



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

Sushi oder Schnitzel:

Food choice einer japanischen Community in Wien

verfasst von / submitted by

Jacqueline-Marie Vith, BA

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Master of Arts (MA)

Wien, 2017 / Vienna 2017

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

A 066 843

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Masterstudium Japanologie

Betreut von / Supervisor:

ao. Univ.-Prof. Dr. Ingrid Getreuer-Kargl

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis.....	4
1. Einleitung	5
2. Methode	13
3. Essen und Kultur	18
3.1. Ernährungsentscheidungen.....	18
3.2. Essen und Identität	21
3.3. Esskultur – Zwischen Globalisierung und Sozialisation	23
3.4. Ernährungsrichtlinien in Japan und Österreich	26
4. Gründe für eine bestimmte Lebensmittelwahl.....	30
4.1. Gesundes Essen.....	30
4.2. Ernährungskosten.....	34
4.3. Individuelle Entscheidungsgründe und Menüpläne	39
5. Ernährung und Kultur	43
5.1. Österreichische Küche und Ernährung.....	43
5.1.1. Gesundheit oder „Ungesundheit“ der österreichischen Küche	45
5.1.2. Wahrnehmung der beiden Ernährungstrends Vegetarismus und Veganismus.....	48
5.2. Die japanische Küche	53
5.2.1. Gesundheitsverständnis durch Gemüse in der japanischen Küche.....	57
5.2.2. Wahrnehmung und Vertrautheit der japanischen Küche.....	59
5.2.3. Lieblingsspeisen als Kind und „Speisen der Erinnerung“	61
6. Food Choice – Zwischen Gesundheit und Identität	64
6. 1. Japanisches Essen als japanische Identität?	64
6.2. Ernährung und Identität von JapanerInnen in Wien	66
7. Conclusio.....	70
Literaturverzeichnis.....	74
Kurzfassung/Abstract	81
Curriculum vitae	81

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Japanische Ernährungspyramide: Spinning top, Quelle: http://www.5aday.net/en/ (Stand: 10.08.2016)	27
Abbildung 2: Österreichische Ernährungspyramide, Quelle: Bundesministerium für Gesundheit und Frauen http://www.bmgf.gv.at/home/Ernaehrungspyramide (Stand: 12.03.2017)	29

1. Einleitung

Sushi oder Schnitzel? Auf diese Frage bin ich bereits des Öfteren gestoßen, als ich mit japanischen FreundInnen in Wien essen gehen wollte. Nicht allzu selten konnte ich dabei feststellen, dass die Entscheidung nicht immer leicht gefallen ist. Einerseits wollten meine japanischen FreundInnen österreichische Speisen ausprobieren, andererseits entschieden sie sich oft gerne für vertraute Speisen, die sie auch aus ihrer Heimat kannten bzw. gewohnt waren. Auch wenn wir zusammen gekocht haben, war meist die Miso-Suppe ein wichtiger Bestandteil jedes Essens, ob es sich nun um Gulasch oder japanisches Curry handelte. Dies war für mich deshalb so interessant, weil ich diesen Hang zu japanischen Speisen ausschließlich in Wien beobachten konnte. Bei meinen zahlreichen Japanaufenthalten entschieden sich meine japanischen Bekannten nur selten dafür, mich in ein „typisch“ japanisches Restaurant auszuführen, in dem noch authentisches *washoku* serviert wurde, sondern führten mich meist in europäisch oder amerikanisch angehauchte Cafés oder Hamburgerrestaurants. Natürlich ist dabei der Preisfaktor nicht ganz auszugrenzen, denn bekanntlich ist es nicht billig, heutzutage in Japan traditionelle Speisen zu essen. Obwohl ich die Erfahrung gemacht habe, dass bei meinen japanischen FreundInnen und ProbandInnen das italienische Essen so beliebt ist, zählt dieses doch beispielsweise noch zu den teureren Speisen in Japan. Trotzdem ist es noch immer billiger italienisch anstelle von *washoku* zu essen. Für mich stellte sich aus diesen Erfahrungen also die Frage, warum es in Japan so beliebt ist, ausländisch zu essen, während im Ausland eher direkt wieder auf japanische Gerichte zurückgegriffen wird. Aus diesen einfachen Erkenntnissen entstand schließlich ein großes Interesse für die tägliche Ernährung und dabei vor allem für die Gründe einer solchen, von in Wien lebenden JapanerInnen und somit das Thema für die vorliegende Masterarbeit.

Diese beschäftigt sich mit der Lebensmittelwahl und dem Ernährungsverhalten von in Wien lebenden JapanerInnen. Daraus ergibt sich auch die folgende Fragestellung: Wie sieht die tägliche Ernährung von in Wien lebenden JapanerInnen aus? Aus diesem Erkenntnisinteresse ergeben sich ebenfalls folgende Unterfragen: Was sind die wichtigsten Motive für die Wahl bestimmter Lebensmittel und Speisen? Welche Aspekte sind von Bedeutung beim Kauf dieser? Wie werden aktuelle Ernährungstrends wie z. B. Vegetarismus und Veganismus wahrgenommen?

Aus der obigen Fragestellung lässt sich auch das Ziel dieser Arbeit definieren. Sie strebt an, einen Überblick über die tägliche Ernährung von in Wien lebenden JapanerInnen zu geben, und diese bestimmte Ernährungsweise in kulturelle Zusammenhänge zu bringen. So soll u.a. auch aufgezeigt werden, welchen Stellenwert die japanische bzw. die österreichische Küche einnehmen, und wie diese beiden sowohl in Hinsicht auf ernährungswissenschaftliche Aspekte wie Gesundheit

als auch auf kulturelle Aspekte wie Identität wahrgenommen werden. Als Ausgangspunkt für diese jeweiligen Aspekte soll das Gesundheitsverständnis der ProbandInnen selbst sowie die Ernährungsrichtlinien der beiden beobachteten Länder Japan und Österreich herangezogen werden. Was die Kultur betrifft, so soll vor allem die österreichische Esskultur mit jener der japanischen Esskultur verbunden und analysiert werden, um so auf Gleichheiten und Differenzen zu stoßen.

Aus den Fragestellungen, der bestehenden Literatur sowie meinen eigenen Erfahrungen sowohl in Japan als auch mit JapanerInnen in Wien, ergeben sich außerdem zwei Annahmen, die in Bezug auf die tägliche Ernährung von in Wien lebenden JapanerInnen gelten könnten. Mein erster Gedanke, als ich angefangen habe mich mit japanischer Ernährung und Esskultur auseinanderzusetzen, war dabei wie folgt: Die in Wien lebenden JapanerInnen werden in ihrer Lebensmittelwahl nicht nur auf japanische Speisen zurückgreifen, sondern auch gegenüber der österreichischen Küche sehr offen sein und sind gerne bereit Neues zu probieren. Diese Idee stützt sich neben langjährigen persönlichen Erfahrungen mit JapanerInnen in Wien auch auf die Forschung von u. a. Irith Freedman, die in ihrer ethnografischen Forschung zu den kulturellen Eigenheiten als Entscheidungsgründe für ein gewisses *food choice* bei JapanerInnen in Japan angibt, dass die JapanerInnen, die sie getroffen habe, immer gerne bereit waren ausländische Speisen zu probieren und es sogar Teil der japanischen Erziehung sei, offen, und wie Freedman es beschreibt, abenteuerlustig für neue Speisen zu sein (Freedmann 2016:141,142). Ich selbst konnte diese Erfahrung auch mit einer meiner langjährigen japanischen Freundinnen in Wien, die sich auch bereit erklärt hat mir als Probandin für diese Arbeit zur Verfügung zu stehen, machen als ich ihr vorschlug zusammen abwechselnd japanische und österreichische, bzw. europäische Gerichte zu kochen. Besonders Käsespätzle, aber auch verschiedene andere europäische Gerichte, waren neu für sie, wurden jedoch gerne probiert. Dieses Beispiel war ein Beispiel, welches sich sehr gut in meine Studien in Wien einfügen lässt, jedoch habe ich ähnliche Erfahrungen auch in Japan selbst gemacht, etwa als ich meiner japanischen Gastfamilie vorschlug, mit ihnen Pellkartoffeln (gekochte Kartoffeln mit Schale) zu kochen. Diese werden in Österreich meist als Mittag- bzw. Abendessen zubereitet, während meine japanische Gastfamilie jedoch darauf bestand, diese bereits zum Frühstück zu essen. Dieser Faktor ist auch essenziell, wenn die Akzeptanz von gewissen Speisen und für welche Tageszeit diese gilt, bedacht wird. In der vorliegenden Arbeit soll deshalb untersucht werden, in welchem Ausmaß eine Offenheit für neue Speisen bei in Wien lebenden JapanerInnen besteht und in welchem Maße diese Offenheit auch tatsächlich ausgelebt, sprich verschiedene neue Speisen probiert usw., wird.

Die zweite Annahme, die sich für mich genauso aus sowohl der Literatur als auch aus privaten Erfahrungen ergab, ist die Folgende: Die derzeit in Österreich lebenden JapanerInnen

werden, falls sie strenge Grundregeln für ihre tägliche Ernährung befolgen, den Gesundheitsfaktor von Speisen und Lebensmitteln hoch schätzen. J. Prescott et al. führten etwa eine vergleichende Studie über die Motive für *food choice* von KonsumentInnen in Japan, Taiwan, Malaysia und Neuseeland durch und kamen dabei zu der Erkenntnis, dass für JapanerInnen der Gesundheitsfaktor an dritter Stelle lag und damit als sehr wichtig eingeschätzt werden konnte. Die beiden Faktoren, die laut Prescott noch bedeutsamer als derjenige der Gesundheit waren, waren der Preisfaktor, welcher auch in meiner Arbeit an erster Stelle steht, sowie derjenige Faktor der naturbelassenen Produktion und Verarbeitung von Lebensmitteln (Prescott et al. 2002:492). Außerdem wurde die japanische Ernährungspyramide u. a. auch dafür vom Ministerium für Bildung, Kultur, Sport, Wissenschaft und Technologie, dem Ministerium für Gesundheit, Arbeit und Soziales sowie dem Ministerium für Landwirtschaft, Forsten und Fischerei angelegt, um die Gesundheit der Landsleute zu erhöhen sowie für eine gesunde Ernährung zu werben (Yoshiike et al. 2007:149).

Hierbei muss jedoch gesagt werden, dass dieser Gedanke eines hohen Gesundheitsbewusstseins der JapanerInnen nur für diejenigen, die derzeit in Wien leben, gilt. Denn durch meine persönlichen Erfahrungen in Japan, konnte ich immer wieder beobachten, dass der Gesundheitsfaktor bei Privatpersonen keinen allzu wichtigen Stellenwert in der täglichen Ernährung einnimmt. So machte ich beispielsweise die Erfahrung, als ich mit einer japanischen Gastfamilie zusammenwohnte, dass es für die Mutter des Hauses kein Problem war, ihren Kindern anstelle eines selbst gekochten Gerichts lediglich schnelle Speisen wie *insutanto rāmen* usw. zuzubereiten. In öffentlichen Institutionen wie z.B. an der Universität Ōsaka, an der ich auch mein Auslandsjahr verbracht habe, konnte ich jedoch durch Poster und Flyer usw. die allgemeinen Bemühungen der japanischen Regierung erkennen, ihren Landsleuten wieder gesundes Essen näherzubringen. Die beiden Beispiele, die mir dabei noch sehr gut in Erinnerung sind, sind einerseits die der japanischen Ernährungspyramide, von der ein Poster direkt in der Mensa der Universität hing, andererseits ein Plakat, ebenfalls beim Eingang der Mensa, welches auf die Bedeutsamkeit eines reichlichen Frühstücks hinweisen sollte. Dies brachte mich zum Nachdenken, ob die Gesundheit im heutigen Japan von sowohl StudentInnen als auch Hausfrauen usw. wirklich noch so hoch geschätzt wird. Andererseits war, wie bereits erwähnt, bei meinen japanischen Bekannten in Wien dieser Gesundheitsfaktor schon immer gut erkennbar. So wurde meist zu jedem Gericht Miso-Suppe zubereitet und, wenn einmal auf schnelle und leicht zuzubereitende Speisen zurückgegriffen wurde, dann eher in der Form von japanischem Curry mit Gemüse, welches wiederum aufgrund des Gemüses als gesund erachtet wurde.

Die vorliegende Masterarbeit fällt in den übergeordneten Themenbereich des sogenannten *food choice*, die bewusste Wahl für bestimmte Lebensmittel und Speisen. Dieses ist nur eines der

schier unendlich wirkenden Themengebiete, mit denen sich Forschungen zum Thema Essen und Ernährung verschiedenster Disziplinen beschäftigen können. Da meine Arbeit eindeutig in einen soziologisch, japanologischen Rahmen fällt, ist auch die Relevanz in diese Forschungsgebiete einzuordnen. Diese Arbeit versucht daher, an die bereits bestehenden Forschungen zu *food choice* von Personen im eigenen Land anzuschließen und sich mit der Wahl von Lebensmitteln und Speisen von einer japanischen Minderheit in Wien im Genaueren zu befassen.

Obwohl die wissenschaftliche Erforschung zum Thema *food choice* bereits eine jahrzehntelange Geschichte aufweisen kann, ist deutlich zu erkennen, dass diese Thematik in der Japanforschung in der letzten Dekade stetig an Bedeutung gewonnen hat. Auch in den Ernährungswissenschaften, in der Soziologie, in der Sozialanthropologie, in der Ethnologie, in der Psychologie usw. ist das Thema *food choice* in den letzten Jahrzehnten bedeutsam geworden.

Die für diese Arbeit relevanten Werke sind einerseits jene, die sich mit dem Thema Essen und *food choice* im Allgemeinen beschäftigen, andererseits jene, die auch einen japanologischen bzw. japanorientierten Bezug auf das Ernährungsverhalten bestimmter Personen und Personengruppen, vor allem der JapanerInnen selbst, nehmen.

Als eines der Grundwerke zum größeren Thema der *food studies*, in welches auch die Forschungen zu *food choice* fallen, kann sicher *Food: The key concepts*, vom Amerikanologen Warren Belasco aus dem Jahre 2008, bezeichnet werden. Dieses Werk ist eigentlich für den Unterricht an Universitäten gedacht und sollte die LeserInnen zum Nachdenken über die verschiedensten Thematiken und Probleme, die durch die Esskultur entstehen, anregen. Dieses Werk ist für diese Arbeit auch von großer Bedeutung, da Belasco ein eigenes Kapitel der Identität und der damit verbundenen Essenswahl widmet. Darin kommt er zu dem Fazit, dass die Identität sehr wohl eine große Rolle für die bestimmte Wahl von Lebensmitteln spielt, jedoch auch das Gegenteil der Fall sein könnte, dass z.B. gerade Minderheiten nicht immer nur auf die Esskultur ihres Heimatlandes beschränkt bleiben möchten (vgl. Belasco 2008). Ich verwende dieses Werk auch deshalb, um auf wichtige Hintergründe einer japanischen Identität und der damit verbundenen Lebensmittelwahl schließen zu können.

Wenn *food choice* aus einem psychologischen Blickwinkel betrachtet werden sollte, gilt das Werk *The psychology of food choice* aus dem Jahre 2006, welches von Richard Shepherd und Monique Raats herausgegeben wurde, als Standardwerk. Dieses beschreibt in Artikeln verschiedenster ForscherInnen die psychologischen Hintergründe für eine bestimmte Lebensmittelwahl. Auch in der vorliegenden Arbeit wird dieser Aufmerksamkeit geschenkt, v.a., wenn es darum geht, wie die Identität bzw. die Gewohnheit eine bestimmte Wahl für Lebensmittel und Speisen beeinflusst. Auch dieses Werk ist daher sehr aufschlussreich für meine Arbeit um den

Identitätsaspekt abzudecken (vgl. Shepherd und Raats 2006).

Gerade dann, wenn es um das Ernährungsverhalten und die daraus entstehende gemeinsame Identität eines Landes geht, darf der Aspekt des kulturellen Erbes nicht unterschätzt werden. Ein wichtiges Werk, welches jenen Gesichtspunkt näher zu analysieren versucht, ist *Edible identities: Food as cultural heritage*, aus dem Fachbereich der Ethnologie, welches im Jahre 2014 von Ronda L. Brulotte und Michael A. di Giovine herausgegeben wurde (vgl. Brulotte und Di Giovine 2014). Dieses Werk ist zusätzlich bedeutsam für die Japanforschung, da ein Kapitel auch dem Gemüse in Kyōto als kulturellem Erbe gewidmet ist (vgl. De St. Maurice 2014). Die anderen Kapitel beschreiben ebenfalls anhand von verschiedensten Speisen, die heutzutage eine kulturelle Bedeutung haben, wie Essen bzw. gewisse Speisen zu Kulturerbguten von Ländern und Völkern werden können (vgl. Brulotte und Di Giovine 2014). Dieses Werk habe ich herangezogen, um eventuelle geografische Präferenzen in sowohl Japan als auch Österreich näher zu analysieren.

Ebenfalls in diese Kategorie der ethnologischen Forschung über Essverhalten und Identität kann der im Jahre 1997 erschienene Sammelband *Food and culture: A reader*, welcher von Carole Counihan und Penny van Esterik herausgegeben wurde, gezählt werden, der im Besonderen noch den Einfluss von Essen als kulturellem Gut näher beschreibt (vgl. Counihan und Van Esterik 1997). Von besonderer Bedeutsamkeit ist hier vor allem die Beschreibung einer Bildung von Identität in Japan im Kindesalter von Anne Allison, die dies anhand der japanischen *obentō* macht (vgl. Allison 1997). Dieser Artikel ist in jenem Sinne bedeutsam für meine Arbeit, da das *obentō* auch für meine ProbandInnen eine wichtige Rolle spielt bzw. in ihrer Kindheit spielte.

Die vorhergegangenen Werke waren v.a. Werke, die sich mit *food choice* an sich bzw. *food choice* oder Essen als kulturellem Erbgut bzw. als identitätsbildendem Werkzeug beschäftigt haben. Jedoch befasst sich diese Arbeit mit der Wahl für gewisse Lebensmittel und Speisen, weshalb auch die Literatur zur japanischen Esskultur nicht zu kurz kommen darf und den eigentlichen Mittelpunkt meiner Forschungen bildet.

Der Forschungsstand zur Ernährung und Esskultur in Japan besteht fast zur Gänze aus Monografien und wissenschaftlichen Artikeln, die erst in den 2000er Jahren erschienen sind. Die Forschung zu Esskultur in Japan stellt somit eine relativ junge Forschungsdisziplin dar. So auch: *The essence of Japanese cuisine: An essay on food and culture*, aus dem Jahre 2000. In dem Michael Ashkenazi und Jeanne Jacob die japanische Esskultur auf historischer, soziologischer und ökonomischer Ebene ausforschen und genauer erläutern. Die wissenschaftlichen Analysepassagen werden dabei mit den eigenen Erfahrungen der Autorin und des Autors genauer veranschaulicht. Diese teilnehmende Beobachtung führt dazu, dass die japanische Art der Nahrungsmittelaufnahme nicht nur aus ernährungstechnischer Sicht wahrgenommen wird, sondern auch auf

sozioökonomische Zusammenhänge, die sich mit dem Konsum von Essen ergeben, geschlossen werden kann (vgl. Ashkenazi und Jacob 2000). Ähnlich dazu habe ich auch versucht meine Arbeit aufzubauen, indem ich nicht nur auf theoretische Beispiele oder Auszüge aus meinen Interviews eingehe, sondern diese auch mit meinen persönlichen Erfahrungen abrunde.

Da Ashkenazi und Jacob als zwei der bedeutsamsten JapanforscherInnen in der Disziplin Ernährung und japanische Esskultur gezählt werden können, ist es nicht verwunderlich, dass sie in ihrem nachfolgenden Werk *Food culture in Japan*, aus dem Jahre 2003, die Zusammenhänge zwischen den japanischen Grundnahrungsmitteln und der daraus entstandenen Ernährungsweise noch einmal genauer analysieren. Deshalb kann dieses Werk durchaus als wichtig für das Verständnis der japanischen Esskultur angesehen werden, da es erst einmal genauer erklärt, welche Lebensmittel überhaupt in Japan, aufgrund der geografischen sowie klimatischen Verhältnisse, wachsen bzw. angebaut werden können. Dies ist meiner Ansicht nach sehr bedeutend, um dem/r LeserIn eine genauere Einführung in die Grundnahrungsmittel Japans zu geben. Ihre Analyse der japanischen Lebensmittel und deren Ursprünge lassen deshalb sowohl auf kulturelle sowie historische Vorbedingungen schließen (vgl. Ashkenazi und Jacob 2003). Diese beiden Werke von Ashkenazi und Jacob wurden von mir als zwei der ersten Werke zur japanischen Esskultur herangezogen, um mir einen wissenschaftlichen Überblick zur Thematik zu verschaffen.

