergangenheit. Eine Erkenntnis war, dass früher gesünder und auch mit mehr regionalen Zutaten gekocht wurde. Die Familie kam beim Essen zusammen und verbrachte dabei mehr Zeit miteinander als heute. Wie wichtig das gemeinsame Essen mit Familie und Freunden ist, erleben wir bei den Muslimen besonders beim Fastenbrechen während des Fastenmonats Ramadan, beim Schabbat im Judentum, aber auch im Christentum insbesondere an Weihnachten.

Die Frauen nahmen sich gemeinsam Zeit, um in Stille und meditativ den Brotteig zu verarbeiten. Brot hat in den Religionen eine besondere Bedeutung. Für jüdische Gläubige spielt ungesäuertes Fladenbrot, sogenannte Mazzen, noch heute eine Rolle beim Passahfest, als Erinnerung an den Auszug aus Ägypten. Die Bibel begründet dies damit, dass bei der eiligen Flucht keine Zeit für die Säuerung des Teiges blieb. Im Christentum ist Jesus das „Brot des Lebens“. Damit ist das Brot ein wichtiges Glaubenssymbol.

Ein Abend mit viel Austausch über Essensregeln in den Religionen, über die Bedeutung von gesunder und nachhaltiger Ernährung und mit viel leckerem Essen wie

einer Linsensuppe nach orientalischer Art und Humus, der kosher zubereitet wurde. Einhellige Meinung aller Beteiligten danach: Solche Veranstaltungen sollte es öfter geben, um die jeweils andere Kultur und Religion besser kennenzulernen.

