

Ernährungskultur in Tansania

Ein Erfahrungsbericht eines weltwärts-Freiwilligen

Die Sonne geht auf über Mbeya, einer der kleineren Großstädte Tansanias im Süd-Westen des Landes und überall in der Stadt wird Wasser mit Kohle- oder Gaskochern zum brodeln gebracht. Es wird vorbereitet für den ersten Tee. Währenddessen werden die ersten Schweine in Karren oder im Fass hinten auf dem Gepäckträger des Fahrrads zum Schlachter gebracht und Kühe und Ziegen werden nach draußen in den Garten oder an den Straßenrand zum grasen gebracht. In den Schulen wird eine Art Grießbrei aus Maismehl mit sehr viel Zucker vorbereitet für die Schüler, die in der Schule leben. Später wird es dann auch noch etwas Festes zum Frühstück geben. Von Cassava, Kochbananen und frittiertem Gebäck über Eier und Teigtaschen mit Fleisch gefüllt bis hin zu Rinder- oder Hühnersuppe gibt es für jede Einkommensklasse und jeden Geschmack etwas Stärkendes.

Kurz vor der Mittagszeit fangen dann die Kantinen und Straßenverkäufer an Reis, festen Maisbrei, Kochbananen oder frittierte Kartoffelstücken mit Bohnen, Erbsen, Spinat oder Fleisch und eventuell einer Banane oder Avocado als Dessert vorzubereiten.

Es ist ein ganz normaler Tag auf dem Markt. Überall hört man das Anpreisen und Feilschen der Händler, im Hintergrund kreischen die Hühner. Ich bin noch unentschlossen, was ich besorgen muss, also wandere ich zunächst etwas hin und her. Die ersten Stände, die ich passiere, sind mit Saison-Früchten gefüllt, zur Zeit Orangen und einige übrig gebliebenen Ananas, dahinter sehe ich Grundnahrungsmittel: Kartoffeln, Reis und Maismehl. Ein Stück weiter kann man auch noch einiges Kochzubehör kaufen. Es gibt Öl, Töpfe, Kohleöfen, Gewürze und sogar Körbe. Ich gehe weiter und bleibe beim Gemüse stehen. Die Mama, bei der ich immer mein Gemüse kaufe kommt freudig auf mich zu und begrüßt mich strahlend. An diesen Ständen kann ich fast alles kaufen: Kohl, Gurken, Tomaten, Zwiebeln, Paprika, Karotten bis hin zu Trauben und Äpfeln. Nach einigem handeln, man handelt einfach immer hier, gehe ich weiter, geradewegs an dem Fleisch vorbei. Es hängt an Haken oder zwischen Gitterstäben, getrennt von der Mittagshitze durch ein aufgeheiztes Wellblechdach. Das größte Luxusgut auf dem Markt ist gerade dieses Fleisch und die Hühner, die etwas weiter hinten in ihren Käfigen hocken.

Am Abend bin ich bei einer tansanischen Familie zum Essen eingeladen. Es ist eine etwas wohlhabendere Familie, daher kriege ich eine Soda direkt nach meinem Eintreffen. Bei anderen Familien kriegt man meist Tee oder auf dem Dorf eventuell eine frische Kokosnuss angeboten. Die Frau, Töchter und Küchenhilfe bereiten das Essen vor. Nur zur Begrüßung schaut die Frau des Hauses einmal ins Wohnzimmer. Der Mann muss noch kurz einen Anruf für die Arbeit machen, also sitze ich eben halt für gute zehn Minuten für mich alleine und beschäftige mich damit den Raum zu begutachten. Es soll noch ein Huhn geschlachtet werden und da ich dies bisher noch nicht gesehen habe, bitte ich darum, dass ich beim Zubereiten zugucken darf, damit ich eventuell in der nächsten Zeit auch mal frisches Huhn machen kann. Ich schaue mit an wie der Sohn sich auf die Flügel und die Füße der Henne stellt und mit einem Messer den Hals durchtrennt und das Huhn langsam ausblutet. Danach zeigt mir der Sohn wie man ein Huhn rupft und ausnimmt. Danach warte ich dann wieder im Wohnzimmer und unterhalte mich mit dem Vater.