Während Ashkenazi und Jacob direkt auf Lebensmittel im physischen Sinn und den Anbau und Verzehr dieser eingegangen sind, macht Katarzyna J. Cwiertka dies eher in einem abstrakteren Sinne. In ihrer 2006 veröffentlichten Monografie *Modern Japanese cuisine: food, power and national identity*, leistet sie deshalb u.a. einen wichtigen Beitrag zum Verständnis der japanischen Esskultur in historischer, soziologischer und kultureller Hinsicht. Sie analysiert dabei die Veränderungen sowie deren Auswirkungen der japanischen Küche vom 19. Jahrhundert bis in die frühen 2000er Jahre. Ihre Analyse bezieht sich dabei nicht nur auf eine breite kulturelle Masse, sondern vielmehr auf den Einfluss, die sie für die allgemeine japanische Bevölkerung darstellte bzw. noch immer darstellt (vgl. Cwiertka 2006). Dieses Werk wird von mir u.a. auch dafür herangezogen, um auf die Einflüsse von Esskulturen verschiedener Länder, dabei v.a. China und Korea, auf eine japanische Esskultur schließen zu können. Ich möchte damit u.a. aufzeigen, inwieweit es eine rein „japanische“ Ernährungskultur gibt, im Gegensatz zu einer japanischen Ernährungsweise, die auch durch die Nachbarstaaten oder auch durch andere Länder geprägt wurde.

Während die Werke von Jacob und Ashkenazi sowie von Cwiertka sich direkt mit einigen Aspekten wie z.B. den historischen Einflüssen von Essen oder den geografischen Bedingungen für den Anbau von z.B. Reis oder anderem Getreide befasst haben, befasst sich der Sammelband *Japanese foodways, past, and present*, von Eric C. Rath und Stephanie Assmann, welcher im Jahre

2010 herausgegeben wurde, mit den verschiedensten Aspekten der japanischen Ernährungs- bzw. Esskultur von der japanischen Frühmoderne bis zur heutigen Zeit. Das Werk besteht dabei aus einzelnen Artikeln, die jeweils andere Forschungsschwerpunkte, wie z.B. die Bedeutung von Lebensmittelanbau für ländliche Communities oder auch die Erfahrungen eines jungen Amerikaners, der sich entschloss, in Japan einer Beschäftigung als Koch nachzugehen, haben. Die Artikel gehen dabei, neben einer historischen Veranschaulichung u.a. auch auf Probleme der Lebensmittelindustrie und die daraus resultierenden Folgen und Umstrukturierungen in der japanischen Gesellschaft ein (vgl. Rath und Assmann 2010).

In meiner Arbeit spielen jedoch nicht nur die soziologischen und historischen Hintergründe zum Essverhalten in Japan eine bedeutende Rolle, sondern ich beschäftige mich auch mit der Frage, inwieweit eine bestimmte Ernährung maßgebend für die Entwicklung einer Identität von Individuen ist. Ein Werk, das ich dafür herangezogen habe, ist *Rice as self: Japanese identity through time*, welches von der Anthropologin Emiko Ohnuki-Tierney verfasst wurde und im Jahre 1993 erschien, in dem die Identitätsbildung der japanischen Gesellschaft anhand der Geschichte und Bedeutung von Reis in Japan dargestellt wird. Der Schwerpunkt der Forschungen von Ohnuki-Tierney liegt auf der symbolischen Bedeutung von Artefakten, Speisen, Pflanzen usw. in der japanischen Kultur und deren Geschichte. In ihrem Werk analysiert sie folgend die Bedeutung von Reis in Japan in sowohl symbolischer als auch materieller Hinsicht. Sie arbeitet sich dabei von den Anfängen der japanischen Mythologie bis zur heutigen Zeit vor und vergleicht dabei auch die Rolle des japanischen Reis im Gegensatz zu Reis aus anderen asiatischen Ländern (vgl. Ohnuki-Tierney 1993). Dieses Werk gilt für mich als Grundstock zu meinen Kapiteln über eine gemeinsame Identität der JapanerInnen.

Wie bereits erwähnt, konnte ich in Japan sehr große Bemühungen der öffentlichen Seite erkennen, um die japanische Ernährungsweise gesünder zu gestalten. Ein Artikel, der mir sehr geholfen hat diese Anstrengungen theoretisch zu verdeutlichen, ist „A new food guide in Japan: The Japanese food guide spinning top“, der 2007 erschienen ist und u.a. von Nobuo Yoshiike verfasst wurde. Dieser Artikel definiert die Grundlagen der japanischen Ernährungsempfehlungen genauer. So wird ausschließlich die japanische Ernährungspyramide, die von den japanischen Ministerien für Gesundheit, Arbeit und Soziales sowie Landwirtschaft, Forsten und Fischerei herausgegeben wurde, beschrieben und deren Vorteile für die japanischen KonsumentInnen aufgezählt (vgl. Yoshiike et al. 2007). Dieser Artikel wurde für meine Arbeit v.a. deshalb herangezogen, um einen Überblick über die Normen einer japanischen Ernährung zu erhalten.

Da mein großes Forschungsinteresse dem sogenannten *food choice* gilt, habe ich zu Beginn meiner Forschungen auch Artikel herangezogen, die sich nicht nur mit Japan beschäftigen, sondern

Japan auch in einen größeren Kontext stellen. Ein Artikel, der mir u.a. sehr dabei geholfen hat ein Grundverständnis zu den Entscheidungsgründen für bestimmte Lebensmittel oder Speisen der JapanerInnen zu geben war, wie bereits erwähnt, der im Jahre 2002, von John Prescott et al. verfasste, Artikel „Motives for food choice: A comparison of consumers from Japan, Taiwan, Malaysia and New Zealand“. Dieser gibt Aufschluss über eine bewusste Entscheidung für bestimmte Lebensmittel von BewohnerInnen verschiedenster Länder. Das Fazit dieses Artikels lautete im Falle Japans, dass der Preis das wichtigste Entscheidungsmerkmal für die KonsumentInnen darstellt, gefolgt von der Natürlichkeit der Lebensmittel und dem, auch für diese Arbeit sehr wichtigen, Aspekt der Gesundheit des Essens. Die Studie von Prescott wurde ebenfalls als quantitative Studie durchgeführt, wobei der Bedarf an Folgestudien auch erwähnt wird (vgl. Prescott et al. 2002). In diesem Artikel wurden aktiv Studien zu *food choice* durchgeführt, weshalb sie für die vorliegende Arbeit auch vorbildlich waren und u.a. von mir für die Vorbereitung meiner Interviews genutzt wurde.

Nachdem nun der Forschungsstand erläutert wurde, soll in den nächsten Absätzen genauer auf den Aufbau dieser Arbeit eingegangen werden.

Das Kapitel der Methoden soll näher auf die Theorie zu qualitativer Forschung, v.a. Interviews, eingehen. Um das Ziel dieser Arbeit zu erreichen, habe ich diese Form der Forschung gewählt, da qualitative Interviews nicht nur mein Erkenntnisinteresse zur täglichen Ernährungsweise der JapanerInnen in Wien beantworten können, sondern auch auf weitere sich im Gespräch ergebende Themen eingegangen werden konnte, die für noch mehr Klarheit bei den jeweiligen Entscheidungsmotiven sorgten.

Im folgenden Kapitel, das sich größtenteils mit dem theoretischen Rahmen dieser Arbeit beschäftigt, soll u.a. näher auf die vier Unterpunkte *food choice*, Ernährungsrichtlinien, Sozialisation und Globalisierung sowie Identität eingegangen werden. Die Thematik der Ernährung wird interdisziplinär erforscht und hat Relevanz in zahlreichen Fachbereichen, u.a. in den Ernährungswissenschaften, der Psychologie, der Medizin, aber auch in der Soziologie und der Kultur- und Sozialanthropologie spielt Essen bzw. die Art und Weise wie Nahrung zu sich genommen wird eine bedeutende Rolle. Ich möchte mich in diesem Theoriekapitel deshalb besonders auf die zwei Disziplinen der Soziologie und der Kultur- und Sozialanthropologie stützen und nur in kleinen Teilen auch auf andere Fachgebiete eingehen.

Im vierten Kapitel soll konkret auf die Ernährungsweise von in Wien lebenden JapanerInnen eingegangen werden. Da sich in meinen qualitativen Interviews gezeigt hat, dass die wichtigsten Entscheidungsgründe für die Wahl von bestimmten Lebensmitteln und Speisen die beiden Aspekte Gesundheit und Preis sind, werde ich diesen beiden Faktoren jeweils ein eigenes Unterkapitel

widmen und genauer auf konkrete Beispiele sowie Assoziationen eingehen. Da ich jedoch auch sonstige Entscheidungsgründe als wichtig erachte, werde ich in einem Unterkapitel auch auf diese individuellen Gründe für eine bestimmte Lebensmittelwahl eingehen. Im letzten Unterkapitel möchte ich des Weiteren zur besseren Veranschaulichung noch die konkreten Menüpläne der befragten JapanerInnen analysieren.

Das fünfte Kapitel dieser Arbeit soll sich dann mit den genaueren Unterschieden in der Wahrnehmung der österreichischen und japanischen Küche beschäftigen. Dabei sollen u.a. die Punkte Gesundheit sowie Identität angesprochen werden.

Im abschließenden sechsten Kapitel sollen diese beiden Unterpunkte, Gesundheit und Identität, noch einmal aufgegriffen werden und anhand ihrer soll ein Fazit über das Ernährungsverhalten von in Wien lebenden JapanerInnen gezogen werden.

2. Methode

Um das Ziel der vorliegenden Arbeit, die Ernährungsgewohnheiten der in Wien lebenden JapanerInnen vorzustellen und dadurch auf kulturelle Zusammenhänge schließen zu können, zu erreichen, wurden qualitative Interviews als Methode ausgewählt. Diese Methode soll, im Gegenzug zu einer quantitativen Vorgehensweise, einerseits genauere Einblicke in die tägliche Ernährung der JapanerInnen in Wien liefern und andererseits auch Zusatzbeobachtungen bei den Gesprächen erlauben.

Als Ausgangspunkt wurde vor allem das Überblickswerk *Qualitative Sozialforschung: Eine Einführung* von Uwe Flick herangezogen. Dieser Sammelband beschäftigt sich mit den verschiedensten Aspekten bei der qualitativen Forschung und stellt außerdem zahlreiche Techniken und Methoden vor (vgl. Flick 2002). Für diese Arbeit bedeutend sind dabei besonders das Unterkapitel „Qualitative Interviews – Ein Überblick“, welches von Christel Hopf verfasst wurde, sowie „Interviewen als Tätigkeit“ von Harry Hermanns, die bei den ersten Überlegungen der Vorbereitung der Interviews behilflich waren (vgl. Hopf 2002 und Hermanns 2002).

Für meine Interviews habe ich, wie bereits erwähnt, die Form von qualitativen Interviews gewählt, da ich neben einzelnen Gründen für eine gewisse Lebensmittel- und Speisenwahl auch die Erfahrungen und Gedanken, die dahinter stecken, ergründen wollte. Dies zeigte sich auch in meiner Einstiegsfrage, was die ProbandInnen die letzten drei Tage gegessen hätten und spiegelte sich auch in den ausgewählten Themengebieten, über die ich mit ihnen gesprochen habe, wider. Insgesamt konnte ich durch diese Methode viele neue und aufschlussreiche Erkenntnisse gewinnen, die im Hauptteil dieser Arbeit näher vorgestellt werden sollen.

Zunächst soll jedoch im folgenden Kapitel näher auf die Thematik des *food choice* und die Ernährungsrichtlinien in Japan und Österreich eingegangen werden.

Für die vorliegende Arbeit wurden insgesamt 25 JapanerInnen, die derzeit in Wien leben, interviewt. Unter ihnen waren 16 Frauen und neun Männer. Die ProbandInnen bestanden einerseits aus kurzzeitigen AustauschstudentInnen aus Japan, andererseits aus Personen, die schon über einen längeren Zeitraum hinweg in Wien gelebt haben, dort längerfristig studieren oder arbeiten. Die einzigen beschränkenden Kriterien bei der Auswahl der Personen waren, dass diese bereits seit mindestens sechs Monaten in Wien gelebt haben müssen und, dass sie in Japan aufgewachsen und sozialisiert worden sind. Diese Kriterien wurden deshalb ausgewählt, da angenommen wurde, dass sich bei kurz- bzw. langfristigen Aufenthalten auch das Ernährungsverhalten ändern würde. Die ProbandInnen mussten außerdem in Japan aufgewachsen sein, da auch angenommen werden konnte, dass die Ernährung in der Kindheit eine wichtige Rolle für die Ernährungsgewohnheiten im Erwachsenenalter spielen würde. Um die Identität der ProbandInnen zu schützen, wurden ihre Namen anonymisiert und durch andere Namen ausgetauscht. Bei JapanerInnen, die sich nur kurzfristig, sprich nicht länger als ein Jahr in Wien aufhalten, wurde dabei ein Name beginnend mit dem Buchstaben „K“ gewählt, während bei Personen, die sich langfristig in Wien aufhalten, ein Name mit „F“ gewählt wurde. Dies dient einerseits dazu, dem/der LeserIn einen besseren Überblick zu geben und dadurch für mehr Verständnis zu sorgen, andererseits ist es bedeutsam in der Analyse, festzustellen, ob sich die Antworten jener ProbandInnen, die länger in Wien leben von jenen, die nur kurzfristig in Wien leben unterscheiden.

Das Alter der InterviewpartnerInnen lag zwischen 20 und 64 Jahren. Es wurde dabei bewusst versucht, eine weit gefächerte Personengruppe zu erreichen. Darüber hinaus wurde absichtlich darauf verzichtet, Personen in Gruppen, sei es nach Alter oder Beruf, einzuteilen. Da die durchgeführte Studie stärker qualitativ verortet ist, war es wichtig eine hohe Bandbreite an JapanerInnen in Wien zu befragen. Dabei sollten Verallgemeinerungen ausgeschlossen werden und sich ähnelnde bzw. stark unterscheidende Antworten analysiert werden. Außerdem war es auch ein Anliegen, ein sogenanntes Identitätsverständnis in den Antworten der JapanerInnen herauszufiltern, weshalb es auch von Nöten ist, die Gruppe der kurz- bzw. längerfristig in Wien lebenden InterviewpartnerInnen genauer zu trennen. Im Nachfolgenden wird eine grobe Einteilung der ProbandInnen gegeben, um dem/der LeserIn einen genaueren Einblick in die TeilnehmerInnen zu bieten und damit den Lesefluss bzw. das Verständnis zu erleichtern.

Die Gruppe der japanischen AustauschstudentInnen, die sich vorwiegend an der Japanologie Wien aufhielt bzw. dort gefunden wurde und nur ein Jahr in Wien bleiben würde, bestand aus einem männlichen Teilnehmer und sechs Teilnehmerinnen. Sie waren dabei alle im Alter von 20 bis 27

Jahren.

Die Gruppe der längerfristig in Wien bleibenden StudentInnen bestand aus insgesamt 12 Personen, davon acht Frauen sowie vier Männer. Sie waren durchschnittlich 20 bis 36 Jahre alt und lebten ca. fünf bis zehn Jahre in Wien bzw. hatten vor ihr Studium komplett in Wien zu absolvieren und sich deshalb für eine längere Zeit in Wien aufzuhalten.

Eine Gruppe bestand überdies aus einem Japaner, der schon seit zwei Jahren in Wien als Angestellter tätig war sowie einem Ehepaar. Diese drei TeilnehmerInnen waren allesamt Ende 30 und hatten kleine Kinder, was auch im Gespräch mit ihnen sehr interessant war. Das Ehepaar wurde außerdem gemeinsam interviewt, wobei noch stärkere Einblicke genommen werden konnten.

Die letzte Gruppe bestand aus zwei Frauen Mitte 50 bzw. Mitte 60, die in Wien angestellt bzw. selbstständig sind sowie zwei älteren Herren, die beide 64 Jahre alt und im Bildungsbereich tätig sind. In dieser Gruppe befanden sich auch die Personen, die schon am längsten in Wien gelebt hatten, so überschritt ihre Aufenthaltsdauer u.a. schon 20 oder mehr Jahre.

Die InterviewteilnehmerInnen wurden v.a. persönlich angesprochen bzw. per E-Mail angeschrieben und auf diesem Weg um eine Zusammenarbeit gebeten. Einzelne Personen hatten auch von FreundInnen oder Bekannten von meiner Forschung erfahren und mich dann kontaktiert, um teilnehmen zu können.

Der Inhalt der Interviews basierte vor allem auf dem Erkenntnisinteresse der Arbeit, nämlich die tägliche Ernährung der JapanerInnen in Wien zu erforschen und auf eventuelle kulturelle Hintergründe schließen zu können. Die Interviews wurden als offene Interviews durchgeführt. Deshalb wurden für ihre Realisierung fünf große Themengebiete, welche die Entscheidungsgründe für die Wahl von bestimmten Lebensmitteln und Speisen aufzeigen sollten, ausgewählt. Nach der einleitenden Frage, was die ProbandInnen die letzten drei Tage zum Frühstück, Mittagessen und Abendessen gegessen und getrunken hatten und wie dies aussehen würde, wenn sie in Japan wären, wurden themenbezogene Fragen gestellt. Die Themengruppen waren der Zeitfaktor, der Preisfaktor, der Gesundheitsfaktor, die Zubereitung und die Vertrautheit von Speisen.

Bei der Themeneingrenzung als auch der Fragenauswahl habe ich mich u.a. auch auf das sogenannte *food choice questionnaire* (FCQ) gestützt. Andrew Steptoe, Tessa M. Pollard und Jane Wardle haben zum besseren Überblick und um Forschungen zu *food choice* vergleichbarer zu machen das sogenannte *food choice questionnaire* (FCQ) entwickelt. Obwohl es bereits vor dem FCQ andere Modelle, wie z.B. das *health belief model*, welches die Gesundheit in den Mittelpunkt stellte, gab, waren Steptoe et al. der Ansicht, dass nicht nur gesundheitliche Aspekte zu einer Wahl von gewissen Lebensmitteln und Speisen führen würden. Sie bezogen sich dabei v.a. auf die Erkenntnis, dass auch die Verfügbarkeit von Speisen sowie kulturelle Faktoren eine wichtige Rolle

bei der Essenswahl spielten. Um andere Faktoren ebenfalls zu berücksichtigen, führten Steptoe et al. eine Studie in London durch, bei der sie insgesamt 68 Themengebiete in Form eines Fragebogens zur Auswahl stellten. Die Fragebogen waren dabei so aufgebaut, dass die Befragten die Bedeutsamkeit von Aussagen auf einer Skala von eins bis vier auswählen mussten, um so aufzuzeigen, welche Faktoren in ihrer Ernährung eine wichtige Rolle spielten. Um die 68 Themengebiete möglichst zielbringend auszuwählen, wurde u.a. der Rat von ErnährungsberaterInnen und PsychologInnen eingeholt, sowie bestehende Literatur analysiert. Unter den bedeutsamsten Themengebieten waren auch Faktoren wie die Bequemlichkeit beim Kauf, umweltpolitische Aspekte sowie der Einfluss von Familienmitgliedern und FreundInnen. Aus den Resultaten war schließlich ersichtlich, dass insgesamt neun Faktoren bzw. Entscheidungsgründe von großer Bedeutung bei allen ProbandInnen waren (Steptoe et al. 1995:268-272).

Wie bei Steptoe et al. bereits angenommen, war bei den von Ihnen befragten ProbandInnen der Gesundheitsfaktor von größter Bedeutung. Dabei spielte v.a. der Vitamin- und Mineralstoffgehalt von Speisen eine große Rolle. Darauf folgte der Gemütszustand der befragten Personen. So war diesen u.a. wichtig, dass das von ihnen gewählte Essen ihnen dabei helfen würde, mit Stress umzugehen. Der dritt wichtigste Faktor war die Bequemlichkeit. Dabei war es wichtig, dass das Essen schnell und simpel zubereitet werden kann. Die Sinneswahrnehmung spielte außerdem eine Rolle. Das gewählte Essen sollte gut riechen, gut aussehen, eine gute Textur aufweisen und gut schmecken. Der fünft wichtigste Faktor waren natürliche Inhaltsstoffe von Speisen. Dabei war u.a. von Bedeutung, dass das Essen keine künstlichen Stoffe enthält. Der Preisfaktor landete auf dem insgesamt sechsten Platz und dabei war wichtig, dass die Speisen billig sind und ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis besteht. Der siebte Faktor war derjenige der Gewichtskontrolle, dabei sollten die Speisen zu sich genommen werden, die wenige Kalorien haben und fettarm sind. Der achte Faktor war die Vertrautheit von Lebensmitteln. Dabei spielte eine Rolle, ob die Speisen regelmäßig gegessen werden, ob sie bekannt waren oder, ob sie jene Speisen waren, die schon als Kind in der täglichen Ernährung vorkamen. Der letzte bedeutsame Entscheidungsgrund war der ethische Aspekt. Dabei spielten v.a. die Herkunftsländer eine wichtige Rolle. Diese sollten klar an den Produkten angeschrieben sein und von den KonsumentInnen politisch gutgeheißen werden. Außerdem war eine umweltfreundliche Verpackung elementar (Steptoe et al. 1995:272).

Steptoe et al. haben es in Ihrer 1995 in London durchgeführten Studie geschafft, verschiedenste Modelle über die Entscheidungen von Individuen bezüglich ihrer täglichen Essgewohnheiten zusammenzufassen und aus diesen, die bereits vorgestellten neun Faktoren herauszufiltern. Sie leisten dabei einen großen Beitrag für zukünftige Studien zum Thema

Essverhalten. So ist es nicht verwunderlich, dass seit der Entstehung des FCQ-Modells, dieses in zahlreichen Forschungen, z.B. von Sun (2008) oder auch Cervellon und Dubé (2005) angewendet wurde.

