



## Nie wieder essen

«Gegessen wird mit den Sinnen, ernährt mit dem Verstand» – gemäss Goethe kann es im Folgenden eigentlich bestenfalls um Ernährung oder die reine Nahrungsaufnahme gehen. Letzteres in Anlehnung an die Definition von Wikipedia, die als solche die Aufnahme von organischen und anorganischen Stoffen bezeichnet, die in der Nahrung in fester, flüssiger, gasförmiger oder gelöster Form vorliegen können. Diese Stoffe tragen dazu bei, die Körpersubstanz aufzubauen oder zu erneuern und den für alle Lebensvorgänge notwendigen Energiebedarf zu decken.

Die Rede ist von Schmoylent oder auch Schmoylent clean, wenn es um die glutenfreie Variante geht. Schmoylent (clean) ist ein Nachfolgeprodukt von Soylent 1.0, welches 2013 von einem Softwareingenieur entwickelt wurde, der auf solche Unannehmlichkeiten wie Einkaufen, Kochen oder Essen vor lauter Arbeit gern verzichten wollte. Ins Leben gerufen via Crowdfunding scheint der pudrige Nahrungsersatz in verschiedenen Varianten heute ein echter Renner. Schmoylent etwa besteht unter anderem aus einer Mischung aus Haferflocken, Reisprotein, ein wenig Stevia und natürlichem Vanillearoma. Ausserdem ist es sojafrei und vegan und soll alles andere überflüssig machen. Ein Beutel, mit ein wenig Öl und Wasser angemacht, enthalte «mindestens» den Tagesbedarf an Vit-

aminen und Mineralstoffen und versorge den Körper mit 2100 Kalorien, Variationen sind ebenfalls im Angebot.

Warum sollte man das auf Dauer wollen? Hier liefern die FAQ ein paar gute Argumente. Infrage komme Schmoylent zum Beispiel dann, wenn man gerne Zeit gewinnen, Geld sparen oder sich gesünder fühlen möchte – immerhin sei damit sichergestellt, dass man wirklich mit allen Nährstoffen versorgt werde ... Man könne auch abnehmen, wenn man sich so von unvernünftigen Ernährungsgewohnheiten verabschiede. Und der Muskelaufbau sei sozusagen vorprogrammiert, denn hier gebe es ganz bequem das dafür nötige Extraprotein. Aber man kann es natürlich auch einfach nur mal ausprobieren.

Pate für den Namen war die Nahrung, die im amerikanischen Science-Fiction-Film «Soylent green» aus dem Jahre 1973 ausgegeben wird: Im Jahr 2022 ist die Welt so überbevölkert, dass sauberes Wasser und natürliche Lebensmittel nur noch für einige Politiker und die wirklich Reichen verfügbar sind. Alle anderen müssen sich von künstlichen Nahrungsmitteln der Firma Soylent ernähren, die ihre Produktpalette irgendwann um «Soylent green» erweitert, welches zwar schmackhaft ist, sich aber zum Ende des Filmes als verwertetes Menschenfleisch entpuppt – aber das ist ja eine ganz andere Geschichte ...

Auch wenn eine solche Pulvernahrung manchmal vielleicht praktisch sein könnte, würde uns – trotz möglicherweise optimaler Nährstoffversorgung – auf Dauer doch etwas Wesentliches fehlen: die Freude am Essen, womöglich in guter Gesellschaft, der Genuss als Gegenspieler zum Stress. In diesem Sinne lassen Sie uns unsere Zeit verschwenden mit dem Auswählen, der Zubereitung oder zumindest dem Essen von echten Nahrungsmitteln. Dieser Gewinn ist doch wohl der grössere. Um es mit Goethe zu sagen: «Wenn ihr gegessen und getrunken habt, seid ihr wie neu geboren; seid stärker, mutiger, geschickter zu eurem Geschäft.»

**Christine Mücke**