Nach einigem Warten schaut die Mama dann wieder ins Wohnzimmer und sagt uns Bescheid, dass das Essen fertig ist. Wir begeben uns ins Esszimmer und setzen uns, wobei der Tisch etwas zu klein ist, daher werden zunächst die Eltern, die Erst-Geborenen und ich als Gast essen und die restlichen Kinder nach uns. Bevor wir anfangen bringt die Mama warmes Wasser, damit wir uns die Hände waschen können. Während sie uns das Wasser über die Hände gießt, kniet sie vor uns, damit wir uns sitzend nicht kleiner als sie fühlen. Nun bittet die Frau den Mann darum für uns zu beten und so senken wir unsere Blicke und danken Gott und Jesus für das Essen und häufig auch für die vielen anderen wundervollen Dinge, die uns auf der Welt geschehen, sodass man auch mal auf ein fünf-minütiges (oder noch längeres) Tischgebet trifft. Als Gast wird mir zuerst angeboten, wobei ich versuche versteckt den Duft des Essens zu genießen, da das Riechen am Essen hier als eine Vermutung auf schlechtes, vergammeltes Essen gedeutet wird und daher verständlicherweise sehr

unhöflich ist. Die Mama hat mir eine Riesenportion aufgetan es fällt schon an einigen Stellen wieder vom Teller, damit will die Familie zeigen, dass sie viel Geld haben und viel abgeben können. Dies ist auch der Grund, weshalb man schon am Morgen meist einen übergelaufenen Becher Tee kriegt, da ansonsten unter den Leuten geredet werden kann, dass diese Familie oder Kantine ja sehr geizig ist. Ich sitze nun vor meinem Teller gefüllt mit Pilau, ein Gemisch aus Reis veredelt mit Gewürzen, Fleisch und Kartoffeln, Spagetti und Hähnchen. Stolz erzählen sie mir, dass der Reis, die Kartoffeln und das Hähnchen aus dem eigenen Garten beziehungsweise vom eigenen Feld kommen – wie fast alle tansanischen Familien bauen sie einen Teil ihres Essens selber an, um Geld zu sparen und durch den Verkauf von Teilen der Ernte Geld dazu zu verdienen.

Wir fangen an zu Essen, alle mit der rechten Hand, wie es sich hier gehört. Da ich inzwischen schon Übung mit dem Essen mit der Hand habe, lehne ich den Löffel ab, das führt zu einigen Lachern und etwas Gesprächsstoff, da man nicht jeden Tag einen Weißen sieht, der wie die Einheimischen mit den Händen isst. Ich esse langsam und staune noch immer über das Essverhalten: es wird gerülpst, SMS werden gelesen und geschrieben und auch ein im Prinzip voller Teller kann auch abgestellt werden und nicht mehr gegessen werden. Außerdem hat das langsame Essen den Vorteil, dass ich sobald ich fertig bin den Teller direkt unter einen anderen leeren Teller schieben kann, um zu verhindern, dass mir erneut aufgetan wird, obwohl ich schon satt bin. Nach dem Essen wird erneut Wasser geholt und nach vielen Bedanken fürs Essen und Kommen bringt der Mann mich nach Hause. So etwas wie ein gemütliches Ausklingen des Abends und Reden oder Diskutieren, wie ich es von Deutschland her kenne, habe ich hier bisher noch nie erlebt, wenn dann geschieht dies vor dem Essen.

Die Gastfreundschaft ist den Menschen hier sehr wichtig. Die Gastgeber versuchen immer mehr zu geben als sie eigentlich haben und so bringe ich auch gerne mal Früchte oder auch mal Reis mit als eine Geste des Dankes.

Geschrieben von Jendrik Peters