In meinen Interviews sind jedoch nicht alle neun Themen des *food choice questionnaires* zur Anwendung gekommen, da ich aus meiner persönlichen Erfahrung und der existierenden Literatur zu einer Esskultur in Japan darauf schließen konnte, dass die von mir gewählten fünf Kategorien bereits sehr aufschlussreich für die Auswahl von Speisen und Lebensmitteln bei JapanerInnen in Wien sein würden. Außerdem habe ich mich in dieser Studie auf eine qualitative Vorgehensweise gestützt, weshalb die Bearbeitung aller Themengebiete die Interviewdauer verlängert hätte und die von mir gewünschten längeren Antworten mit eigenen Erfahrungen der ProbandInnen vielleicht ausgeblieben wären. Außerdem bin ich der Ansicht, dass in einer rein quantitativen Vorgehensweise, wie der oben erwähnten von z.B. Steptoe et al., die näheren Hintergründe für gewisse Antworten ausbleiben würden. So könnten Ernährungsentscheidungen zwar proportional erfasst werden, jedoch geht die Individualität der Antworten verloren und sie können nicht mehr in der Tiefe analysiert werden. Im Folgenden soll ein genauerer Überblick über die von mir gestellten Interviewfragen gegeben werden.

Bei den Fragen zum Zeitfaktor wurden die InterviewpartnerInnen u.a. dazu befragt, ob sie genug Zeit zum Essen in Wien hätten, wie das vergleichsweise in Japan aussieht, bzw. ausgesehen hat, wie viel Zeit sie sich für die Zubereitung des Essens nehmen würden und schließlich, ob sich ihr Essverhalten an freien Tagen von jenem an Tagen, an denen sie zur Universität oder zur Arbeit gehen unterscheiden würde.

Bei dem Teilgespräch über den Preis- bzw. Geldfaktor wollte ich von den ProbandInnen u.a. wissen, ob Geld ein wichtiger Entscheidungsgrund bei der Wahl ihrer täglichen Lebensmittel und Speisen ist. Außerdem war es von Interesse für mich, wie wichtig JapanerInnen in Wien Bioprodukte sind. Ich wollte jedoch nicht nur das Ernährungsverhalten zuhause analysieren, weshalb es mich auch interessierte, wie wichtig JapanerInnen der Faktor Geld beim Ausgehen bzw. bei einem Restaurantbesuch ist. Verglichen zu Österreich stellte sich mir die Frage, ob dies in Japan auch so war bzw. auch so ist. Nur für mein persönliches Interesse machte ich einen Exkurs und habe auch die Frage gestellt, inwieweit in Japan Produkte aus der Region um die Präfektur Fukushima gekauft werden würden, wenn diese billiger sein würden.

Das Thema Gesundheit bestimmte schon bei der Vorbereitung der Interviews mein Erkenntnisinteresse, deshalb wollte ich unter anderen von meinen japanischen ProbandInnen wissen, ob sie bestimmte Gesundheitsvorstellungen wie z.B. ein Glas Milch pro Tag, zur Stärkung der Knochen und des Immunsystems, hätten. Von weiterem Interesse waren auch Fragen zu

Vegetarismus und Veganismus und, ob die JapanerInnen eher leichte Speisen bevorzugten. Da es sich um eine in Wien durchgeführte Studie handelt, war natürlich die Frage, was JapanerInnen von der österreichischen Küche halten würden auch unumgänglich. Dabei wollte ich insbesondere auch wissen, wo die ProbandInnen ihr Essen kaufen. Außerdem versuchte ich zu erläutern, ob die Befragten oft Fertigprodukte oder Fast Food essen und was sie in Japan von bereits zubereiteten Speisen wie z.B. *obentō* halten würden.

Im Teilgespräch über die Zubereitung von Speisen fragte ich meine ProbandInnen u.a., ob sie gerne kochen, ob sie das Kochen als eine Art Entspannung ansehen oder auch, ob sie oft mit ihren FreundInnen oder ihrem/r PartnerIn kochen würden.

Das für mich persönlich interessanteste, weil am wenigsten vorhersehbare, Themengebiet war das der Vertrautheit. Über die Interviews hinweg konnte ich bereits das Fazit ziehen, dass von den meisten JapanerInnen japanische Speisen bevorzugt werden, deshalb fragte ich als Einstiegsfrage zu diesem Thema, ob sie Japan bzw. japanische Speisen vermissen würden. Außerdem sprach ich mit ihnen darüber, ob es gewisse Speisen gäbe, die bei ihnen Erinnerungen auslösen würden. Wir sprachen auch über Speisen, die an besonderen Feiertagen gegessen werden oder die erste Speise, die sie gegessen haben, als sie nach Österreich kamen. Auch sehr interessant war mein Gespräch mit den InterviewteilnehmerInnen über die Ernährung in ihrer Kindheit.

Die Interviews fanden allesamt in Wien statt. Ein Großteil dieser vor allem auch in den Räumlichkeiten der Japanologie Wien. Die restlichen fanden entweder in Cafés oder direkt bei den ProbandInnen zu Hause statt. Außer zwei Interviews, bei denen jeweils zwei Personen gleichzeitig interviewt wurden, waren die Interviews Einzelinterviews. Die Dauer dieser lag dabei zwischen einer bis zu drei Stunden. Dabei wurde das gesamte Interview, nach Erlaubnis der InterviewpartnerInnen, auf einem Diktiergerät aufgenommen. Die Interviewsprache war Japanisch, um den ProbandInnen eine gewisse Sicherheit zu geben. In einem Interview wollte ein Interviewpartner jedoch etwas Englisch üben, weshalb wenige Teile des Gesprächs auch auf Englisch geführt wurden. Die Namen von österreichischen Speisen wurden jedoch auf Deutsch gesagt, auch weil sie unter ihrem Originalnamen bei den TeilnehmerInnen bekannt sind.

3. Essen und Kultur

3.1. Ernährungsentscheidungen

Im vorhergegangenen Kapitel wurden bereits die Forschungen zur Thematik des *food choice* sowie die Vorgehensweise in dieser Arbeit näher vorgestellt. Nun soll näher auf den theoretischen

Hintergrund des Konzepts von *food choice* eingegangen werden.

Im bereits vorgestellten Sammelband *The psychology of food choice* beschreiben Jeffery Sobal et al., dass *food choice* sowohl die Auswahl von bestimmten Speisen und Getränken als auch die Wahl wo, mit wem und wie gegessen wird, darstellt. Sie erklären damit, dass *food choice* somit eine wichtige Rolle in symbolischer, ökonomischer und sozialer Hinsicht spielt und deshalb auch ein wichtiger Faktor in der Identitäts- sowie Kulturbildung ist (Sobal et al. 2006:1).

In meinen Interviews waren diese, von Sobal erwähnten, Faktoren auch sehr gut erkennbar. So gaben die befragten JapanerInnen v.a. an, dass sie nicht nur sehr gerne auf japanische Speisen zurückgreifen würden, sondern auch, dass sie dies am liebsten bei sich zu Hause mit ihren Familien bzw. japanischen FreundInnen oder aber in den zwei japanischen Restaurants Sakai oder Unkai machen würden. In diesen Restaurants, meinten sie, sei nicht nur die Atmosphäre wie in Japan selbst, sondern auch der Geschmack würde sehr stark an jenen herankommen, den sie bereits in ihrer Heimat lieben gelernt hätten.

Frewer et al. erklären zudem, dass *food choice* auch stark von Eigenschaften der Speisen selbst abhängen würde, wie zum Beispiel von Geschmack, Geruch oder Textur. *Food choice* wird also stark von den Einstellungen der KonsumentInnen, der Qualität der Speisen oder Lebensmittel, den Nährwerten oder auch den Risiken, die mit dem Verbrauch einhergehen, bestimmt. Als personenbezogene Gründe für die Auswahl von Speisen und Lebensmittel werden außerdem das Verhalten beim Kauf, der persönliche Lebensstil sowie der gesundheitliche Aspekt beschrieben. Des Weiteren spielen auch kulturelle, soziale und örtliche, ob z.B. zu Hause oder im Restaurant gegessen wird, Faktoren eine bedeutende Rolle (Frewer et al. 2001:5).

Wie bereits erwähnt, war bei den japanischen ProbandInnen der Gesundheitsaspekt bedeutend. Für die meisten war dies der ausschlaggebende Grund für die Wahl der täglichen Speisen. Aber auch die Frische und Qualität der Speisen bzw. Zutaten nimmt einen hohen Stellenwert im täglichen Konsumleben der JapanerInnen ein. So gab Frau Furuya beispielsweise an, sich regelmäßig auch für teurere Produkte zu entscheiden, wenn diese qualitativ hochwertiger wären. Frau Kawahara legte ihren wichtigsten Entscheidungsgrund auf die Frische der gekauften Lebensmittel und verriet mir zudem, dass sie sich erst dann für ein gewisses Stück Obst entscheiden würde, nachdem sie dieses auf äußere Schrammen geprüft hätte. Für Herrn Fujimoto und Herrn Fujita war ebenfalls die Frische der Lebensmittel ausschlaggebend, sie achteten jedoch eher auf Bioprodukte, nicht wie Frau Kawahara, indem sie die Produkte äußerlich testen würden, sondern dass sie z.B. frische Eier aus Freilandhaltung oder sogar Bioprodukte kaufen würde. Dies war für die beiden Herren sehr wichtig, da sie gerne rohe Eier auf Reis verzehrten und sich dabei nicht um ihre Gesundheit sorgen wollten. Das Ehepaar Fukunaga schließlich gab an, besonders auf die

Lebensmittelsicherheit zu achten, indem sie in Japan Supermärkte meiden würden, in denen es immer noch Produkte aus der Präfektur Fukushima geben würde.

Laut Warren Belasco lassen sich die Gründe für die bestimmte Wahl von Lebensmitteln und Speisen von drei Faktoren beeinflussen. Als ersten Punkt nennt er die Identität von KonsumentInnen. Diese würde sich in sozialen und persönlichen Rahmenbedingungen, wie etwa der Wohn- oder Familiensituation, widerspiegeln. Ein weiterer bedeutender Faktor sei die Bequemlichkeit, also der Preis, die Fähigkeit zu kochen und die Verfügbarkeit von Speisen und Lebensmitteln. Als letzten Entscheidungsgrund wird die Verantwortung genannt. KonsumentInnen müssten sich dabei im Klaren sein, welche sozial- und umweltpolitischen Konsequenzen ihre Kaufentscheidungen zur Folge haben werden (Belasco 2008:ix).

Wie Belasco schon theoretisch beschrieben hat, waren die Punkte Identität, Familiensituation, Bequemlichkeit und Kochkenntnisse wichtige Faktoren bei der täglichen Wahl von Lebensmitteln und Speisen der in Wien lebenden JapanerInnen. So meinte u.a. Frau Furutani, dass sie sehr gerne mehr österreichische Speisen kochen würde, wenn sie wüsste, wie dies geht. Auch Frau Fukui gab an, dass sie nur, seitdem sie von einer österreichischen Bekannten die Zubereitung gelernt hätte, auch österreichische Gerichte wie Tafelspitz oder Wiener Schnitzel zubereiten würde. Frau Fukui war es auch noch, die die Verfügbarkeit von Lebensmitteln in Österreich ansprach. So meinte sie, sie hätte sich mittlerweile an andere Sorten Gemüse gewöhnt und würde anstelle von Fisch häufiger auf dieses bzw. den in Asialäden erhältlichen Tofu zurückgreifen.

Frewer et al. und Belasco's Gründe für eine gewisse Lebensmittelwahl erinnern dabei sehr stark an das *food choice process model*, das u.a. auch in Sobal et al. vorgestellt wird. Laut diesem Model gibt es fünf essenzielle Faktoren, die das Aussuchen von Speisen beeinflussen. Diese Gründe sind: Ideale, persönliche Gesichtspunkte, Ressourcen, soziale Einflüsse und Kontext. Als Ideale werden v.a. kulturell beeinflusste Regeln dafür bezeichnet, welche Lebensmittel und Speisen gegessen bzw. nicht gegessen werden können oder dürfen. Als persönliche Gründe werden die Identitätsfaktoren von Personen genannt. Die Ressourcen sind v.a. Geld, jedoch auch Zeit, Fähigkeiten und Wissen. Der Speiseplan wird also nach persönlichem Einkommen, Freizeit, Kochkünsten usw. ausgewählt. Bei den sozialen Faktoren spielen die Personen, mit denen gegessen wird, eine große Rolle. Es wird dabei unterschieden, ob sich beispielsweise PartnerInnen an die Gewohnheiten des jeweils anderen gewöhnen und ihre früheren Essgewohnheiten beibehalten oder, ob sie sich an diese anpassen und dabei ihre eigenen aufgeben. Als letzter Punkt wird im Modell der Kontext genannt. Der Kontext ist in diesem Falle der Ort, an dem gegessen wird bzw. auch eine spezielle Saison oder Jahreszeit, in der bestimmte Speisen ausgewählt werden (Sobal et al. 2006:5-

6).

In der vorliegenden Arbeit soll deshalb ebenso auf diese indirekten Einflüsse und Kontexte bei der Wahl von Speisen und Lebensmitteln bei einer japanischen Community in Wien eingegangen werden.

3.2. Essen und Identität

Wie im obigen Kapitel beschrieben, beinhalten die meisten Theorien zum *food choice* auch soziale Faktoren, die meist als Teil einer persönlichen Identität verstanden werden. Wird an die Bedeutung von Identität gedacht, stehen meist andere Thematiken und nicht unbedingt Essen an erster Stelle. Bei genauerer Betrachtung und Recherche wird jedoch klar, dass Identität und Ernährung als eine Art und Weise zu leben untrennbar miteinander verbunden sind.

Warren Belasco startet sein Kapitel zur Identität, die sich im Essen widerspiegelt mit Zitaten von Barthes und Rozin, die beide besagen, dass Essen nicht allein als eine Ansammlung von Lebensmitteln verstanden werden kann, sondern, dass Essen auch dazu dient, Einzel- sowie Gruppenidentitäten zu definieren (vgl. Barthes 1979 und Rozin 1999 in Belasco 2008:15).

Thomas M. Wilson diskutiert darüber hinaus, dass eine Identität, die durch Essen hervorgerufen wird, genauso ein Teil von Einzel- bzw. Gruppenidentitäten sei wie auch eine ethnische, soziale oder Genderidentität (Wilson 2006:12).

Wilson argumentiert des Weiteren, dass diese Suche nach einer persönlichen Identität sich auch zum Teil mit der Globalisierungstheorie erklären lassen könnte. So würden einerseits in einer globalisierten Welt, die Art und Weise zu Essen viele Menschen verbinden, jedoch könnte genau diese Esskultur gewisse Völker auch voneinander unterscheiden. Deshalb wäre auch eine nationale Küche oftmals ein Teil einer Kultur, die sich gekonnt einer Globalisierung von Speisen in den Weg stellen und deshalb oftmals als lange Tradition eines Landes gefeiert würde (Wilson 2006:12-13).

Identität wird zumeist mit eben dieser langen Kultur eines gewissen Landes verbunden. So verhält es sich auch mit Essen als Teil einer Gesamtkultur. In jeder gibt es dabei verschiedene Normen, für Speisen, die akzeptiert bzw. solche, die vermieden werden (Belasco 2008:16).

Die Küche eines Landes ließe sich deshalb mit der Sprache von eben diesem vergleichen. Das Erlernen der korrekten Ernährungsweise genauso wie das Erlernen der Landessprache würde schon in der Kindheit beginnen und es sei schwierig, bereits erlernte Angewohnheiten wieder zu ändern. Jede Küche würde außerdem aus den gleichen vier Grundelementen bestehen. Diese wären eine Liste der Basiszutaten, die Art der Zubereitung, die geschmacklichen Komponenten sowie die Art, wie gegessen wird (Belasco 2008:16-18).

Pat Caplan erwähnt in ähnlicher Weise die Theorien von Lévi-Strauss (1965, 1968, 1970)

und Barthes (1975), die Essen als analog zu Sprache bezeichneten und auch von der symbolischen Bedeutung von Essen sowie damit verbundenen Metaphern und den linguistischen Codes des Essens sprachen (vgl. Levi-Strauss 1965, 1968, 1970 und Barthes 1975 in Caplan 1997:1-2).

Wird von Essen und der damit verbundenen Identität gesprochen, so geschieht dies nicht selten im Zusammenhang mit der Bedeutung dessen als Kulturerbe eines Landes.

Wie bereits des Öfteren erwähnt, ist Essen mehr als nur der reine Konsum von Speisen. Essen ist jenes Element, welches alle Menschen gemeinsam haben. Sie benötigen es nicht nur um sich aufrechtzuerhalten, sondern benutzen es auch, um sich an andere zu binden und somit gewisse Identitäten aufzubauen. Falls diese Identität über Generationen hinweg durch gleiches Essen aufrechterhalten wird, kann von Esskultur als Erbe gesprochen werden. Personen fühlen sich dadurch ihren Vorfahren näher verbunden. Sie sind mit ihnen so zu sagen über die Zeiten hinweg verbunden. Dieser Vorgang geschieht meist auf nationaler Ebene, weshalb von einer geteilten bzw. nationalen Gruppenidentität gesprochen werden kann. Essen als Kulturerbe ist jedoch ein konstruierter Vorgang, der heutzutage auch oft im Tourismus oder im Bewerben eines Landes genutzt wird, was auch immer wieder zu Kritik führt (Brulotte und Di Giovine 2014:1-3).

Ein weiterer Aspekt, der durch diese Entwicklung von Essen zu einem Kulturerbe entstanden ist, war die Bewahrung von Esskulturen über eine nationale Ebene hinweg als Weltkulturerbe. Die UNESCO (United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization) wurde ursprünglich gegründet, um internationalen Frieden und eine gute Zusammenarbeit zwischen den Nationen zu bewahren. Bald fing diese Organisation damit an, westliche Monumente als bedeutend für eine spätere Generation zu klassifizieren und sie deshalb zu Weltkulturerbe zu benennen. Die Problematik mit dieser Vorgehensweise war jedoch, dass viele Kulturen eher bestimmte Rituale praktizieren als Monumente zu schaffen, weshalb auch immaterielle Praktiken zu Erbschaften ernannt wurden. So in etwa im Jahre 2010, als zum ersten Mal Essen in den Status eines Weltkulturerbes erhoben wurde. Dabei handelte es sich um die mediterrane Küche, die *haute cuisine* Frankreichs, die mexikanische Küche (dabei v.a. diejenige der Region Michoacán) sowie das kroatische Knoblauchbrot (Brulotte und Di Giovine 2014:10-14).

Ende 2013 wurde schließlich die japanische Küche von der UNESCO zum Weltkulturerbe ernannt. Dabei spielten v.a. der Gesundheitsaspekt sowie ihre lange Beständigkeit über Generationen hinweg eine bedeutende Rolle. Die japanische Küche wird in diesem Zusammenhang auch oftmals mit der französischen Küche verglichen, da sie die kulturellen Werte in der Zubereitung und dem Konsum von Speisen widerspiegelt (Brulotte und Di Giovine 2014:17).

Greg de St. Maurice gibt ein Beispiel dieser japanischen Küche als UNESCO Weltkulturerbe, indem er die Bedeutung von Gemüse aus Kyōto darlegt. Dieses wird sehr oft als

der wichtigste Bestandteil für authentische japanische Speisen bezeichnet. Jedoch ist diese Authentizität laut De St. Maurice auch das Resultat einer konstruierten Identität. Kyōto wird als das Herz Japans bezeichnet und deshalb ist es seit der Heianzeit dazu gekommen, dass Gemüse oder auch andere Produkte aus dieser Stadt einen besonderen Stellenwert in Japan und bei der japanischen Bevölkerung eingenommen haben (De St. Maurice 2014:67-69).

Einen noch wichtigeren Stellenwert nimmt in Japan jedoch der Reis ein. Emiko Ohnuki-Thierney geht sogar so weit, Reis als das „Selbst“ der JapanerInnen zu bezeichnen. Obwohl der Nassreisbau eigentlich vom asiatischen Festland, besonders China, nach Japan gekommen ist, wird er als etwas typisch Japanisches angesehen. Reis wurde auch über die Geschichte hinweg von den JapanerInnen als Metapher dazu verwendet, sich vom „Brot essenden“ Westen abzugrenzen. Japan selbst wurde auch mit Reis verbunden, so stand der Reis stellvertretend für japanisches Essen und das japanische Land. Heute noch spielt der eigene, also der in Japan angebaute Reis, eine sehr große Rolle bei der japanischen Bevölkerung. Durch Importe gelangt zusehends Reis aus anderen Ländern, v.a. der USA oder Thailand nach Japan, was mitunter zu starkem Widerstand in der Bevölkerung führt (Ohnuki-Thierney 1993:4-9).

Auf die Bedeutung von Essen und der damit in Verbindung stehenden Identität der in Wien lebenden JapanerInnen soll in einem späteren Kapitel noch genauer eingegangen werden.

In diesem Teilkapitel wurde die Bedeutung von Essen und einer damit verbundenen bzw. dadurch erst entstandenen Identität beschrieben. Wenngleich Essen jenes Element ist, das alle Menschen gemeinsam haben, benötigt es doch noch sehr viele nationale und kulturelle Komponenten, um anhand einer Esskultur auch eine Gruppenidentität und damit ein Kulturerbe zu schaffen. In Japan ist diese Veranschaulichung jedoch relativ leicht, da Reis als Symbol sowie Metapher für eine japanische Kultur und die japanische Bevölkerung herangezogen werden kann.

