Eiscreme als Functional Food

Unter Functional Food verstehen wir Lebensmittel, die verändert, angereichert oder verbessert werden, um dadurch neben ihrem eigentlichen Nährwert noch zusätzliche Vorteile zu bieten. Oft geht es dabei um Gesundheit und Fitness, doch manchmal kann ein Lebensmittel auch kulturelle Funktionen wahrnehmen. Wie zum Beispiel Eiscreme

TEXT: **DANIEL KOFAHL** ILLUSTRATION: **THOMAS BURNS/OFFSET**

Vor fast einem Jahrhundert, Anfang der 1930er-Jahre, bricht der sowjetische Volkskommissar für Binnen- und Außenhandel sowie Lebensmittel, Anastas Mikojan, zu einer Reise in die USA auf. Mikojan, der dem Politbüro der Kommunistischen Partei angehört, hat eine Passion: Eiscreme. Und so bringt er von seiner Auslandsreise die neuesten industriellen Eismaschinen mit. 1932 wird die erste sowjetische Eisfabrik eröffnet. Auch in der UdSSR soll Eiscreme in Zukunft ein *Volksnahrungsmittel* werden.

Eine Volksspeise ist die Eiscreme tatsächlich geworden. Nicht nur in Russland, sondern weltweit. Am meisten wird in den USA, Australien und Neuseeland gegessen, über 16 Liter Speiseeis pro Kopf – hierzulande sind es etwa die Hälfte. Damit gehört Deutschland aber noch lange nicht zur Spitzengruppe der Eiscreme verschlingenden Länder Europas. Da sind die skandinavischen Länder vorn.

Die Zahlen zeigen: Eis ist immer beliebt, ob in heißen oder kalten Klimazonen und egal zu welcher Jahreszeit. Es kann also nicht allein am Erfrischungseffekt liegen, den Ernährungsphysiologen ohnehin nicht müde werden zu bezweifeln. Sie raten bei heißen Temperaturen zu warmem Tee. Warum also diese allgemeine und allgegenwärtige Lust auf Eiscreme?

Zur Lösung des Rätsels lohnt ein Blick in die Geschichte des Speiseeises. Dabei fällt auf: Es war lange ein Status-

Früher galt Eis als Medizin, weil es schleimlösenden Kampfer enthielt

ess[illegible] Über Jahrhunderte war Eis allein den Reichen und Mächtigen vorbehalten.

Speiseeis gibt es schon lange. In China und Mesopotamien war es bereits vor viertausend Jahren bekannt. Auch in Japan gab es mit Kaiser Nintoku, der von 313 bis 399 regiert haben soll, einen mächtigen Mann, dessen Name mit Eis verbunden ist. Er war so begeistert, dass er einen Tag des Jahres sogar zum *Nationalen Eis-Tag* erklärte.

Natürlich ähnelte die Kaltspeise von damals der heutigen Eiscreme nur sehr entfernt. Sie wurde zum Teil aus Ziegen- oder Büffelmilch zubereitet, aber vor allem aus Schnee und Eis, das aus den Bergen geholt wurde, und enthielt häufig Kampfer, der aus verschiedenen Gewächsen extrahiert werden kann. Er hat einen aromatisch holzigen, eukalyptusartigen Geruch, schmeckt scharf-bitter und kühlt wie Menthol. Da er durchblutungsfördernd und schleimlösend ist, aber auch ein wenig psychoaktiv, wurde dem Eis eine medizinische Schutzfunktion zugeschrieben.

Die Eiscreme, wie wir sie heute kennen, hat ihre Wurzeln vor allem in der arabischen, persischen und türkischen Kultur. Bereits im Mittelalter tranken die Menschen im Nahen Osten eine flüssige Erfrischung, *sarba*, *serbet* oder *sarbat* genannt, mit dem Geschmack von Kirsche, Granatapfel oder Quitte.

Durch Reisende kam diese Süßspeise an die europäischen Fürstenhöfe, wo sich dann zunächst findige Italiener einen Namen mit der Herstellung köstlichsten Sorbettos machten. Im deutschen Wörterbuch der Brüder Grimm findet sich Mitte des 19. Jahrhunderts unter dem Begriff *Sorbet* folgender Eintrag: Es ist ein *»süszes kühlendes getränk nach türkischer und persischer*

art, in einfachster form aus einem aufgusz von wassser auf rosinen bestehend, weiter bereitet aus citronensaft, zucker und ambra oder auf mannigfache andre art, auch gefroren genossen.« Eiscreme ist also von Anfang an mit einem mediterranen Lebensgefühl und einem Hauch exotischer Atmosphäre aus dem Orient verknüpft.

Bis weit ins 19. Jahrhundert ist Speiseeis ein echtes Luxusprodukt. Denn solange moderne Gefriertechnologie fehlt, sind Produktion und Lagerung kostspielig und Eiscreme auf eine sehr vergängliche Art extravagant. Ganz ähnlich dem ebenfalls als Herrenspeise geltenden Prestigeprodukt Fleisch ist sie eine Speise, um welche die Oberschicht von den nachgeordneten Schichten jahrhundertelang beneidet wird. Eis hat eine soziale Distinktionsfunktion.

