

16.10.2023 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Zum Welttag des Brotes

Als meine Kinder klein waren, haben sie beim Frühstück praktisch jeden Morgen gefragt: Darf ich eine Scheibe Wurst mitohne? „Mitohne“ sollte heißen „ohne Brot“. Und ich hab immer mit den Augen gerollt. Und gesagt: Erst wenn du eine Scheibe Wurst mit Brot gegessen hast. Brot war also offenbar ein notwendiges Übel, ohne das man nicht an leckere Wurst kam.

Nur Mehl, Wasser und ein bisschen Salz

Na ja, steckt ja auch nur Mehl, Wasser und ein bisschen Salz drin, könnte man sagen. Obwohl: Was heißt da eigentlich „nur“? Tatsächlich und global betrachtet ist allein das Mehl ein sehr kostbares Gut. Nicht nur, dass von der Saat bis zur Ernte viel menschliche Arbeit darin steckt. Auch das Klima muss mitspielen. Und schließlich braucht es auch gut funktionierende Transportwege, damit Weizen und Mehl zu den Menschen gelangen. Wie störanfällig solche Transportwege im weltweiten Handel sind, das merken wir gerade in Zeiten des Ukrainekrieges. Dazu kommt die Bedrohung durch Dürre oder Überschwemmung.

In vielen Kulturen ein hohes Gut und ein Segen

Dabei ist Weizen fast überall auf der Welt wertvoll und überlebenswichtig. Dort wo er fehlt, drohen Hungerkatastrophen. Das Brot, das aus dem Weizenmehl gemacht wird, ist in vielen Kulturen ein hohes Gut und ein Segen. Oft hat es darüber hinaus auch religiöse Bedeutung. So markiert das gemeinsame Brechen von Brot den Anfang des Christentums.

Wertschätzen, was wir hier haben, und anderen helfen

Gerade heute, am Welttag des Brotes, ist daher eine gute Gelegenheit, einmal innezuhalten und wertzuschätzen, dass wir hier bei uns genügend Brot haben. Ich möchte mich gerade heute dafür und einsetzen, dass auch Menschen anderswo auf der Welt genug Brot haben.

Langsam, genüsslich essen, was Menschen und Natur geschaffen haben

Von meiner inzwischen erwachsenen Tochter habe ich gelernt, ein leckeres Sauerteigbrot zu backen. Und das schmeckt dann super gut auch ohne Wurst. Ich esse es gerne ganz langsam und mit Genuss. Dabei denke ich an das zerbrechliche und so wertvolle Zusammenspiel von so vielen Menschen und der Natur. Ohne all das wäre diese einfache Freude nicht möglich.