3.3. Esskultur – Zwischen Globalisierung und Sozialisation

Im vorhergegangenen Teilkapitel über Essen und Identität wurde genauer auf den identitätsbildenden Faktor einer landesspezifischen Esskultur eingegangen. Dieser wird v.a. durch die eigene Familie vorangetrieben, weshalb oftmals von einer Sozialisation durch diese gesprochen werden kann. In der heutigen Zeit verschwimmen die nationalen Grenzen jedoch immer mehr. Dies ist auch bei einer Esskultur der Fall. Zwei Beispiele für eine Globalisierung der Esskultur, auch in Japan, sind sicherlich das Fast-Food-Restaurant McDonald's sowie italienische Restaurants.

Thomas Schwinn stellt den Globalisierungsprozess von Essen in den Zusammenhang mit der Entwicklung einer neuer Mittelschicht in v.a. ostasiatischen Ländern. Er gibt dabei das Beispiel

von der Eröffnung des ersten McDonald's Restaurants in Japan, in Tōkyō im Jahre 1971. Er argumentiert damit, dass sich eine globalisierte Gesellschaft nur dann entwickeln kann, wenn das notwendige Kapital vorhanden ist, also eine Entwicklung der Gesellschaft stattgefunden hat (Schwinn 2006:164).

George Ritzer geht sogar so weit, von McDonald's nicht nur in Bezug der Esskultur, sondern von einer McDonaldisierung der Gesellschaften zu sprechen. Dabei definiert er den Begriff der Globalisierung als eine Übernahme von Praktiken weltweit und das Zusammenrücken der Kontinente und somit einen Verlust der nationalen Gepflogenheiten bzw. eine Abnahme der Essenz dieser. Er sieht diesen Prozess nicht nur in der Verbreitung verschiedener Speisen international, sondern spricht auch von einer Mechanisierung alteingesessener Praktiken wie z.B. Massenvorlesungen an Universitäten anstelle von persönlichen Seminaren usw. (Ritzer 2006:238-240).

In meinen Interviews habe ich ebenfalls einen Unterpunkt dem sogenannten Fast Food gewidmet, dieses wurde auch von meinen ProbandInnen zumeist mit Mc Donalds verbunden. Die Meinungen zur Gesundheit von Mc Donalds waren sehr einheitlich, so dachte keiner meiner befragten Personen, dass es gut für die Gesundheit wäre, das Gegenteil war eher der Fall. Ein gutes Beispiel hierfür ist Frau Kanemoto, die während unseres Gesprächs angab, nur ungern in einem McDonald's Restaurant zu essen, da diese Art von Fast Food einen ungesunden Ruf in ihrer Familie genießen würde. Eine Ausnahme bildete jedoch für Frau Kanemoto ein Besuch in einem japanischen Fast Food Restaurant, das sich ebenfalls wie McDonald's auf Hamburger spezialisiert hat, nämlich Mos Burger. Dieses würde sie sehr gerne aufsuchen, da der Gemüseanteil höher als beim Konkurrenten McDonald's sei. Bei diesem Beispiel kann wiederum diskutiert werden, ob nun der Gemüseanteil tatsächlich höher ist oder, ob es auch regionsspezifische Gründe für den Besuch von Frau Kanemoto bei Mos Burger gibt.

Keiko Goto und ihre KollegInnen fanden in ihrer Studie über die Wahrnehmung von gesunder Ernährung für Kinder in einer globalisierten Welt heraus, dass japanische Mütter eher lokale Zutaten als gesund ansahen. Deshalb war es nur natürlich, dass sie bei der Befragung auch meinten, eher auf diese lokalen Zutaten zurückzugreifen (Goto et al. 2011:5-6).

Eine Ausnahme bildete in meinen Interviews die italienische Küche. So antwortete mir Herr Fujimoto, der kein großer Liebhaber der österreichischen Küche ist, dass er an italienische Speisen, wie Pasta oder Pizza, schon seit seiner Kindheit in Japan gewöhnt sei und diese deshalb für ihn keine ausländischen Speisen darstellen, sondern zu japanischen Speisen gehören würden: „Ja, italienische Speisen sind in Japan schon gewöhnlich, nicht wahr?! Deshalb fallen diese für mich nicht in die Kategorie von ausländischen, sondern in jene von japanischen Speisen“.

Rossella Ceccarini beschreibt in ihrem Werk *Pizza and pizza chefs in Japan: A culinary globalisation account* den Grund dafür, warum italienische Speisen in Japan so gut ankommen und beispielsweise beliebter als spanische Gerichte wären damit, dass die italienische Küche eine große Auswahl an Gerichten hat und gleichzeitig die Zutaten sehr simpel bleiben. So denkt sie u.a. an Käse oder Tomatensoße als Basis dieser. Sie denkt, dass die japanischen Konsumenten, diese Vertrautheit der italienischen Zutaten hoch schätzen und sie deshalb über eine große Varietät von spanischen Gerichten stellen würden (Ceccarini 2011:81-83).

Aber auch in einer globalisierten Welt, in der die Grenzen von Nationen sehr oft verschwinden, gibt es eine Einheit, die immer noch sehr prägend ist, dies ist die eigene Familie. Auch im Falle des sogenannten *food choice* kann deshalb, neben einer nationalen Identität, die prägend für das Essverhalten von Individuen ist, von einer familiären Identität gesprochen werden. Sarah J. Hardcastle und Nicola Blake haben den Einfluss von Ansichten, speziell zur Gesundheit, auf das Ernährungsverhalten jüngerer Generationen in ihrer im Jahre 2015 durchgeführten Studie untersucht. Ihre Zielgruppe waren dabei Mütter aus einer sozialen Schicht mit wenig Einkommen. Diese gaben an, ihre tägliche Ernährung v.a. an den Preis von Lebensmitteln anzupassen, berichteten aber auch von den Essgewohnheiten, die sie oder auch ihre Ehemänner schon seit Kindertagen hätten und, die sich nun auch ihre Kinder aneignen würden. In diesem Falle kann laut Hardcastle und Blake ganz klar der übergeordnete Faktor der familiären Sozialisation erkannt werden (Hardcastle und Blake 2015:3-5).

Christopher E. Beaudoin beschreibt den Sozialisationsprozess im Allgemeinen als einen Prozess, bei dem Kinder Werte, Normen, Wissen und Verhaltensgrundlagen erlernen. Diese Muster können sowohl von familiären Normen als auch von allgemeineren gesellschaftlichen Normen stammen. Beaudoin geht des Weiteren auf die Rolle der Medien ein, die, durch ihre Werbungen für Lebensmittel v.a. Kinder und Jugendliche im Alter von acht bis 18 Jahren prägen würden (Beaudoin 2014:544-546).

Mircea-Lucian Scrob führte Studien in Rumänien durch, die das Verhalten von Essgewohnheiten gegenüber der rumänischen Nationalspeise *mamaliga* (Grießbrei, ähnlich wie Polenta) und gewöhnlichem Weißbrot aus Weizenmehl untersuchten. Dabei wählte er ProbandInnen aus, die bereits seit ihrer Kindheit öfters auf *mamaliga* zurückgegriffen haben. Er wollte mit dieser Studie herausfinden, was die Gründe sind, dass viele Personen im Erwachsenenalter eher auf Weißbrot zurückgreifen würden und nicht, wie die Sozialisationstheorien vorgeben, beim Konsum von *mamaliga* zu bleiben. Scrob kam zu dem Schluss, dass die befragten ProbandInnen immer noch beide Speisen verzehrten, die Wahl dieser jedoch sehr stark von der Beilage abhängen würde. So würde zu z.B. Gemüsesuppe im

Erwachsenenalter eher Weißbrot gegessen, obwohl zu sonstigen Speisen noch gerne *mamaliga* verzehrt würde (Scrob 2015:99-101).

In meiner Studie über die Essgewohnheiten der derzeit in Wien lebenden JapanerInnen, kam ich ebenfalls zu dem Ergebnis, dass die Sozialisation, v.a. durch die eigene Familie, bei der Essenswahl eine signifikante Rolle spielt. So gab u.a. Herr Kataoka an, jeden Tag Tomatensuppe zu verzehren. Als ich dann fragte, ob dies auch an dem Gesundheitsaspekt dieser liegen würde, meinte er jedoch, dass er dies schon seit jeher und auch in Japan getan hätte, weil seine Mutter und auch Großmutter ebenfalls jeden Tag Tomatensuppe zubereiten würden. Hier ist ganz genau dieses Beispiel der Sozialisation zu erkennen.

Jedoch kann eine Sozialisation auch durch Bekannte oder FreundInnen stattfinden. Dies war der Fall von Herr Kanno, der mir schilderte, dass seine Vorliebe für v.a. italienische, aber auch französische Gerichte, darauf beruhte, dass er sich während seiner Studienzeit mit dem Koch eines italienischen Restaurants angefreundet hatte und dieser ihn dann in die Welt der ausländischen Delikatessen eingeführt hätte.

Auch bei Frau Furutani war eine Sozialisation als ausschlaggebender Punkt für ihre Wahl von Speisen zu erkennen. Frau Furutani greift sehr gerne auf Misosuppe und Reis zurück. Dies hätte sie v.a. von ihrer Großmutter gelernt, die in Tōkyō unweit ihres Elternhauses gelebt und fast täglich für sie gekocht hätte.

In diesem Kapitel wurden die beiden essenziellen Faktoren der Globalisierung und Sozialisierung für das Essverhalten von Individuen genauer erläutert. Nicht nur leben wir heutzutage in einer Welt, in der es überall möglich ist, sich schnell eine Pizza zu kaufen, sondern wir tun dies im Besonderen dann, wenn dies schon während unserer Kindheit häufig der Fall war. Im nächsten Kapitel soll genauer auf die sogenannten Ernährungsrichtlinien der beiden analysierten Länder, Japan und Österreich, eingegangen werden.

3.4. Ernährungsrichtlinien in Japan und Österreich

In den vorhergegangenen Teilkapiteln wurden die Theorien des *food choice* sowie jene zur Esskultur und Identität näher erklärt. Um jedoch die tägliche Ernährung der in Wien lebenden JapanerInnen näher analysieren zu können, ist es von großer Bedeutung auf die jeweiligen Ernährungsrichtlinien genauer einzugehen, um somit auch einen ernährungswissenschaftlichen Hintergrund zu erhalten.

Die japanischen Ernährungsrichtlinien sind in einer umgekehrten Ernährungspyramide mit beweglicher Oberfläche festgehalten. Diese Pyramide wurde vom Ministerium für Gesundheit, Arbeit und Soziales sowie dem Ministerium für Landwirtschaft, Forsten und Fischerei im Jahre 2005 festgelegt. Zuvor gaben diese beiden Ministerien gemeinsam mit dem Ministerium für Bildung, Kultur, Sport, Wissenschaft und Technologie im Jahre 2000 bereits Richtlinien für eine gesunde Ernährung heraus, jedoch zeigten diese, aufgrund fehlender Informationen zu Art und Menge der zu essenden Speisen, wenig Fortschritt. Deshalb wurde mit den neuen Richtlinien eine Ernährungspyramide geschaffen, die auch die Mengen der einzelnen Gerichte anzeigt. Im Gegensatz zu westlichen Ernährungspyramiden, bei denen zumeist Lebensmittel und noch nicht fertige Speisen gezeigt werden, zeigt die japanische Pyramide bereits fertige Gerichte. Laut den Empfehlungen der japanischen Ernährungspyramide sollten pro Tag fünf bis zehn Portionen an Getreidegerichten, fünf bis sechs Portionen Gemüsegerichte, drei bis fünf Portionen Fisch- und Fleischgerichte sowie je zwei Portionen Milch bzw. Früchte verzehrt werden. Auf der Pyramide ist eine rennende Person und ein Glas Wasser zu sehen, was verdeutlichen soll, dass körperliche Aktivität auch zu einem gesunden Lebensstil und damit zu einer gesunden Ernährung gehört. Das Wasserglas repräsentiert gesunde Getränke wie Wasser oder Tee, die jeden Tag in großen Mengen zu sich genommen werden sollen (Yoshiike et al. 2007:149-150).

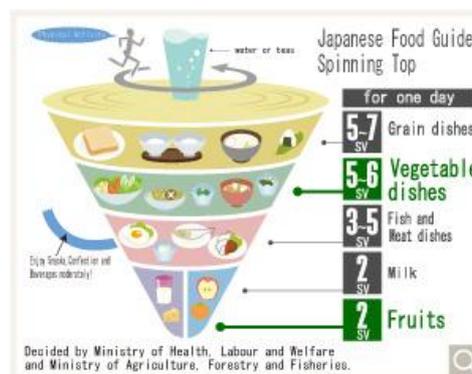


Abbildung 1: Japanische Ernährungspyramide: Spinning Top
(Quelle: <http://www.5aday.net/en/>, 10.08.2016)

Da es sehr schwierig war, die Größe von einzelnen Portionen festzulegen, wurde eine Einheit von 40 Gramm als eine Portion festgelegt. Insgesamt sollte laut der japanischen Ernährungspyramide eine tägliche Kalorienzufuhr von ca. 2000 bis 2400 Kalorien stattfinden, diese unterscheidet sich jedoch nach Alter, Arbeitsanstrengung und Lebensstil und muss daher entsprechend angepasst werden. Insgesamt wird die japanische Ernährungspyramide von Yoshiike et al. als hilfreicher Leitfaden für Personen bezeichnet, die damit beginnen wollen, sich gesünder und ausgewogener zu ernähren. Die Pluspunkte liegen dabei sicher in den leicht verständlichen

Mengenangaben sowie der beweglichen Oberfläche, die die individuellen Bedürfnisse von Individuen sowie einen gesunden Lebensstil mit einbezieht (Yoshiike et al. 2007:152-153).

Im gleichen Jahr wie die japanische Ernährungspyramide wurde auch vom Ministerium für Landwirtschaft, Forsten und Fischerei (MAFF) das Grundgesetz zu *shokuiku* (Ernährungserziehung) veröffentlicht. Als Ziel dieses Gesetzes wird die Aneignung von Wissen über Ernährung sowie eine richtige Lebensmittelwahl verstanden. Außerdem soll dadurch ein gesunder Lebensstil gefördert werden. Insgesamt bestehen die Richtlinien bzw. Anweisungen dieses Gesetzes aus sieben Unterpunkten. So soll unter anderem das Bewusstsein für die Lebensmittelproduktion oder traditionelle japanische Speisen gesteigert werden. Die Lebensmittelsicherheit spielt ebenfalls eine große Rolle. Um diese zu gewährleisten, sollten unter anderem mehr Informationen zur Lebensmittelproduktion etc. veröffentlicht werden. Das *shokuiku* Programm ist auch besonders wichtig für Eltern oder Schulen, denn sie sollten ihr Wissen an die Kinder und Jugendlichen weitergeben. Um dieses Wissen in die Öffentlichkeit zu tragen, veranstaltet das MAFF u.a. Informationsmessen und Tagungen. Da dieses Programm von großer Bedeutung ist, wurde der offizielle Inhalt auch in die englische Sprache übersetzt, um diese Informationen auch AusländerInnen, die sich in Japan befinden, zugänglich zu machen und den gesunden Aspekt der japanischen Ernährung international hervorzuheben (vgl. MAFF 2007, 2016).

Auch in Österreich gibt es eine Ernährungspyramide, die Richtlinien zu einer gesunden Ernährung bietet. Anna Sophie Dold beschreibt in ihrer Masterarbeit zwei Arten von Ernährungsempfehlungen im deutschsprachigen Raum. Diese wären zum einen die österreichische Ernährungspyramide und zum anderen der deutsche Ernährungskreis. Beide wurden mit dem Ziel gegründet, verständliche Ernährungsempfehlungen, die auch an die jeweilige Region angepasst werden, zu erstellen (Dold 2015:14-15).

Weil immer neue Ernährungs-, Gesundheits- und Diättrends zur Verwirrung der KonsumentInnen geführt hatten, wurde schließlich nach Vorbild der im Jahre 1992 in den USA entstandenen, grafischen Form, eine österreichische Ernährungspyramide entwickelt. Die sogenannte „gesund leben“ Pyramide sollte konkrete Beispiele dazu geben, wie eine gesunde Ernährung funktionieren kann. Dabei sollte auch die körperliche Aktivität nicht zu kurz kommen, weshalb diese ebenfalls in die Pyramide mit einbezogen wurde (Dämon und Widhalm 2003:9).

Im Jahre 2009 wurde die „gesund leben Pyramide“ durch die „neue Ernährungspyramide“ ersetzt bzw. verbessert. Dabei setzte der Nationale Aktionsplan Ernährung (NAP.e) fest, dass alle Ernährungsempfehlungen in einer einheitlichen Form dargestellt werden sollten. Durch die Zusammenarbeit von zahlreichen ErnährungsexpertInnen wurde so unter der Führung von Dr. Michael Kunze, vom Institut für Sozialmedizin der medizinischen Universität

Wien, diese „neue Ernährungspyramide“ entwickelt. Im Gegensatz zu der „gesund leben“ Pyramide ist sie grafisch modern in Drei-D-Kästchen, die sich gegenseitig ausbalancieren, dargestellt. Dies soll auch das wichtige Verhältnis von sämtlichen Speisen und Lebensmitteln für eine gesunde Ernährung illustrieren (Wolf 2010:24-25).



Abbildung 2:Österreichische Ernährungspyramide (Quelle: Bundesministerium für Gesundheit und Frauen <http://www.bmgf.gv.at/home/Ernaehrungspyramide>, 12.03.2017)

Haben sich diese Bemühungen der Erstellung einer aufwendigen Pyramide als klar verständliche Ernährungsrichtlinie nun bezahlt gemacht? In einem im Februar 2015 erstellten Bericht zur Evaluierung der Ernährungspyramide kam zutage, dass die Pyramide durchschnittlich oft von der österreichischen Bevölkerung erkannt und als praktische Richtlinie sowie Hilfe für die tägliche Gestaltung des Speiseplans angesehen wurde. Dies war besonders in der Gruppe der Personen ohne Matura der Fall, die angaben, die Pyramide noch öfter zu konsultieren als die Gruppe der TeilnehmerInnen mit Matura. Es spielte dabei keine Rolle, ob unter der Pyramide noch genauere Angaben zu Portionen gemacht wurden oder nicht. In der ersten Frage des Onlinepanels wurden die ProbandInnen nach ihren Assoziationen mit der Ernährungspyramide befragt. Die häufigsten Antworten waren, dass genug Wasser bzw. das Richtige getrunken werden und die Ernährung insgesamt gesund und ausgewogen sein sollte (Bundesministerium für Gesundheit 2015:2-4, 9).

In diesem Teilkapitel zu den Ernährungsrichtlinien in sowohl Japan als auch Österreich wurde veranschaulicht, dass es in beiden Ländern eine sogenannte Ernährungspyramide gibt, die Empfehlungen bezüglich einer gesunden Ernährung geben sollte. Auch wenn sich die Pyramiden der beiden Länder grafisch unterscheiden, so geben sie doch im Allgemeinen die Empfehlung sich zu bewegen und v.a. auf eine getreidehaltige Ernährung und einen hohen Konsum von Gemüse zu

achten. In Japan gibt es außerdem das *shokuiku* Programm, welches zusätzlich noch für die Verbreitung von Informationen über eine gesunde Ernährung sorgen soll. Im nächsten Kapitel soll nun näher auf die Entscheidungsgründe für eine bestimmte Lebensmittelwahl von in Wien lebenden JapanerInnen eingegangen werden.

4. Gründe für eine bestimmte Lebensmittelwahl

In den vorhergegangenen Kapiteln wurde neben einer klaren Zielsetzung dieser Arbeit, nämlich das Essverhalten von derzeit in Wien lebenden JapanerInnen zu analysieren und auf eventuelle kulturelle Hintergründe einzugehen, bereits der Forschungsstand zum Thema *food choice*, die Methode und theoretisches Hintergrundwissen aufgezeigt. Nun soll mit diesem Kapitel das erste Analysekapitel folgen, in dem konkrete Beispiele aus den qualitativen Interviews mit 25 japanischen ProbandInnen in Wien über deren Essgewohnheiten gegeben werden. Das Analysekapitel wird dabei in die zwei wichtigsten Entscheidungsgründe für eine bestimmte Wahl von Lebensmitteln und Speisen sowie die persönlichen Entscheidungsmerkmale einzelner TeilnehmerInnen und schließlich die konkreten Menüpläne dieser aufgeteilt.

4.1. Gesundes Essen

Im vorhergegangenen Teilkapitel wurde der Gesundheitsfaktor, insbesondere der Konsum von Gemüse, als einer der wichtigsten Entscheidungsgründe für die tägliche Wahl von Essen anhand von konkreten Antworten der InterviewteilnehmerInnen näher ausgewertet. Bereits während der Interviews und dann insbesondere bei der Analyse zeigte sich jedoch deutlich, dass es zu diesen konkreten Beispielen zum Thema Gesundheit durch das Essen von Gemüse bei fast allen ProbandInnen noch zusätzliche Assoziationen gibt. Um diese genauer darzulegen, habe ich die wichtigsten Vorstellungen zum Thema Gemüse als Gesundheitsträger codiert und in verschiedene Cluster zusammengefügt. Deren Bedeutung soll in diesem Teilkapitel näher diskutiert werden.