Zögert man zu lange, beginnt das Eis zu schmelzen und tropfen, zu kleben und kleckern

Der Massenkonsum folgte, nachdem die technologischen Grundlagen geschaffen wurden: 1845 entwickelt James Harrison in Australien die erste kommerziell einsetzbare Gefriermaschine, die von dem Deutschen Carl von Linde in den 1860er-Jahren deutlich verbessert wurde. Fraglos haben auch Frankreich – wo 1686 Francesco Procopio dei Coltelli das erste Eiscafé eröffnete – und England – wo 1907 am Royal Institute of London erstmals die Herstellung von Speiseeis mit flüssigem Stickstoff vorgestellt wurde – gewichtige Beiträge zu Kultur des Eisessens geliefert.

1923 lässt sich Harry Bust in den USA das *Eis am Stiel* patentieren, 1925 erscheint zum ersten Mal die *Zeitschrift für Eiskrem, seine Herstellung und sein Vertrieb als Volksnahrungsmittel.* Schon früh ist den Machern klar: Eis kann nicht mehr nur eine kleine elitäre Schicht verbinden, es ist im großen Stil vergemeinschaftend. Volkskommissar Mikojans Idee des egalitären Eiskonsums ist das beste Beispiel dafür.

Viele Menschen erinnern sich an ihr erstes Eis – und nicht nur daran, welche Sorte es war. Auch die ersten Erfahrungen mit dem kalten Genuss bleiben lange erhalten. So schreibt zum Beispiel der Schriftsteller Axel Hacke in seinem Essay *Zwei Eimer voller Eis* darüber, wie seine Zunge an einem Capri-Eis festklebte: *»So kalt war dieses Eis manchmal, dass beim ersten Lecken die Zunge für eine Sekunde daran festfror und nur mit einem kleinen Ruck zu lösen war«.*

Persönliche Eis-Erinnerungen besitzt fast jeder: etwa an den Tag, an dem man das erste Mal so viele Eiskugeln essen durfte, wie man wollte, an riesig erscheinende Becher Spaghettieis oder vielleicht sogar an ein industrielles Eis, das manchmal gleich für ein ganzes Generationengefühl steht, wie zum Beispiel der *Grünofant, Ed von Schleck* oder *Calippo.*

Eiscreme erfüllt viele unterschiedliche soziokulturelle Funktionen jenseits der kühlen Erfrischung. Es leistet Distinktions- und Vergemeinschaftungsarbeit, transportiert globale und persönliche Geschichten und ist ein Produkt, das den Menschen seiner menschlichen Existenz versichert.

Der physiologische Nährwert von Speiseeis mag gering sein, in den Empfehlungen von Ernährungsmedizinern wird es nicht genannt, und wenn man nur einen Moment zu lange zögert, fängt es an zu schmelzen, zu tropfen, zu kleben und zu kleckern. Dennoch ist Eiscreme in all seinen Facetten eines der geschmackvollsten Elemente der menschlichen Ernährungskultur und erfüllt eine sehr wichtige Funktion: Sie hilft dem Menschen als schleckendem Wesen, sich seiner Existenz als Mensch zu versichern. Eiscreme ist kulinarischer Humanismus.

DIE EISKÖNIGIN

»Das Ziel einer anständigen Süßigkeit ist es, dem Gaumen das größtmögliche Maß an Geschmack und Genuss zu schenken, ohne ein Sättigungs- oder Völlegefühl zu erzeugen.« (Agnes Marshall)

Ende des 19. Jahrhunderts war London noch klein, schmutzig und von Gaslaternen unglaublich schlecht beleuchtet. Eis wurde damals auf kleinen Tellern serviert, die abgeleckt und wiederverwendet wurden, nachdem man sie hoffentlich gespült hatte. Doch die 1855 geborene Engländerin Agnes Marshall hatte eine bessere Idee: 1888 erfand sie die Eiswaffel.

Aber das war nur eine von vielen Ideen der Köchin, Autorin, Erfinderin und selbstverständlich Frauenrechtlerin. Marshall betrieb eine Kochschule mit rund zweitausend Studenten, die unter anderem Produkte für ihren Laden produzierten, in dem sie neben Essen auch Zutaten wie Aromen und Lebensmittelfarbe sowie Küchengeräte ihrer eigenen Marken verkaufte sowie ihre kulinarische Wochenzeitung *The Table.* Ihre große Liebe galt jedoch dem Speiseeis, weshalb sie die *Eiskönigin* genannt wurde. Sie schrieb vier Bücher mit Rezepten, die noch heute mithalten können, etwa ihre *Bombe à la portugaise:* Rum- und Pfirsicheis, umringt von Kirscheis, dekoriert mit Frauenhaarfarn und Zuckerwatte.

Außerdem erfand sie eine Maschine zur Eisherstellung zu Hause, handelte mit Kühltruhen und schlug vor, Eis in Zukunft mit flüssigem Stickstoff herzustellen. Sie starb mit neunundvierzig an den Folgen eines Reitunfalls, doch wer ihre Geschichte kennt, bewundert sie bis heute. Fat-Duck-Chef Heston Blumenthal meint, sie sei *»eine der größten kulinarischen Pioniere, die dieses Land jemals gesehen hat«.*

ABBILDUNG: PUBLIC DOMAIN