Wie wird also Gemüse von den JapanerInnen in Wien wahrgenommen und welche Assoziationen verbinden sie damit? Wie bereits im vorherigen Kapitel genauer beschrieben wird Gemüse praktisch mit dem Gesundheitsaspekt gleichgesetzt. Das bedeutet zusammengefasst, dass die von mir befragten JapanerInnen beim Thema Gesundheit durch gesunde Ernährung diese sofort mit dem Konsum von Gemüse verbinden. Für die Erhaltung der Gesundheit sollte dementsprechend viel Gemüse gegessen werden. Es fielen u.a. Aussagen wie: „Ja, ich habe gewisse Vorstellungen, denke ich. Ich denke, dass ich eher auf viel Gemüse zurückgreife. Es ist für mich auch in Ordnung nicht so viel Fleisch zu essen, denke ich“.

Bei meinem Interview mit dem Ehepaar Herr und Frau Fukunaga, die 38 bzw. 40 Jahre alt waren und schon seit zwei Jahren in Wien lebten, wurde auf meine Frage, ob sie denn etwas Besonderes für ihre Gesundheit essen würden, ebenfalls geantwortet, dass sie v.a. viel Gemüse und auch Obst essen würden. So antwortete Herr Fukunaga zuerst: „Aber, wie erwartet, machen wir das mit Gemüse oder Obst“. Woraufhin seine Ehefrau dies nur bestätigen konnte: „Viel Gemüse und Obst“. Herr Fukunaga meinte dann auch noch: „Wenn es Gemüse oder Obst ist, ist es nicht so streng, welche Sorte davon“. Frau Fukunaga ging noch zu einem anderen Punkt über, der für die tägliche Ernährung und Erhaltung der Gesundheit ihrer Familie wichtig sei, nämlich wie bereits bei den beiden InterviewpartnerInnen zuvor, dass wenig Fleisch gegessen werden würde: „Fleisch, also anstelle von Fleischsorten oder so wählen wir Bohnen oder Tofu oder solche Dinge“.

Außerdem ist auf die Frische von Gemüse sowie auf frisches Obst oder frischen Salat zu achten. Gemüse als Gesundheitsträger wurde auch mit einem wichtigen Stellenwert für Kinder verbunden. Dabei sei es besonders bei der Essensgestaltung für die eigenen Kinder bzw. die eigene Familie von größter Bedeutsamkeit sehr viel Gemüse zur Verfügung zu stellen.

Eine sehr wichtige Assoziation zum Thema Gemüse und Gesundheit war auch der gemeinsame Konsum von, am besten tierischem, Eiweiß. So wurde es auch als gut angesehen, neben Fleisch auch Gemüse zu essen, um die Balance der Ernährung aufrechtzuerhalten. Wie die konkreten Antworten in den Interviews jedoch gezeigt haben, spielte v.a. Joghurt eine sehr große Rolle in der Aufnahme von genügend Eiweiß.

Meine InterviewpartnerInnen gaben des Weiteren an, darauf zu achten, viel Gemüse zu sich zu nehmen. Dabei wurden verschiedene Arten von Gemüse auch mit verschiedenen Jahreszeiten verbunden. So gab Frau Furuya beispielsweise an, im Sommer saisonales Gemüse und im Winter *nabe* (eine Art japanisches Fondue) zuzubereiten.

Gemüse wurde auch mit der täglichen Ernährung verbunden. So wurde es von fast allen Befragten mindestens einmal täglich in Form von Suppen, Salaten oder als frisches Gemüse gegessen. Obst sollte auch mindestens einmal täglich zu sich genommen werden. In meinen Interviews war ersichtlich, dass dies meist zum Frühstück geschah. Die konkreten Beispiele waren dabei z.B. eine Aufnahme von Gemüse oder Obst in Form von Minestrone, Vogerlsalat, Kiwis oder auch Bananenmilch. Dadurch lässt sich wiederum erkennen, dass Gesundheit durch Obst und Gemüse vielseitig assoziiert wird.

Zahlreiche ProbandInnen gaben zudem an, Gemüse schon immer gemocht zu haben und sahen dies auch als einen Grund dafür an, warum sie nun darauf achteten, dass sie und ihre Kinder viel Gemüse zu sich nehmen würden.

Dieser tägliche Konsum von Gemüse konnte bereits im ersten Teil des Interviews anhand

der täglichen Menüpläne erkannt werden. So wurde u.a. gefragt, welche Speisen die JapanerInnen die letzten drei Tage zum Frühstück, Mittagessen und schließlich Abendessen gegessen hätten. Zum Frühstück wurde Gemüse oftmals in Kombination mit Brot oder eiweißhaltigen Lebensmitteln wie Milch, Schinken, Käse, Joghurt mit Bananen sowie als Salat konsumiert. Das Mittagessen bestand zumeist aus Gemüse als Einlage in *rāmen* oder anderen Suppen, japanischen Eintöpfen wie z.B. *donburi*, als Zutat in belegten Broten oder wieder in der Form von Salaten. Das Abendessen stellte für die JapanerInnen die wichtigste Mahlzeit des Tages dar. Auch bei dieser durfte das Gemüse nicht zu kurz kommen. So wurde Gemüse z.B. in Form von *itame* angebraten, zu Nudelgerichten hinzugefügt, zusammen mit Reis und Miso-Suppe gegessen oder selten auch zu Käsegerichten gereicht. Als Gemüse wurden hier u.a. auch Tiefkühlware von Iglo bzw. konkrete Beispiele von Salat wie z.B. Vogerlsalat bezeichnet.

Weil das Gemüse in fast jedem Interview genannt wurde, war es für mich ebenfalls von großer Bedeutung zu erfragen, wo dieses eingekauft wurde. Anders als etwa japanischer Tee oder Instantprodukte wie Miso oder japanisches Curry (*karē*) gaben meine ProbandInnen an, Gemüse generell nur in Wien zu kaufen und es sich nicht etwa aus Japan mitbringen zu lassen. Die Orte, an denen Gemüse, aber auch andere Lebensmittel, eingekauft wurden waren u.a. österreichische Supermärkte wie Spar, Billa oder Hofer, Bioläden wie Denn's Biomarkt, Wochenmärkte wie z.B. der Meidling Markt oder auch Asialäden wie der koreanische Supermarkt Nakwon oder auch der chinesische Supermarkt Lili Markt.

Gemüse wurde aber auch oftmals mit Ratschlägen, Erkenntnissen aus Hörensagen oder auch anderen Aspekten assoziiert. So wurde z.B. von einigen ProbandInnen angegeben niemals auf Tiefkühlware zurückzugreifen, obwohl andere meinten, gerne Tiefkühlware bei der Zubereitung von Speisen zu verwenden. Gemüse wurde aber auch mit einer Diät bzw. dem Abnehmen verbunden. So gab u.a. Frau Kawaguchi an, persönlich keinen Druck zu haben, eine Diät zu beginnen, jedoch würde sie gerne einmal versuchen, statt Müsli, Gemüse bereits zum Frühstück zu essen. Andere ProbandInnen wie z.B. Frau Kaneshiro gaben an, schon einmal eine Diät ausprobiert zu haben, die v.a. daraus bestand, zum Abendessen nur auf Gemüse zurückzugreifen. Wieder andere wie z.B. die 64-jährige Frau Fukui, die schon seit 21 Jahren in Wien lebt, gaben an, dass es ihnen Stress bereiten würde, könnten sie einmal kein Gemüse essen. Frau Fukui assoziierte den Konsum von Gemüse ebenfalls mit ihren nun erwachsenen Kindern, die sich immer gefreut hätten, wenn sie Speisen mit frischem Gemüse bekommen haben. Das Ehepaar Fukunaga verband Gemüse auch mit Sicherheit für ihre Kinder, v.a., wenn sie sich in Japan aufhalten würden, deshalb gaben sie an Gemüse in sicheren Supermärkten wie z.B. COOP zu kaufen, da diese kein Gemüse aus Fukushima verkaufen würden. Frau Fukunaga erinnerte sich außerdem an eine Sendung, die sie

einmal im japanischen Fernsehen gesehen hätte. In dieser wurde die Bedeutung von Gemüse während der Schwangerschaft näher erläutert. Diese Sendung hätte sie persönlich sehr geprägt, weshalb sie die dort gegebenen Ratschläge befolgte und auch nach der Geburt ihrer Kinder weiterhin eine gemüsehaltige Kost gegessen hätte. Auch das tierische Eiweiß wurde wiederum mit Ratschlägen verbunden. So gaben einige ProbandInnen an, ihre Familie hätte ihnen bereits in ihrer Kindheit die Wichtigkeit von einer Ernährung mit Gemüse und tierischem Eiweiß erklärt. Andererseits war jedoch ein anderer Aspekt, dass viele der InterviewpartnerInnen nie daran gedacht hätten, nur Gemüse zu essen, sich also vegan zu ernähren.

Mit Gemüse wurde jedoch auch das Leben bzw. der Alltag in Japan und Österreich verbunden. Wobei die Assoziationen sehr verschieden waren. Mit Japan und Gemüse wurde v.a. an die Ernährung zu Hause erinnert. Zu Hause lebten meist die eigene Mutter bzw. Großmutter oder sogar beide, welche immer darauf geachtet hätten, dass die gesamte Familie bei jeder Mahlzeit sehr viel frisches Gemüse zu sich nehmen würde. Diese Erfahrung machte auch Frau Fukui als sie meinte, japanische Hausfrauen hätten es schwerer als österreichische, da sie viel mehr Zeit in die Zubereitung von verschiedenen Speisen für jede Mahlzeit investieren müssten. Sie fügte außerdem hinzu, dass Gemüse sicher in der Generation ihrer eigenen Großeltern eine wesentlich wichtigere Rolle gespielt hätte, als dies nun der Fall wäre. Trotzdem meinten fast alle ProbandInnen, dass Gemüse im täglichen Leben in Japan immer noch eine wichtige Rolle spiele, sei es nun im *obentō* für die Kinder oder den Ehemann, die die Mütter liebevoll mit Gemüse verzieren würden oder in der Suppe und dem *Gemüseitame*, welche die Familie zum Abendessen verzehren würde.

Mit Gemüse in Japan wurde sowohl der Genuss beim Essen als auch die Freude am Kochen selbst verbunden. So sei es sehr viel leichter als in Österreich, an qualitativ hochwertiges Gemüse und leckeren Fisch zu kommen. Außerdem wurden auch japanische Fast Food Ketten wie Mos Burger oder die japanischen Filialen von Subway als positives Beispiel für das schnelle Essen genannt, da diese, im Vergleich zu ihren Konkurrenten wie Mc Donalds usw., viele Speisen und Snacks mit hohem Gemüseanteil anbieten würden.

Die einzige etwas negativere Verbindung, die zwischen Japan und Gemüse aufgestellt wurde, war die Tatsache, dass es in Japan keine Bioprodukte gäbe. Dies wurde von einigen ProbandInnen als etwas ungewöhnlich oder sogar unpraktisch empfunden.

Wie wurde nun das Gemüse in Österreich wahrgenommen? In Österreich wurden v.a. Gemüsemärkte wie u.a. der Meidling Markt als positive Beispiele für den Einkauf von frischem Obst und Gemüse genannt. Mehr als einmal fiel außerdem die Aussage, dass in Österreich lieber Gemüse als beispielsweise Wiener Schnitzel konsumiert würde. Auch würde bei Pausensnacks oftmals auf mit Gemüse belegte Brote von Anker oder anderen Bäckereien zurückgegriffen werden.

Von vielen InterviewpartnerInnen wurde jedoch der Unterschied zu japanischem Gemüse negativ hervorgehoben. So empfanden sie Gemüse und Obst in Österreich als von schlechterer Qualität als das Obst und Gemüse in ihrem Heimatland. Das Positive sei allerdings, dass Gemüse in Österreich billiger als Gemüse in Japan sei. Als leckeres Gemüse wurden lediglich österreichische Kartoffeln oder Fenchel bezeichnet.

Bei meinen Gesprächen über Gemüse fielen auch einige Aussagen, die ich als „schlechte Beispiele“ gruppieren konnte. Diese betrafen ausschließlich die Assoziationen zu Gemüsekonsum bzw. das Fehlen dieses in Österreich. So wurde es als schlecht empfunden, dass das traditionelle Frühstück in Österreich kein Gemüse enthalten würde. Auch würde es bei der Jause am Vormittag mit einer ungesunden Wurstsemmel weitergehen. Im Allgemeinen müsste in der österreichischen Küche mehr Gemüse verwendet werden. Ohne dieses wurde die österreichische Küche nämlich als zu deftig, fettig und salzhaltig wahrgenommen. Der fehlende Gemüsekonsum in Österreich wurde auch mit Zivilisationskrankheiten verbunden. So meinte Frau Fukui u.a.:

Als ich vor mehr als zwanzig Jahren nach Österreich kam, fiel mir auf, dass es hier sehr viele alte Menschen mit schlechten Beinen oder anderen körperlichen Gebrechen gab. Ich glaube, das Problem mit Österreich ist nicht, dass eher eine Fleischkultur vorherrscht, als viel mehr, dass es sich um keine Gemüsekultur handelt.

Dieses Fehlen von Gemüse wurde außerdem oft gleichgesetzt mit dem Fehlen von Fisch oder anderen Meeresprodukten, die auch mit Gesundheit, u.a. mit für den Körper essenziellen Fettsäuren wie Omega-3 assoziiert wurden. Andererseits wurden Trends wie Vegetarismus und Veganismus zwar auch mit Gemüse verbunden, jedoch wurde kritisiert, dass es zu viele dieser Trends in Österreich gäbe und, dass der Bedarf an Eiweiß nicht gedeckt werden könne. Auf diese Trends und ihre Assoziationen wird jedoch an einer späteren Stelle dieser Arbeit noch genauer eingegangen.

Wie diese Ausführungen zu den Assoziationen, die mit dem Gesundheitsträger Gemüse verbunden werden, veranschaulicht haben, wird die Bedeutung von Gemüse in den verschiedensten Zusammenhängen von einer japanischen Community in Wien wahrgenommen. Sei es nun im Ländervergleich Japan - Österreich, in den täglichen Menüplänen oder an den Orten, wo Gemüse gekauft wird.

Die wichtigste gedankliche Verbindung von Gemüse ist jedoch der Gesundheitsfaktor, weshalb immer wieder in meinen Gesprächen hervorgehoben wurde, dass eine gesunde Ernährung v.a. daraus besteht, auf eine ausgewogene Ernährung mit einem hohen Anteil an Gemüse zu achten.

4.2. Ernährungskosten

Nachdem im letzten Teilkapitel das Gemüse als Gesundheitsträger genauer vorgestellt wurden, soll

in diesem Teilkapitel genauer auf den quantitativ wichtigsten Entscheidungsgrund, den Preis von Lebensmitteln und Speisen, eingegangen werden.

Um dieses Ziel zu erreichen, wurden diese Gedankenverbindungen der einzelnen Probanden zum Thema Preise und Geld in Kategorien eingeteilt. Diese sind die Wahrnehmung von Preisen als teuer oder billig, wobei auch darauf eingegangen werden soll, welche Produkte konkret in Japan oder Österreich als jeweils teuer oder billig angesehen wird. Andere Kategorien sind, ob der Preis ein wichtiger Entscheidungsgrund ist, die Bedeutung von Bioprodukten sowie, was konkret getan wird, um den Preisfaktor möglichst gering zu halten.

Pauschal gesagt war der Preisfaktor ein wichtiger Entscheidungsgrund vieler interviewter JapanerInnen. So gaben konkret insgesamt 16 Personen an, dass dieser Faktor sie stark bzw. zu einem gewissen Grad in ihrer Lebensmittelwahl beeinflussen würde. So etwa Frau Furuta, die sagte, dass sie Rabattkarten und Coupons sammeln würde und ständig auf der Suche nach billigen Produkten sei:

Ja der Preis ist natürlich ein wichtiger Entscheidungsgrund für mich. Ich suche immer nach Angeboten, ich habe ja auch z.B. die Billa-Vorteilskarte. Also ich schaue mir die Preise an, und falls es diesen Supermarkt bei mir in der Nähe gibt, gehe ich hin und kaufe die verbilligten Lebensmittel.

Nur zwei ProbandInnen gaben an, dass Geld keine Rolle spielen würde. So etwa Herr Kanno, der sehr offen mit seiner Beantwortung über den Stellenwert von Geld in seinem Privatleben sowie bei der Bedeutung dieses bei der Auswahl von Lebensmitteln und Speisen war. Als Antwort auf meine Frage, ob denn der Preis ein wichtiger Entscheidungsgrund bei der Auswahl von Essen wäre, meinte er: „In meiner Familie gibt es keine solche Regel, welche die Ausgaben beschränkt“. Als ich daraufhin meinte, dass also der Preisfaktor keine größeren Probleme darstellen würde, beschrieb er mir ausführlich eine Reise nach Paris, die er zusammen mit seiner Ehegattin und seinem Sohn zum Hochzeitstag unternommen habe:

Letzten Sommer, ach nein, im Sommer vor zwei Jahren feierten ich und meine Frau unseren 30. Hochzeitstag. Also fragte ich sie, wohin sie denn gerne fahren würde. Da wir alle das Essen lieben und dies für uns schon, wie ein Ritual geworden ist, meinte sie nur, sie würde gerne in die berühmten Restaurants von Paris fahren. Die sind sehr teuer. Wir fuhren also eine Woche nach Paris. Dort besuchten wir nur die besten fünf-Sterne-Restaurants. Es ging in etwa so, auf das Mittagessen folgte das Abendessen und dies ging eine Woche lang so weiter. Wir verbrachten dabei die meiste Zeit in Restaurants. Für ein Abendessen ließen wir uns beispielsweise bis zu sieben Stunden Zeit. Jeden Tag! Wir aßen so viel, dass wir keine Zeit mehr für irgendetwas anderes hatten. Unser Mittagessen dauerte auch drei Stunden, also blieben uns nur noch drei Stunden, zwischen vier und sieben Uhr, um etwas von Paris zu sehen.

Wie aus dieser Erzählung geschlossen werden konnte, verfügte die Familie Kanno über genug Geld, um in Paris die besten Lokalitäten aufzusuchen. Dies lässt sich aber, meiner Meinung nach, nicht grundsätzlich auf die Ausgaben im Alltag schließen, da es sich um ein besonderes Ereignis, nämlich den 30. Hochzeitstag gehandelt hat. Da diese Veranschaulichung auch etwas ungewöhnlich für mich war, fragte ich des Weiteren, ob Herr Kanno denn der Meinung wäre, dass qualitative Produkte immer teuer sein müssten. Er antwortete darauf: „Das hängt ganz von den Produkten ab. Ja, es ist wahrscheinlich wirklich sehr stark davon abhängig, was du bekommst“.

Eine Probandin gab außerdem zu bedenken, dass der Geldaspekt nicht so wichtig sei, weil sie für ihren Aufenthalt in Österreich zuvor viel Geld in Japan angespart hätte. Eine andere Meinung war außerdem, dass der Preis bei guten Waren bzw. Bioprodukten keine Rolle spielen würde. Die Eltern unter den ProbandInnen waren außerdem der Meinung, dass Geld v.a. wegen der Kinder eine Rolle spielen würde bzw. gespielt hätte. Dabei muss jedoch unterschieden werden, dass die gegenteiligen Antworten „Bioprodukte sollten für die Kinder gekauft werden“ oder „Wenn Kinder da sind, essen diese zu viel, weshalb auf Bioprodukte oder teures Essen verzichtet werden sollte“, beide genannt wurden und es deshalb zu einer geteilten Meinung gekommen ist. Frau Fukui beantwortete meine Frage nach der Wichtigkeit des Preises im Zusammenhang mit Kindern sehr ausführlich:

Aaaa, aaa! Hmmm, also ich denke, das trifft nicht für Haushalte mit Kindern, die sehr viel essen zu, aber unsere Kinder sind schon erwachsen und deshalb gehe ich jetzt für ca. zwei Drittel der Einkäufe nicht in normale Supermärkte, sondern in den Biosupermarkt Denn's. Dort gehe ich wirklich oft hin. Zu einem Drittel gehe ich, glaube ich, zu Billa. Spar ist zwar auch in der Nähe, aber die nächsten Einkaufsmöglichkeiten sind Denn's und Billa, weshalb ich diese beiden Supermärkte auswähle. Fleisch kaufe ich generell nie bei Billa, sondern immer bei Denn's. Ja, und Gemüse kaufe ich auch fast immer bei Denn's. Bei Billa gibt es zwar mehr Auswahl bei anderen Dingen, jedoch ist bei Denn's die Auswahl an Gemüse, Gewürzen und Fleisch sicher viel größer. Natürlich ist bei Billa das Fleisch billiger, aber da ich nicht so viel Fleisch esse ist das, denke ich, in Ordnung. Das ist natürlich nur eine gefühlsmäßige Entscheidung, aber ich fühle mich einfach sicherer, wenn ich solche Dinge bei Denn's und nicht bei Billa kaufe.

Für sie ist also der Bioaspekt besonders bei Fleisch, Gewürzen und Gemüse am wichtigsten und der Preisfaktor nimmt eher eine untergeordnete Rolle ein. Gleichzeitig betonte Frau Fukui jedoch immer wieder, wie teuer solche Supermärkte wie Denn's seien und, dass es nur möglich ist, dort tägliche Einkäufe zu tätigen, wenn keine kleinen Kinder im Haus seien und nur wenig gegessen würde.

Bioprodukte waren allerdings nicht nur für Eltern ein wichtiges Thema, sondern wurden bei fast jedem Interview im Bezug auf den Preis bzw. den Geldaspekt genannt. Mit Bioprodukten

verbanden meine InterviewpartnerInnen u.a. eine gute Qualität, Biobananen oder die Tatsache, dass sie teurer als andere Lebensmittel sind.

Was wurde nun in Österreich als teuer angesehen? U.a. wurden japanische Restaurants als teuer bezeichnet und in diesen v.a. das angebotene Sushi. Ebenso war es sehr bedauernd für die ProbandInnen, dass die Asialäden in Österreich dieselben Produkte, die in Japan billig gekauft werden könnten, für einen viel höheren Preis verkaufen würden. Als besonders teuer wurden in diesen Supermärkten Produkte wie Sojasoße oder *omochi* (Reiskuchen) wahrgenommen. Wie Frau Kaneshiro aber treffend gesagt hatte: „Natürlich ist es teuer, aber ich kaufe in Österreich trotzdem Sojasoße. *Omochi* lasse ich mir aber aus Japan mitbringen. Der Unterschied liegt darin, dass Sojasoße eine grundlegende Zutat ist, während ich *omochi* v.a. als Belohnung esse“. Genauso wurde es auch bei vielen anderen JapanerInnen in Wien gehandhabt. Fleisch, besonders von Schwein und Huhn, wurde in Österreich auch als sehr teuer wahrgenommen. So meinten einige ProbandInnen, dass sie statt auf Filet auf billigere Fleischsorten zurückgreifen würden. Aber nicht nur selbst Zubereitetes, auch das Essen in österreichischen Restaurants fanden die JapanerInnen sehr teuer. Wichtig ist dabei festzuhalten, dass die einzigen österreichischen Speisen, die in den Interviews genannt wurden, Wiener Schnitzel, Tafelspitz, Gulasch oder Käsespätzle waren. Darunter wurden Tafelspitz und Wiener Schnitzel als sehr teuer empfunden. Genauso verhielt es sich auch mit Kuchen und Kaffee in einem der zahlreichen Wiener Cafés. Diese Freuden wurden von den JapanerInnen auch als eher teuer eingestuft. Was noch als nicht billig angesehen wurde, war Fisch. Dieser wurde jedoch laut eigener Aussage der meisten TeilnehmerInnen fast gar nicht konsumiert. Das jedoch wichtigste Beispiel war die österreichische Mensa. Diese wurde fast von allen, v.a. den jüngeren InterviewpartnerInnen, als sehr kostspielig empfunden.

Natürlich war es nicht genug nur die Produkte und Speisen, die in Österreich als teuer empfunden wurden, aufzudecken, weshalb ich die gesamten Interviews ebenfalls auf Anzeichen von mit teuer assoziierten Lebensmitteln in Japan durchsucht habe. In Japan gab es eine eindeutige Tendenz dazu, auswärts zu essen als nicht billig anzusehen. So wurden neben gehobenen Restaurants auch Fast Food Restaurants wie Mc-Donald's, Kentucky Fried Chicken (KFC), Mos Burger usw. als teuer empfunden. Fleisch wurde ebenfalls als sehr teuer erachtet. Ein extremes Beispiel ist hierbei das *Kōbe Beef*. Aber auch Spezialitäten wie Käse, Bier oder auch Gemüse oder Obst wurden als wesentlich teurer als in Österreich angesehen. Als teuerste Stadt wurde die Hauptstadt Tōkyō genannt.

Was wurde nun in den beiden Ländern als preiswert bezeichnet? Als starkes, im Kontrast zu Japan stehendes Beispiel wurden in Österreich Produkte wie Milch, Gemüse oder Obst genannt. Jenes Produkt, welches als billigstes empfunden wurde, waren dabei die Kartoffeln. Aber auch

Produkte wie Gemüse, inklusive Biogemüse, Obst, Wein oder Käse wurden mit billig assoziiert. Die beiden Supermärkte, die als die billigsten und teilweise sehr gut empfunden wurden, waren Hofer und Lidl. Das Brot im Supermarkt Lidl wurde dabei besonders als positives Beispiel wahrgenommen. Auch Imbissstände empfanden die JapanerInnen in Wien als sehr billig, was mitunter auch ein Grund ist, dass sie öfters auf Würstchen, Kebab oder Pizza zurückgreifen. Zwar wurde selber kochen als das Billigste in Wien empfunden, jedoch wurden auch Beispiele für billiges Essen auswärts genannt. Ein Beispiel darunter war das Mittagmenü im Café Edison. Auch interessant war, dass asiatische Produkte, die nicht in Asialäden, sondern im Supermarkt verkauft werden, u.a. auch Tee oder Reismehl, als billig assoziiert wurden.

Obwohl die obigen Beispiele gezeigt haben, dass ziemlich viele Lebensmittel in Wien als billig empfunden werden, gab es auch Assoziationen von preiswertem Essen in Japan. Obwohl als teures Beispiel das auswärtige Essen genannt wurde, gibt es auch Restaurants in Japan, die als billig empfunden werden. Darunter u.a. chinesische Restaurants und *izakaya* (japanische Kneipen). Das wichtigste Beispiel für preiswertes Essen war wohl die japanische Mensa. Außerdem wurde in Japan, im Gegensatz zu Österreich, Hühnerfleisch als billig empfunden. Auch das für Japan sehr wichtige *obentō* sei billig, sofern es selbst zubereitet werde. Frau Kaneshiro empfand außerdem Gemüse in kleinen Packungen aus dem *konbini* als billig. Ihr Grund dafür war, dass die Packungen schnell und ganz aufgegessen werden könnten und es deshalb billiger wäre, als für sich alleine Gemüse selbst zu kochen, welches dann vielleicht nicht gesamt verzehrt und schließlich weggeworfen werden müsste. Da Wien als Hauptstadt der Kaffeekultur genannt werden könnte, wurden Kuchen und Torten ebenfalls oftmals während der Gespräche genannt. Während diese jedoch in Österreich als sehr teuer empfunden wurden, seien sie in Japan billig. Außerdem billiger als in Österreich wären Eier und Pilze.

Nachdem nun die Assoziationen von billig und teuer, Geld als Entscheidungsmittel und Bioprodukte näher beschrieben wurden, soll abschließend vorgestellt werden, was die JapanerInnen in Wien nun konkret tun, um Geld zu sparen und trotzdem auf die von ihnen gewünschten Lebensmittel und Speisen zurückgreifen zu können. Um auf ihre geliebten japanischen Zutaten zurückgreifen zu können, gaben viele meiner ProbandInnen an, sich Produkte wie Tee oder Miso aus Japan mitbringen zu lassen. Sie meinten, dies wäre immer noch billiger, als diese in einem der Asialäden in Wien zu kaufen. Besonders meine jüngeren InterviewpartnerInnen gaben außerdem an, sich selbst ein tägliches Geldlimit zu setzen. Meist durfte dieses zehn Euro nicht überschreiten. Dieses Limit war zu Mittag oft geringer als zu Abend. Viele zogen auch eine Grenzlinie bei der Entscheidung von Bio- oder Nicht-Bioprodukten. So gaben sie an, Bioprodukte zu kaufen, wenn diese nicht mehr als drei Euro teurer als Nicht-Bioprodukte wären. Die meisten meiner

ProbandInnen meinten zwar, dass sie beim Essen in Restaurants nicht so sehr auf den Faktor Geld achten würden, gleichzeitig gaben sie jedoch zu, Lokale oftmals nach dem Preis auszuwählen. Generell tendierten die JapanerInnen dazu, zu billigen Früchten zu greifen und dabei nicht auf deren Herkunft zu achten. So wurde auch angegeben, Früchte aus Spanien usw. zu kaufen. Grundsätzlich wurde von zwei gleichartigen Produkten meistens das billigere gekauft. Auch bei der Wahl der Orte, an denen eingekauft wurde, wurden meist Diskonter wie Hofer gegenüber teureren Supermärkten wie Billa bevorzugt. Der Vergleich von Angeboten spielt auch eine essenzielle Rolle in der Lebensmittelwahl. So könne man sich für die billigsten Produkte entschieden. Frau Kawaguchi verbildlichte dies besonders gut, als sie meinte, sie würde immer das billigste Müsli für ihr Frühstück kaufen. Wie bereits erwähnt, meinten die JapanerInnen auch, eher zu kleinen Packungen zu greifen, dies v.a. darum, weil sie oft alleine oder nur zu zweit leben würden. Abschließend kann noch gesagt werden, dass billiges Fleisch von beinahe allen ProbandInnen als von schlechter Qualität assoziiert wurde. Sie würden deshalb bei Fleisch eher kleine Mengen kaufen oder Fleisch generell nur zu besonderen Anlässen konsumieren.

In diesem Teilkapitel wurden die Assoziationen zum Thema Geld bzw. Preis genauer vorgestellt. Die befragten, in Wien lebenden JapanerInnen achten auf ihre Ausgaben und gaben auch an, dass der Preisfaktor sehr wohl eine gewisse Rolle bei der Entscheidung für ihre tägliche Ernährung spielen würde. Bioprodukte genossen ein generell gutes, jedoch sehr teures Image. Als teuer wurden in Österreich Fisch, Schweine- und Hühnerfleisch oder japanische Produkte in Asialäden wahrgenommen. In Japan hingegen wurden Restaurants und Fast Food als teuer angesehen. In Wien seien österreichische Spezialitäten wie Käse, Milch, Gemüse, Kartoffeln und Wein billig. In Japan wiederum schlugen die Mensas an Universitäten jeden Rekord, wenn es um eine preiswerte Küche geht.

Im nächsten Teilkapitel sollen nun die vorhergegangenen Teilkapitel noch einmal genauer aufgegriffen werden, indem die individuellen Entscheidungsgründe für gewisse Lebensmittel und Speisen der ProbandInnen vorgestellt werden.

4.3. Individuelle Entscheidungsgründe und Menüpläne

In den vorhergegangenen Teilkapiteln zur Lebensmittelauswahl einer in Wien lebenden japanischen Community wurden bereits die beiden, auch quantitativ, wichtigsten Entscheidungsgründe, Preis und Gesundheit, genauer beschrieben. In diesem Kapitel soll nun versucht werden anhand der dreitägigen Speisepläne von ausgewählten JapanerInnen, auf deren individuelle Entscheidungsgründe stärker einzugehen.

Als letzten Punkt meiner ausführlichen Gespräche mit JapanerInnen, die schon seit

mindestens sechs Monaten in Wien leben, wurde abschließend noch einmal auf ihre persönlichen Entscheidungsgründe für ein bestimmtes Essen eingegangen. Dabei sollte zum einen kontrolliert werden, ob die vorhergegangenen Antworten mit den eigentlichen Intentionen zusammenpassen und andererseits noch einmal auf neue Erkenntnisse gestoßen werden.

Insgesamt wurden 25 JapanerInnen im Alter von 20 bis 64 Jahren interviewt. Diese Personen wurden alle nach den Speisen, die sie die letzten drei Tage gegessen hatten sowie nach den allgemeinen Gründen für ihre Lebensmittelwahl befragt. Dabei war es auch möglich, mehrere Gründe anzugeben.

Neben den bereits ausführlich besprochenen Gründen des Preises sowie der Gesundheit für eine bestimmte Lebensmittelwahl gaben die JapanerInnen des Weiteren noch 27 andere individuelle Gründe für ihre persönliche Ernährungsweise an. Da die qualitative Beschreibung dieser den Rahmen dieser Arbeit sprengen würde, soll in diesem Kapitel ausnahmsweise eine quantitative Reihung mit qualitativen Beispielen vorgenommen werden.

Der nach den beiden Faktoren Preis und Gesundheit insgesamt drittwichtigste Punkt war, dass die Speisen gegessen würden, die von den jeweiligen ProbandInnen gemocht werden. Insgesamt fünf ProbandInnen gaben diesen Entscheidungsgrund an. Unter ihnen befand sich auch Frau Furutani, die diesen sogar als Hauptentscheidungsgrund ihrer täglichen Ernährung angab.

Der nächstwichtigste Entscheidungsgrund war ein sehr ähnlicher, nämlich jener, dass gerade das gegessen werden würde, auf das die JapanerInnen im Moment Lust hätten. Insgesamt wurde dieser Grund viermal genannt.

Gleichauf liegt das Sicherheitsverständnis. Hierbei war es den befragten ProbandInnen wichtig, dass ihr Essen sicher wäre. Dieser Punkt spielte jedoch v.a. dann eine Rolle, wenn die Ernährungsgewohnheiten in Österreich und Japan und deren Besonderheiten beschrieben wurden. So meinten u.a. Herr und Frau Fukunaga, dass dieser Punkt in Österreich nicht von zu großer Bedeutung wäre, sie in Japan jedoch niemals auf Produkte aus der Region Fukushima zurückgreifen würden und dies sogar bei ihrer Auswahl von Supermärkten ein wichtiger Entscheidungsgrund wäre. Insgesamt kann jedoch gesagt werden, dass die JapanerInnen in Wien ein sehr großes Vertrauen in die österreichische Lebensmittelindustrie haben und sogar bei Produkten, die aus anderen europäischen Ländern wie Spanien oder Italien stammen, ungezwungen zugreifen.

Ein Punkt, der insgesamt dreimal als wichtiger Entscheidungsgrund genannt wurde, ist die Frische der Lebensmittel. Ein Beispiel dafür ist Frau Fukuda, für die die Frische sogar den wichtigsten individuellen Entscheidungsgrund darstellt. Bereits während unseres Gesprächs fiel mir auf, dass Frau Fukuda immer wieder betonte, besonders auf frische Speisen wie Salate oder Gemüsesuppen zurückzugreifen. Deshalb wollte ich mich zuletzt noch einmal vergewissern, ob

denn diese Frische bei Lebensmitteln einen wichtigen Entscheidungsgrund darstellte. Daraufhin antwortete Frau Fukuda:

Ja, genau so [lacht]. Ja, natürlich achte ich auf die Frische beim Essen, außerdem kann es schon vorkommen, dass ich etwas kaufe, was gerade im Angebot ist. Ich möchte außerdem Zutaten kaufen, die leicht zuzubereiten sind. Zuletzt entscheide ich mich meistens einfach für jene Dinge, die ich gerne essen möchte.

Ebenfalls gleichauf mit der Frische der Speisen und Zutaten, liegt der individuelle Grund, viel tierisches Eiweiß zu sich zu nehmen, welcher auch insgesamt dreimal genannt wurde. Als Klassiker für die tägliche Eiweißzufuhr wurde Joghurt genannt, welches v.a. zum Frühstück verzehrt würde. Besonders in Erinnerung ist mir hierbei Frau Furuya geblieben, die sehr darauf achtet, mindestens eine Woche lang dasselbe Joghurt zu essen, damit der Eiweißhaushalt und somit die Darmflora angeregt werden würde.

Jeweils zweimal genannt wurden die Entscheidungsgründe der langen Haltbarkeit, Bioprodukte, Geschmack und, dass es sich um qualitativ hochwertige, gute Zutaten handeln müsse. Die lange Haltbarkeit wurde u.a. von Frau Furukawa erwähnt, die weil sie alleine lebt, großen Wert darauf legen würde, dass sich die Lebensmittel lange halten würden und sie vorzugsweise auch auf Lebensmittel zurückgreifen würde, die nicht im Kühlschrank gelagert werden müssten. Bei den Bioprodukten ist Frau Fukui wohl das Paradebeispiel, denn sie legt sehr großen Wert auf diese, vor allem bei Gemüse und Fleisch. Ihr einziger Anbieter ist der Biosupermarkt Denn's, bei dem sie vor allem die Frische und Auswahl der Produkte schätzt. Jedoch meinte sie auch, dass sie sich das nur leisten könne, oder alle Personen allgemein sich so einen Biosupermarkt nur leisten könnten, wenn sie keine kleinen Kinder mehr hätten, die viel essen müssten, denn z.B. Denn's würde für seine Produkte bis zu fünfmal mehr Geld verlangen als andere Supermärkte wie z.B. Billa oder Spar.

Der Entscheidungsfaktor Geschmack wurde bei zwei männlichen Probanden als wichtiger Faktor für die tägliche Wahl von Lebensmitteln und Speisen genannt. Dabei war den beiden Herren v.a. wichtig, dass dieser Geschmack auch an den Geschmack der Speisen in Japan herankommen könnte. Frau Furuya, die bereits eine Ernährung mit tierischem Eiweiß als wichtig empfand, war eine derjenigen ProbandInnen, die anstelle des Geldfaktors eher den Faktor der qualitativ hochwertigen Produkte zu schätzen wusste. So gab sie an, dass sie sich meist für gute Produkte, auch von v.a. Wochenmärkten, entscheiden würde.

Jeweils einmal genannt wurden solche Entscheidungsgründe wie: leicht zuzubereitende Speisen, traditionell japanische Speisen, Speisen, die aufgrund bestehender Allergien problemlos gegessen werden können, ein breites Angebot an Speisen, Abwechslung von Speisen verschiedener Länder usw.

Zu Beginn meiner Interviews fragte ich die ProbandInnen, was sie an den drei Tagen vor unserem Gespräch zum Frühstück, Mittagessen und Abendessen gegessen hätten. Wie ich in meiner Annahme schon gedacht hatte, bestätigte sich, dass die JapanerInnen in Wien häufig japanische Speisen essen würden. Eine große Ausnahme war jedoch das Frühstück, bei dem v.a. Joghurt oder Früchte, aber auch süßes Brot gegessen wurde. Müsli oder Toast standen auch auf der Liste der beliebtesten Frühstücksarten. Sogar von Frau Furuya, die sonst nur japanische Speisen zu sich genommen hatte, wurde zum Frühstück am liebsten Joghurt und Porridge verzehrt. Die Getränke waren ebenfalls eine bunte Mischung aus Kaffee, Tee, Wasser und Fruchtsäften, die entweder frisch gepresst oder fertig gekauft wurden. Ich fragte jeweils auch noch, wie es denn in Japan ausgesehen hätte und dabei bestand der größte Unterschied beim Frühstück. Die ProbandInnen gaben an, in Japan eher auf Misosuppe, Fisch und Reis zurückgegriffen zu haben.

Das Mittagessen bestand jedoch bei den meisten ProbandInnen, ähnlich wie in Japan, aus kleinen, leichten Speisen, die schnell zubereitet werden konnten. Hierbei dominierten v.a. *insutanto rāmen*, *udon*, belegte Brote von Bäckereien, Reste von Speisen des Abendessens vom Vortag, wie z.B. Gemüse und Reis oder auch ausländische Speisen wie Nasi Goreng oder Chili con Carne. Das Mittagessen in Japan bestand ähnlich wie jenes in Österreich meist auch aus kleinen Snacks wie *insutanto rāmen* oder *udon*, die aber anders als in Österreich, auch auswärts, z.B. in kleinen Restaurants, gegessen wurden. In Österreich wird das Mittagessen v.a. daheim gegessen, bzw. zur Arbeit oder an die Universität mitgenommen.

Das Abendessen könnte jedoch als typisch japanisch eingestuft werden. Bei diesem gaben die befragten JapanerInnen an, sich besonders viel Zeit bei sowohl der Zubereitung als auch dem Verzehr zu nehmen und dieses deshalb besonders auszukosten. Hierbei wurden v.a. traditionelle japanische Speisen wie *tonkatsu*, Misosuppe, *nimono*, *agemono*, Reis usw. genannt. Das Abendessen in Japan sehe auch meist sehr reichhaltig aus, meinten die befragten JapanerInnen, wobei es in Japan noch mehr Auswahl an Fisch und Meeresfrüchten geben würde, auf die gerne zurückgegriffen werden würde.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die JapanerInnen neben den beiden wichtigsten Entscheidungsmerkmalen des Preises und der Gesundheit auch auf die Frische, Qualität und Sicherheit der Zutaten achten. Außerdem entscheiden sie sich meist einfach nur für Speisen, die sie gerade gerne essen möchten. Dies spiegelte sich auch in den Menüplänen wieder, die besonders abends von japanischen Gerichten dominiert wurden.

5. Ernährung und Kultur

Im vorhergegangenen Kapitel wurden die beiden wichtigsten Entscheidungsfaktoren Gesundheit und Preis, sowie die individuellen Gründe der einzelnen JapanerInnen für eine gewisse Lebensmittelwahl genauer analysiert. Ziel dieses Kapitels ist es nun, die kulturellen Hintergründe sowie die Wahrnehmung einer japanischen und österreichischen Küche näher zu beschreiben.

5.1. Österreichische Küche und Ernährung

Bevor auf das eigentliche Ziel, die Wahrnehmung der österreichischen Küche, bei schon seit längerer Zeit in Wien lebenden JapanerInnen, eingegangen werden kann, sollen kurz einige Details zu den zwei bedeutsamsten Gerichten dieser Küche sowie der Ernährungsweise der ÖsterreicherInnen gegeben werden.

Wer kennt es nicht, das berühmte Wiener Schnitzel, doch wie kam es eigentlich dazu, dass diese Fleischspeise weltweit bekannt und auch beliebt wurde? Mit Fragen wie dieser beschäftigt sich auch der Kulturwissenschaftler Peter Peter. So erklärt er, dass die österreichische Küche ihre Anfänge bzw. wichtigsten Einflüsse eigentlich aus den früheren Mitgliedsländern der österreichisch-ungarischen k. u. k. Monarchie erhielt. Ob Mehlspeisen aus Böhmen oder Korn und Gemüse aus Galizien, die Monarchie verfügte über eine unendliche Auswahl an Gerichten und kulinarischen Schätzen aus allen Teilen ihres Herrschaftsgebietes. Eine Besonderheit der österreichischen Küche liege laut Peter auch darin, dass sie an traditionellen Speisen festhalten und sich nicht zu sehr von außen beeinflussen lassen würde. So gäbe es heute zahlreiche alteuropäische Speisen nur noch in Österreich. Gegenteilig dazu stellt der Kulturwissenschaftler die kulinarische Bedeutung der österreichischen Bundesländer dar. Sei es eine alpine Küche in Vorarlberg und Tirol oder auch Weinanbaugebiete im Burgenland. Jede regionale Eigenheit würde somit der österreichischen Küche dazu verhelfen, das zu bleiben, was sie heute wäre (Peter 2013:7).

Um zum Wiener Schnitzel zurückzukommen, erzählt Peter die lange Geschichte der Ähnlichkeit zwischen zwei panierten Fleischspeisen. So soll es General Radetzky gewesen sein, der während seiner Zeit in Mailand der 1850er Jahre das *costoletta alla milanese* (paniertes Kotelett italienischer Herkunft) zu schätzen lernte. Um diese Köstlichkeit ebenfalls in sein Heimatland zu bringen, soll er das Rezept einem Wiener Hofkoch mitgeteilt haben. Diese Legende ist jedoch nicht die Einzige, die sich um das wohl berühmteste Gericht Österreichs rankt. Wie viele andere Speisen auch erhielt das Wiener Schnitzel seinen regionsspezifischen Namen erst dadurch, dass im Ausland darüber berichtet wurde. In Österreich selbst erhielt das „Wiener Schnitzel“ erst 1902 seinen offiziellen Namen, der als Reaktion auf ausländische Publikationen dieses Rezeptes ganz bewusst

den Ortsnamen Wien enthielt (Peter 2013:91-94).

Neben dem Wiener Schnitzel ist der Tafelspitz ein weiteres Gericht, das die traditionell österreichische Küche dominiert. Als Österreich und Ungarn nach dem Ersten Weltkrieg zu eigenen Staaten wurden, wurde die Bezeichnung Tafelspitz eingeführt, um die Qualität von österreichischem Rindfleisch noch einmal hervorzuheben und dieses nicht nur als typisches Gericht, sondern auch als charakteristischen Wiener Lebensstil zu vermarkten. War laut Peter die Auswahl an Beilagen zu dieser Zeit größer, wird die Speise heutzutage meist mit Apfel- bzw. Schnittlauchsoße serviert (Peter 2013:99).

Für ein Verständnis einer bestimmten regionalen Küche ist es außerdem von größter Bedeutung die Grundnahrungsmittel der jeweiligen Länder genauer zu erläutern.

Tanja Resch geht in ihrer 2008 veröffentlichten Diplomarbeit auf diese essentiellen Lebensmittel und die Veränderung ihrer Bedeutung in der Ernährung der österreichischen Bevölkerung ein. Zu einem der wichtigsten Lebensmittel in sowohl Österreich als auch in den meisten Industrienationen weltweit kann immer noch Fleisch gezählt werden, dies obwohl zahlreiche Trends, auf die teilweise an späterer Stelle noch eingegangen wird, den Konsum von zu viel Fleisch und Fleischprodukten als ungesund bzw. unmoralisch bezeichnen. Laut Resch war der Verzehr von Fleisch im Österreich der 1960er Jahre ein wichtiger Beleg des hohen Lebensstandards im Land. Dies war jedoch historisch betrachtet nicht immer der Fall. So konnte sich v.a. im 18. bzw. 19. Jahrhundert nur eine Elite den Konsum von Fleisch leisten, während eine ärmere Schicht auf diesen fast gänzlich verzichten musste. In Österreich herrschte während der Zeit des Zweiten Weltkriegs ein akuter Mangel an Fleisch, dies obwohl während der späten 20er Jahre ein relativ hoher pro Kopf Verbrauch gemessen werden konnte. Nach dem Zweiten Weltkrieg glich sich dieser Mangel für kurze Zeit wieder aus, bevor es in den 1950ern abermals zu Engpässen bei der Lieferung von Fleisch aufgrund außenpolitischer Probleme kam. Während bis in die frühen 1960er Jahre Fleisch nur am Wochenende verzehrt wurde, fanden sich Fleisch und Fleischprodukte ab dem Ende dieses Jahrzehnts vermehrt auf den Tellern der ÖsterreicherInnen und wurden innerhalb der nächsten Jahrzehnte zu etwas Alltäglichem. In der Gegenwart hat der zu hohe Fleischkonsum längst schon zu gesundheitlichen und umweltpolitischen Problemen, wie z.B. Übergewicht und Abholzung, geführt (Resch 2008:11-14).

Die Problematik, die mit einem erhöhten Fleischkonsum einhergeht, hat sicher auch dazu geführt, dass im Jahre 2000 in einer von Kiefer, Haberzettl und Rieder durchgeführten österreichischen Ernährungsstudie, ein Drittel der männlichen und noch mehr weibliche ProbandInnen angaben, ihr Essverhalten dahin gehend verändert zu haben, weniger Fleisch zu sich zu nehmen. Die ProbandInnen gaben außerdem an, eher wenige Fleischgerichte zu essen, sondern

auf Pasta, Gröstl oder andere Gerichte zurückzugreifen, die nur wenig Speck oder Schinken enthalten. Generell ist für eine ernährungsbewusste österreichische Konsumentenschaft wichtig, sich fett- bzw. kalorienarm zu ernähren (Kiefer et al. 2000:3-4).

Ein weiteres, besonders als Abgrenzung von Europa und Asien, immer wieder gebrauchtes Lebensmittel ist Brot bzw. andere Getreideprodukte. Laut Resch galt Brot insbesondere nach den harten Kriegsjahren als wichtiger Energielieferant. Dieser Trend ging jedoch bis zu den späten 80er Jahren kontinuierlich zurück. Mit Vollkornprodukten zu Beginn der 90er Jahre erlebte der Konsum von Brot und Gebäck jedoch wieder einen Aufschwung und liegt gegenwärtig im Mittelfeld eines europäischen Gesamtkonsums (Resch 2008:15).

Auch in der Studie von Kiefer et al. zeigt sich die Liebe der österreichischen Bevölkerung zu Brot und Gebäck. Diese spiegelt sich v.a. beim gewöhnlichen Frühstück wieder, welches meist aus einem Marmeladen- bzw. Honigbrot bestehen würde. Auch bei den Zwischenmahlzeiten würden Wurstsemmel und andere Brotsnacks einen wichtigen Stellenwert einnehmen (Kiefer et al. 2000:4-6).

Als drittichtigste Grundnahrungsmittel werden von Resch Milch- bzw. Milchprodukte bezeichnet. Galt der Konsum von Milch, besonders in der Form von Milchsuppe, bis zum 20. Jahrhundert v.a. für eine ländliche Bevölkerung als essenzieller Bestandteil der Ernährung, so wurde er spätestens in den Jahren während des Zweiten Weltkriegs wesentlich bedeutender. U.a. wurde zu dieser Zeit auch eine Schulmilchaktion, die dabei helfen sollte, Kinder im Schulalter mit wichtigen Nährstoffen zu versorgen, gestartet. Diese Aktion dauerte bis in die Mitte der 90er Jahre fort. Seitdem sank jedoch auch der allgemeine Konsum von Milch rapide. Zu den anderen nennenswerten Milchprodukten, die in Österreich gerne verzehrt werden, zählen Joghurt, Käse, Butter und Sahne. Obwohl der Verbrauch von besonders Käse nur im europäischen Mittel liegt, nimmt besonders die Bedeutung von Joghurt als Lieferant für probiotische Wirkstoffe stetig an Bedeutung zu (Resch 2008:16-17).

Nachdem nun anhand Peters kulturwissenschaftlicher Forschung zur österreichischen Küche der Ursprung der beiden wichtigsten Gerichte, Wiener Schnitzel und Tafelspitz knapp erläutert und Fleisch, Brot und Milch bzw. Milchprodukte als drei essenzielle Lebensmittel in Österreich aufgezählt wurden, soll im nächsten Teilkapitel auf die Wahrnehmung des Gesundheitsaspekts der österreichischen Küche, bei den JapanerInnen in Wien, eingegangen werden.

5.1.1. Gesundheit oder „Ungesundheit“ der österreichischen Küche

Während der Gespräche mit den japanischen ProbandInnen wurde deutlich erkennbar, dass einer ihrer wichtigsten Entscheidungsgründe für die Auswahl der täglichen Mahlzeiten der

Gesundheitsaspekt war. Dies wurde umso deutlicher, als die Gespräche auf die österreichische Küche und das Denken zu dieser fielen. So kann zusammengefasst gesagt werden, dass die Mehrheit der befragten JapanerInnen diese Esskultur als ungesund, da zu fett- bzw. salzhaltig, wahrnimmt. In diesem Teilkapitel soll deshalb genauer auf diesen Sachverhalt und die Gedanken der einzelnen InterviewpartnerInnen eingegangen werden.

Wie wird nun die österreichische Küche wahrgenommen? Generell sind die meisten JapanerInnen der Meinung, dass Österreich keine große Gemüsekultur besitzt. Gemüse werde zwar gegessen und besonders die Salate in Restaurants genossen ein sehr positives Image, jedoch sei generell eine Fleischkultur vorherrschend.

Ein weiterer Punkt, der bei österreichischem Essen kritisiert wurde, war die geringe Auswahl an Süßigkeiten, Gemüse, Fertiggerichten und generellen Zutaten. So erzählte mir Frau Fukui von den Erfahrungen ihrer Kinder, als sie vor mehr als zwanzig Jahren nach Österreich kamen:

Als meine Kinder in den Supermarkt gingen und sich dort die Süßigkeiten ansahen, kamen sie ganz enttäuscht zu mir zurück und meinten, dass es in Österreich überhaupt keine Süßigkeiten gäbe. In Japan ist das nicht so, es gibt so viele Leckereien, sogar Marshmallows, in Österreich gibt es nur Schokolade, das fanden sie etwas eintönig.

Das wohl wichtigste Image von österreichischen Speisen ist wohl, dass sie simpel seien. Während in japanischen Menüs viele verschiedene v.a. kleine Nebengerichte gereicht werden, kritisierten die JapanerInnen, dass österreichische Mahlzeiten meist nur aus zwei, höchstens drei verschiedenen Speisen bestehen. Es gebe größtenteils nur Fleisch, Nudeln und Kartoffeln. Besonders beim Wiener Schnitzel wird die Beilage des Kartoffelsalats bemängelt.

Wie bereits erwähnt, genießt das österreichische Essen neben einem einfachen auch ein fett- und salzhaltiges Image. Dies auch besonders deshalb, weil es aus zu vielen Fleischgerichten bestehe. Herr Fujimoto war wohl jener Proband, der von der österreichischen Küche am wenigsten begeistert war. So war diese für ihn ein Inbegriff von ungesundem Essen: „Warum?! Weil die österreichischen Speisen zu viel Salz und Fett enthalten. Das ist wirklich nicht gesund. Das ist sogar sehr ungesund! Auch für den Körper ist das nicht gut“. Er war sogar so schockiert, dass er noch auf gewisse, seiner Meinung nach für die Gesundheit schlechten Speisen einging:

Also ich denke, dass die österreichische Küche fast zur Gänze zu deftig ist. Das Wiener Schnitzel ist z.B. viel zu fettig. Also auch diese Schweinshaxe oder wie das heißt ... Ja diese Schweinshaxe ist viel zu deftig. Sie ist ungeheuer salz- und fetthaltig. Ich werde sie bestimmt kein zweites Mal mehr essen.

Diese Meinung wurde jedoch nicht von allen ProbandInnen geteilt. Zu der Frage, ob Herr Fujimura österreichische Speisen ebenfalls fettig finde, meinte er, dass er gerne auf etwas deftigere Speisen zurückgreife und dies deshalb für ihn kein Problem darstelle. Er meinte außerdem, dass auch in Japan viele Speisen wie z.B. *tempura* oder *rāmen* sehr fettig seien. Nach der Frage, ob er österreichisches Essen simpel finden würde, meinte er, ihm sei es lieber, so wie in Österreich simple Speisen zu essen als sich durch eine falsche Art zu essen zu blamieren, wie das in Japan oftmals passieren könne.

Die meisten InterviewpartnerInnen meinten auch, dass sie nie oder sehr selten österreichische Speisen selbst zubereiten würden. Das Problem dabei liege v.a. darin, dass sie einfach nicht wissen würden, wie diese Speisen gekocht werden müssten. Generell zeigten jedoch die meisten ProbandInnen ein großes Interesse daran, auch die Zubereitung österreichischer Speisen zu erlernen. Frau Fukui war eine derjenigen, die eine große Neugierde zur Zubereitung von österreichischen Gerichten zeigte und auch das Glück hatte, sich diese von einer österreichischen Bekannten erklären zu lassen:

Ja, das war Monika. Sie kam extra aus dem Burgenland zu uns nach Wien und erklärte mir und noch ein paar anderen Japanerinnen, wie österreichische Speisen einfach und schnell zubereitet werden könnten. Seit diesem Treffen koche ich auch manchmal Tafelspitz oder Wiener Schnitzel selbst. Ohne Monika wäre das nicht möglich gewesen.

Bei der Zubereitung wurde u.a. auch kritisiert, dass es sehr lange dauern würde, auch wenn einfache österreichische Speisen zubereitet werden. Dies sorgte für sehr viel Abschreckung, österreichische Speisen auszuprobieren.

Wichtig ist auch noch zu erwähnen, dass grundsätzlich nur drei bis vier Speisen als österreichisch wahrgenommen wurden. Diese waren die beiden oben vorgestellten Tafelspitz und Wiener Schnitzel sowie Gulasch. Einige ProbandInnen gaben auch noch die Käsespätzle als typisch österreichische Speise an. Darunter genoss Tafelspitz das beste Image, da die Sauce aus Gemüse bzw. Äpfeln besteht und deshalb als gesünder empfunden wurde. Das Wiener Schnitzel wurde als ungesündeste Speise Österreichs wahrgenommen, da es alle ungesunden Faktoren, wie zu viel Salz, zu viel Fett usw. enthalten würde.

Der letzte Punkt, der direkt mit einer österreichischen Küche wahrgenommen wurde, waren die beiden beliebtesten Lokale mit österreichischer Hausmannskost nämlich, das Plachutta und das Figlmüller (vgl. Mario Plachutta Ges.m.b.H. 2016; Figlmüller GmbH 2015). Diese beiden Restaurants wurden als Einzige namentlich genannt, wenn es darum ging, wo in Wien österreichisch gegessen werden würde.

Was die Meinungen der Gruppe schon aufgezählt haben, bestätigte sich auch bei der Analyse der Einzelpersonen. So wurde die österreichische Küche größtenteils als ungesund angesehen, da sie zu salz- oder fetthaltig wäre. Generell kam jedoch durch die Gespräche ebenfalls zum Ausdruck, dass österreichische Kost als Ausgehkost angesehen wird, während zu Hause v.a. japanisch gekocht werde. Sehr interessant war außerdem, dass bei den einzelnen InterviewpartnerInnen, die die österreichische Küche als nicht so ungesund bezeichnet haben, die chinesische oder deutsche Küche über ein noch ungesünderes Image verfügt. So wurden diese beiden Ernährungsweisen als noch fetthaltiger bezeichnet.

5.1.2. Wahrnehmung der beiden Ernährungstrends Vegetarismus und Veganismus

Im vorhergegangenen Teilkapitel wurde die Wahrnehmung der österreichischen Küche genauer analysiert. Das vorherrschende Image war dabei die österreichische Kost als ungesundes Essen. Dieses wurde als zu fett- bzw. salzhaltig angesehen. Dieses Gesundheitsbewusstsein war auch Anlass für mich, die ProbandInnen auf Themen wie Vegetarismus, Veganismus, Diät- und Kurtrends usw. anzusprechen. Während bei der Frage nach einem etwaigen Diäthalten von nur einer Frau und zwei Männern angegeben wurde, für einen Gewichtsverlust v.a. am Abend keine fettigen Speisen, sondern nur noch Gemüse zu essen, war dieser Trend insgesamt kein wichtiges Thema in meinen Gesprächen. Beim Thema Kur hatte ich den Eindruck, dass die ProbandInnen sehr interessiert waren, beim Gespräch jedoch eher meine Ausführungen und weniger die individuellen Ansichten der JapanerInnen selbst im Zentrum standen. Die beiden Trends, die jedoch für sehr viel Diskussionsstoff sorgten, waren eindeutig der Vegetarismus und der Veganismus.

Da ich mich selbst zumeist fleischlos ernähre und einige ProbandInnen dies bereits vor unserem Gespräch wussten, rechnete ich mit einer Verschiebung der Ergebnisse hin zu einem positiven Image des Vegetarismustrends. Dies war jedoch nicht der Fall, weshalb ich denke, dass die Ergebnisse zum Thema Vegetarismus tatsächlich die Meinungen der Befragten widerspiegeln.

Vegetarismus wird von Tina Rauter als eine Ernährungsform mit außergewöhnlich verschiedenen Ansätzen und Formen beschrieben. Gemeinsam ist diesen jedoch, dass auf einen Konsum von Fleisch und Fleischprodukten verzichtet wird und eine pflanzliche Kost eindeutig im Mittelpunkt steht. Bei den verschiedenen Ansatzweisen wird jedoch noch genauer abgestuft, wie viele bzw. welche tierischen Produkte vermieden oder überhaupt nicht verzehrt werden. Die wichtigsten Arten des Vegetarismus sind dabei: der Lacto-Ovo-Vegetarismus, bei dem auf den Verzehr von Fleisch und Fisch verzichtet wird; der Lacto-Vegetarismus, bei dem neben Fleisch und Fisch noch zusätzlich auf Eier verzichtet wird und schließlich der Ovo-Vegetarismus, bei dem

neben Fisch und Fleisch auch keine Milch konsumiert wird (Rauter 2010:8-9). Eine Sonderform bzw. eigene Ernährungsweise nimmt der Veganismus ein. Bei diesem Ernährungstrend wird auf jegliche Art von tierischen Produkten verzichtet. Nicht nur wird weder auf Fleisch, Fisch oder andere tierische Lebensmittel wie Milch, Eier, Honig usw. zurückgegriffen, sondern es wird auch der Lebensstil entsprechend angepasst. Strenge VeganerInnen verzichten somit auch auf Lederwaren, Wolle, Seife und Kosmetika, die tierische Partikel enthält. Außerdem liegt ihnen der Tierschutz am Herzen, weshalb sie oft sogar keine Haustiere halten, Massentierhaltung ablehnen und Zoos oder Zirkussen fernbleiben (Schleinzer 2012:13).

Vegetarismus und Veganismus werden jedoch oftmals mit einem Gesundheitsaspekt verbunden. So wird diesen beiden Ernährungstrends eine starke Rolle in der Gewichtskontrolle oder zur Vorbeugung von ernährungsbedingten Erkrankungen wie etwa Diabetes mellitus Typ 2 zugeschrieben (Becvar und Radojicic 2008:93). Aber auch unterschiedliche Lebensmittelskandale, wie BSE (Bovine spongiforme Enzephalopathie oder Rinderwahnsinn) usw., haben dazu geführt, dass einer fleischlosen Ernährung ein erhöhter Sicherheitsfaktor zugeschrieben wird. Generell wird besonders bei Fleisch als Lebensmittel ein erhöhter Wertewandel festgestellt. Galt Fleisch lange Zeit als Indikator für Wohlstand, wird es heute auch vermehrt mit gesundheitlichen Problemen bzw. unmoralischem Verhalten wie Massentierhaltung, verbunden. Diese und andere Faktoren sorgen dafür, dass sich der Fleischkonsum entweder verringert oder sogar gänzlich eingestellt wird (Deimel et al. 2010:13-15).

Wie nehmen nun die JapanerInnen in Wien diese beiden Trends im Bezug auf einen gesundheitlichen Aspekt wahr? Im Allgemeinen kann gesagt werden, dass der Vegetarismustrend einen sehr viel besseren Ruf als der des Veganismus genießt. So meinte ein Großteil der ProbandInnen, dass es die eigene Entscheidung jedes Menschen sei, sich so zu ernähren, wie es zu einem passt. Sie gaben außerdem an, dass sie nicht über die Ernährungsweise von anderen Leuten urteilen würden. So meinte Herr Fujita, dass es verschiedene Typen von Menschen gebe und es daher nur logisch sei, dass diese auch unterschiedlichen Ernährungsweisen nachgingen.

Vegetarismus nahm oftmals auch ein positives Image ein. Unter meinen Befragten hätten sich einige sehr wohl gut vorstellen können, sich fleischlos zu ernähren. Einer von ihnen war Herr Fukumoto, der meinte: „Ich könnte mir eigentlich sehr gut vorstellen Vegetarier zu werden, solange ich Eier, Milch, Tofu usw. essen dürfte“.

Herr Kanno ging sogar so weit, die Ethik und Moral von Fleischessern infrage zu stellen. So erklärte er mir, dass Vegetarismus eigentlich seine Idee von einer perfekten Ernährung sei:

Darum ist es gut! Das ist genau die Art, wie ich denke. Es ist meine Idee! Ich denke nämlich, dass Tiere Lebewesen

sind und es daher eine Sünde ist [sie zu töten] und es wird dich verfluchen, also das Leben. Ich denke deshalb, dass der Vegetarismus das Beste ist, auch weil ich Tiere sehr liebe, ja.

Der interessante Aspekt dieser Aussage ist jedoch, dass Herr Kanno kein Vegetarier ist, sich aber mental sehr zur Lebensweise des Vegetarismus hingezogen fühlt.

Doch obwohl der Vegetarismustrend, vereinzelt als positiv wahrgenommen wurde, wie auch anhand der obigen Beispiele verdeutlicht werden konnte, gilt dieser immer noch als sehr gewöhnungsbedürftig bei einer japanischen Community in Wien.

So gab u.a. Frau Furukawa zu bedenken, dass sie zwar persönlich nie Fleisch und auch keinen Fisch zubereite, Gerichte, die diese Lebensmittel enthielten aber sehr wohl in Restaurants oder auswärts essen würde. Sie meinte grundsätzlich, sich auch vorstellen zu können selbst vegetarisch zu leben, jedoch würde sie es wahrscheinlich aufgrund des großen Drucks, den sie von außen verspüren würde, nicht durchziehen können. Sie gab mir dabei das Beispiel mit der Wahl eines Restaurants, wenn sie und Bekannte oder FreundInnen in Wien essen gehen würden. Bei dieser würden oftmals Lokalitäten gewählt, die über keine fleischlosen Speisen verfügten und aus diesem Grunde würde sie auch Fleisch essen, um ihren FreundInnen bei der Planung nicht im Wege zu stehen. Frau Furukawa verband also Vegetarismus als generell nicht schlecht, jedoch gleichzeitig als eine Einschränkung ihrer Freiheit bei einer Auswahl von Restaurants.

Frau Kaneshiro meinte, dass es schade um das ganze gute Essen wäre, dass als VegetarierIn nicht gegessen werden könne. Sie gab auch an, dass sie keine japanischen FreundInnen oder Bekannten hätte, die VegetarierInnen seien. In Wien habe sie nur eine österreichische Freundin, die sich fleischlos ernährte.

Einen gesundheitlichen Hintergrund bedachte Herr Fujimoto. Er sagte mir ganz konkret, dass er es sich persönlich nicht vorstellen könne, selbst Vegetarier zu werden. Erklärend fügte er hinzu, dass Vegetarismus wohl ein Problem der Balance wäre. Herr Fujimoto legt großen Wert auf eine genügende Eiweißzufuhr und war auch der Meinung, dass nur tierisches Eiweiß zu einer Aufrechterhaltung der Gesundheit führen könnte.

Frau und Herr Fukunaga waren keine großen Freunde der Vegetarismusbewegung. Sie meinten, auf Fleisch könnten sie wenn nötig verzichten, jedoch nicht auf Fisch. Besonders Herr Fukunaga gab an, dass seine Liebesspeise Sushi sei und er sich aus diesem Grund schon gar nicht vorstellen könne Vegetarier zu werden. Frau Fukunaga wies daraufhin, dass Japan ein Inselstaat sei und deshalb Fisch, als ein Grundnahrungsmittel angesehen werde. Deshalb meinte das Ehepaar abschließend, dass es unmöglich sei, als VegetarierIn japanisch zu essen, weil immer Fisch oder andere Bestandteile von Meeresprodukten in japanischen Speisen zu finden seien.

Selbst keine Vegetarierin jedoch an Vegetarismus auch in Japan gewohnt, war Frau Katayama. So meinte sie, dass sie in Japan auch eine ältere Studentin gekannt habe, die Vegetarierin gewesen sei. Zu Beginn habe sie diese Form der Ernährung noch etwas seltsam gefunden, jedoch hätte sie sich mit der Zeit daran gewöhnt, weshalb sie diesen Trend auch in Wien nicht als besonders oder eigenartig empfinde.

Frau Fukui meinte ebenfalls, dass sie eine japanische Freundin habe, die Vegetarierin sei, weil sie Fleisch schlichtweg nicht besonders gut aufnehmen könne. Sie erzählte dann des Weiteren, dass sie sich vorstellen könnte, dass junge Mädchen Vegetarierinnen werden würden, weil sie nicht an Gewicht zunehmen wollten. Generell sagte sie jedoch, dass JapanerInnen den guten Geschmack des Fleisches kennen und schätzen würden und es deshalb wohl nicht so viele japanische VegetarierInnen gebe. Abschließend fügte sie noch hinzu, dass Sicherheitsproblematiken wie ein Ausfall von Fleisch aufgrund von BSE oder anderen Krankheiten in Japan wohl kein allzu großes Chaos verursachen würden, da Japan keine Fleischkultur habe.

Wie diese ausgewählten Beispiele gezeigt haben, ist die Wahrnehmung von Vegetarismus bei den in Wien lebenden JapanerInnen nicht grundsätzlich schlecht, jedoch im besten Falle etwas gewöhnungsbedürftig. Ganz anders sah dies bei der Rezeption von Veganismus aus.

Die einzige Probandin, die selbst eine Veganerin in ihrer Familie hatte und diesen Trend deshalb als sehr gut empfand, war Frau Kawahara. Während unseres Gesprächs erzählte sie mir, dass ihre Großmutter auch Veganerin sei, weshalb dieser Trend keinen komischen Beigeschmack für sie habe. Sie erklärte mir außerdem, dass ihre Großmutter dies, ähnlich wie auch in Indien, wegen der Religion und auch teilweise wegen der Gesundheit mache. Sie selbst würde den Veganismus, wie auch den Vegetarismus, sehr interessant finden, könnte sich aber nicht vorstellen selbst vegetarisch oder vegan zu leben, da es in Japan sehr schwierig und teuer werden könnte. Diese Erfahrung habe sie auch schon persönlich gemacht, als sie z.B. ihre Großmutter in eines der wenigen Geschäfte für VeganerInnen in Japan begleitete.

Der Großteil der restlichen InterviewpartnerInnen nahm den Trend des Veganismus jedoch eindeutig negativ wahr, und begründete ihre Ansicht damit, dass dieser nicht gut für die Gesundheit sei.

So auch Herr Kataoka, der mir von einer vegan lebenden Freundin erzählte. Er meinte, sie würde irgendwie ständig kränklich und schwach wirken und er könne sich dies nur durch ihren Ernährungsstil erklären. Deshalb meinte er auch, dass es gesünder sei, alle Arten von Lebensmitteln zu essen und sich keine strikten Grenzen aufzuerlegen.

Veganismus wurde auch in der Gesamtheit mit einem Mangel an, für die Aufrechterhaltung der Gesundheit, essenziellen tierischen Proteinen assoziiert. So meinte etwa Herr Fukumoto, der

sich vorstellen könnte Vegetarier zu werden, falls eiweißhaltige Produkte vorhanden wären, dass der Trend zum Veganismus für ihn doch sehr unverständlich und extrem sei. Er bedauere an diesem Ernährungstrend v.a. den Mangel an eben diesen wichtigen Eiweißstoffen, die seiner Meinung nach nur durch Milch, Käse oder sogar Fisch und Fleisch aufgenommen werden könnten.

Sogar für Frau Furukawa, die ebenfalls angegeben hatte sich gut als Vegetarierin vorstellen zu können, war dieser Mangel an Eiweiß ausschlaggebend dafür, den Veganismus als ungesund zu erachten.

Nicht unbedingt als schlecht für die Gesundheit, jedoch als zu streng, da kein Honig gegessen werden darf, empfand Frau Furuta den Trend zu Veganismus. Außerdem war sie während unseres Gesprächs auch der Meinung, dass es zu viele Ernährungstrends, wie FrutarierInnen usw., gebe.

Die Ansichten zum Veganismus waren auch bei sowohl Frau Fukuda als auch Frau Fukuhara strenger als beim Vegetarismus. Sie beide meinten das VeganerInnen nicht in Restaurants gehen sollten, besser gesagt, waren sie der Meinung, dass es unmöglich sei, als VeganerIn japanisch zu essen. Noch schlimmer fanden sie jedoch den neuen Trend der FrutarierInnen, die sich nur von heruntergefallenem Obst ernähren, da sie glauben, dass auch Pflanzen Schmerzen erleiden können. Sie glaubten, dass dieser Trend eindeutig nicht gut für die Gesundheit sei. Sie erzählten mir des Weiteren, dass zurzeit in Japan ein neuer Trend aufgekommen sei, bei dem lebende Organismen zu sich genommen werden sollten, dies v.a. in der Form von Lacto-Bakterien im Joghurt usw.

Da mir während meines Interviews immer wieder eine Tendenz zum Konsum von Joghurt auffiel, bin ich zu der Erkenntnis gekommen, dass Joghurt und Gemüse als die zwei wichtigsten Gesundheitsträger von meiner befragten japanischen Community erachtet werden. Wie schaut jedoch der Konsum von Joghurt in Japan aus? Laut der offiziellen Webseite, der Japan Dairy Industry Association, wurden in Japan schon seit der Narazeit joghurtähnliche Produkte wie Kondensmilch, Kuhmilch usw. gegessen bzw. getrunken. Seit Mitte der Meijizeit, also ab der späteren Hälfte des 19. Jahrhunderts, kam es dazu, dass die Teile der Milch, die nicht verkauft worden waren, gegärt wurden und somit eine Art Joghurt entstand. Dieses wurde besonders als Speise für ältere oder kranke Personen gebraucht. Die heute weltweit bekannte Form von Joghurt fand jedoch erst nach dem Zweiten Weltkrieg in Japan Verbreitung (vgl. Japan Dairy Industry Association 2010).

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass der Trend zu einer Ernährung, die sich auf keinerlei tierische Produkte stützt, vom Großteil der befragten JapanerInnen als zu extrem und sogar unverständlich angesehen wurde. Besonders kritisiert wurde ein Fehlen von tierischem Eiweiß. Dieses tierische Eiweiß war, der Meinung der ProbandInnen nach, der Schlüssel zu einer

Aufrechterhaltung der körperlichen und geistigen Gesundheit. VeganerInnen wurden deshalb mit schwachen und kränklichen Menschen assoziiert.

In den beiden vorhergegangenen Teilkapiteln wurde genauer auf die Wahrnehmung von österreichischen Speisen sowie den in Österreich immer beliebter werdenden Trends hin zu einer fleischlosen Ernährung durch Vegetarismus bzw. Veganismus, eingegangen. Dabei konnte abermals erkannt werden, dass der Gesundheitsaspekt der vorherrschende Faktor in der Ernährung bzw. der Auswahl dieser, bei einer japanischen Community in Wien darstellt. In den nächsten Teilkapiteln sollen nun die Gedanken der JapanerInnen zu einer japanischen Küche sowie dieser als ausschlaggebender Faktor für ihre Kultur und Identität näher analysiert werden.

5.2. Die japanische Küche

In den folgenden Kapiteln sollen die Strukturen der japanischen Küche genauer erläutert und auf die Assoziationen der in Wien lebenden JapanerInnen mit der Küche ihrer Heimat eingegangen werden.

Obwohl jedes Land seine eigene ganz typische Esskultur und dazugehörige Speisen besitzt, kann gesagt werden, dass sich diese nicht innerhalb kurzer Zeit etabliert hat. Dieser Prozess dauerte meist Hunderte von Jahren oder sogar länger. Japan bildet dabei keine Ausnahme, weshalb auch die „typisch“ japanische Küche immer zeitlich und in einem historischen Rahmen gesehen werden muss, in dem sie auch starken Veränderungen unterliegen kann und dies auch in der langen Geschichte Japans ständig tat (Sahara 1999:27-28).

Um die Entstehung der japanischen Küche genauer zu verstehen, muss diese in einem geografischen und historischen Kontext betrachtet werden. Japan ist einer der wenigen Inselstaaten der Welt. Vollkommen vom Meer umschlossen bildete sich daher auch eine rege Fischereikultur und auch weitere Meeresprodukte wie Algen finden eine rege Verwendung in der japanischen Küche. Das Klima Japans trug außerdem zur Entstehung dieser Esskultur bei. Das kalte Hokkaidō im Norden weist andere Spezialitäten auf, als das subtropische Okinawa im Süden Japans. Laut Ashkenazi und Jacob gibt es insgesamt drei Arten einer japanischen Landschaft, die maßgeblich zum Anbau von bzw. zur Beschaffung von Lebensmitteln beitragen. Diese sind die Flüsse und Flussdeltas, die Berge und natürlich das Meer. In den Flussdeltas Ōsakas und Kyōtos bildete sich sozusagen die Gemüsekultur Japans. Dies lag u.a. daran, dass in weiten Teilen dieser Gebiete kein direkter Zugang zum Meer möglich war, weshalb auf Flussfische sowie Gemüse und Getreide usw. zurückgegriffen wurde. Dieses Gebiet war auch jenes, in der sich die Küche der Reichen und Aristokraten bildete. Doch nicht nur das Gemüse auf Feldern spielte von jeher eine große Rolle, auch das sogenannte Wildgemüse der Berge wurde gerne verzehrt. Zu diesem gehörten auch verschiedenste Arten von Pilzen oder Wurzeln. Schließlich bietet das Meer unzählige Schätze und

v.a. die Inlandsee zwischen Ōsaka und Shikoku wird weitestgehend für den Fischfang und den Transport wichtiger Güter innerhalb Japans genutzt (Ashkenazi und Jacob 2003:1-4).

In der frühen aristokratischen Periode, zu Beginn des fünften Jahrhunderts, wurden noch vorwiegend Zehrwurzeln, Hirse oder Süßkartoffeln geerntet und bildeten somit die Basis einer frühjapanischen Ernährung. Dies veränderte sich grundlegend, als aus China der Reis, der bis heute als das wichtigste und symbolträchtigste Lebensmittel Japans angesehen werden kann, eingeführt wurde. Durch den Anbau von Reis war es möglich in kürzerer Zeit ein reichhaltigeres Lebensmittel, als es z.B. die reine Hirse war, zu ernten und dies spielte auch eine Rolle bei der Etablierung eines kaiserlichen Hofes während der Heianzeit (794-1185). Bald kamen außerdem andere Errungenschaften aus China wie z.B. die bedeutende Misopaste oder der Gebrauch von Stäbchen nach Japan. Auch die Teekultur wurde aus China übernommen und später den japanischen Gegebenheiten angepasst, wodurch sich eigene Zeremonien, Teesorten usw. bilden konnten. Die Zeremonien nahmen dabei ihren Anfang in buddhistischen Klöstern, wo Tee als Medizin oder zur Meditation genutzt wurde. Im 16. Jahrhundert schließlich fand der erste Kontakt mit Europäern in Japan statt, die neue Esstechniken wie das Backen nach Japan mitbrachten. Besonders im Sondergebiet Nagasaki, wo sich v.a. Personen aus den Niederlanden niedergelassen hatten und dort Handel treiben durften, entwickelten sich erste Restaurants und Trinkstätten. Dadurch wurden lokale Spezialitäten noch bekannter und bald verbreiteten sich die Lokalitäten im ganzen Land. Zu dieser Zeit erlebte auch der Sake, der japanische Reiswein, einen neuerlichen Aufschwung. Ebenfalls im 16. Jahrhundert begann die Reiselust der reicheren Bevölkerungsschicht und Bräuche, wie das Mitbringen von Souvenirs, *omiyage*, oder das Mitführen von Essen in Form eines *obentō*, die sich bis heute gehalten haben, nahmen ihre Anfänge. Diese Mitnahme von Essen führte auch zur Entwicklung einer frühen Form des heutigen Sushis, da fermentierter Reis zur Erhaltung der Frische von Fisch genutzt wurde. Zu Beginn der Meijizeit wurde die Regierungsform Japans revolutioniert und es kam zu einem Trend, alles Westliche zu adaptieren bzw. zu übernehmen. Dies war laut Ashkenazi und Jacob auch der Fall mit der v.a. europäischen Esskultur (Ashkenazi und Jacob 2003:4-11).

Eine Sonderstellung nahmen die chinesischen bzw. koreanischen Speisen im kolonialen Japan ein. Obwohl Miso, wie bereits erwähnt, eine der ersten Speisen war, die aus China übernommen wurde, kam es erst viel später zu einer Etablierung von chinesischen Restaurants in Japan. Als während des 19. Jahrhunderts chinesischen BürgerInnen der Zugang zu Japan, meist als ArbeiterIn bzw. Dienstbote/in, gestattet wurde, nahm diese Minderheit auch ihre Ernährungsweise mit nach Japan. Dies erweiterte sich in den 1870er und 1880er Jahren, als chinesische Geschäftsleute sich unabhängig in Japan niederließen. Jedoch hatten die ChinesInnen in Japan,

besonders seit dem sinojapanischen Krieg im Jahre 1895, ein schlechtes Image und die Chinatowns wurden von der japanischen Bevölkerung gemieden, da sie als unhygienisch, gefährlich und kriminell galten. Die ersten chinesischen Restaurants außerhalb dieser Chinatowns wurden allerdings bereits in den Jahren 1879 bis 1884 in Tōkyō gegründet. In den 1920er Jahren erlebte der Chinaboom jedoch seinen Höhepunkt, was sich auch bei chinesischen Restaurants widerspiegelte, die plötzlich nicht mehr nur für eine chinesische Minderheit in Japan, sondern v.a. für die japanische Bevölkerung zu beliebten Lokalisationen wurden. So kam es auch dazu, dass die chinesischen Nudeln, *shina soba*, bald zur Urform der bis heute beliebten *rāmen* wurden (Cwiertka 2006:140-145).

Eine andere Küche, die bis heute in Japan sehr geschätzt wird, ist die koreanische Küche. Wenn auch schon während der vorherigen Jahrhunderte immer wieder Kulturgüter, u.a. von China, über Korea nach Japan gebracht wurden, kann von einer ersten Akzeptanz der koreanischen Küche, durch eine breite Masse der japanischen Bevölkerung, erst in den 1940er Jahren gesprochen werden. Japan annektierte im Jahre 1910 die Halbinsel Korea. Dieser Annektion folgten, besonders in den 1920er und 1930er Jahren, starke Immigrationswellen nach Japan. So wurden v.a. koreanische Männer als Zwangsarbeiter für japanische Fabriken rekrutiert. Der wohl größte Unterschied in einer japanischen und koreanischen Ernährungsweise zu dieser Zeit lag darin, dass in Korea der Brauch vorherrschte, auch Innereien zu verzehren, während diese Sitte in Japan als unrein angesehen wurde. Dies änderte sich jedoch abrupt, als in den 1940er Jahren die Hungersnot zu stark wurde. Auch in den Nachkriegsjahren wurde dann in Japan diese Art des gesamten Fleischverzehr beibehalten. Dadurch entstanden auch die bis heute als luxuriös und besonders geltenden *yakiniku*-Restaurants, die u.a. auch Innereien als sogenanntes *horumonyaki* anbieten (Cwiertka 2006:148-151).

Eine weitere Neuheit, die die japanische Esskultur betraf, war die Einführung von Kochbüchern. Die ersten Kochbücher, die in Massen gedruckt wurden, wurden zu Beginn der Meijizeit (1868) als sogenannte Richtlinien für die neue Rolle der Frau, als *ryōsai kenbo* (gute Ehefrau und weise Mutter), zu Themengebieten wie Erziehung, Kochen und Haushalt veröffentlicht. Davor gab es bereits im 13. Jahrhundert die sogenannten *hidensho* (geheime Bücher), die jedoch nur für Köche einer Samurai- und Aristokratenklasse gedacht waren. Die ersten theoretischen Kochbücher wurden während der Edozeit veröffentlicht. Sie wurden u.a. von bekannten Restaurants verfasst oder es wurden auch ausländische Rezepte, wie z.B. solche aus China, vorgestellt. Diese Kochbücher dienten zwar gleichzeitig auch als Reiseführer, jedoch war ihr Zielpublikum eine männliche Elite, die eher selten die Rezepte nachahmte, sondern solche Kochbücher als Unterhaltungsmedien nutzte. Generell wurden Kochbücher, die auch als Anleitung zur Zubereitung von Speisen gedacht waren, nach der Öffnung Japans und zur Beginn der Meijirestauration

veröffentlicht. Diese richteten sich jedoch auch noch an eine männliche Zielgruppe. Die ersten Kochbücher für Frauen entstanden in den 1890er Jahren. Wie bereits erwähnt, sollten diese als Anleitung für Frauen, wie sie zu guten Ehefrauen und Müttern werden könnten, dienen, sie stellten jedoch auch einen Übergang von einem Haushalt, in dem sich auf eine Dienerschaft verlassen wird, zu einem, in der die Hausfrau selbst für jegliche Arbeiten zuständig ist, dar (Higashiyotsuyanagi 2010:129-135).

In den Jahren nach dem Zweiten Weltkrieg kann wiederum von einem einschneidenden Ereignis in der japanischen Esskultur gesprochen werden. In jener Zeit eines Wiederaufbaus und einer Loslösung von den Kriegswirren kam es, wie oben bereits erwähnt, dazu, dass vermehrt Milch- und Milchprodukte, aber auch Fleisch in Japan gegessen wurde. Heute ist der Fleischverzehr ca. mit jenem in Europa zu vergleichen und Japan wurde zu einem wichtigen Exporteur von probiotischem Joghurt und Aloegetränken (Ashkenazi und Jacob 2003:13-15).

Als die drei Grundnahrungsmittel in Japan können zweifelsohne weißer Reis, Misopaste und *dashi* (Fischfont aus Bonito) bezeichnet werden. Besonders dem Reis wird eine wichtige Rolle in sowohl der japanischen Ernährung, Religion, Symbolik sowie Sprache zugeschrieben. So gilt er generell als Speise Nummer eins und wird mit zahlreichen Beilagen wie Gemüse, Fisch oder auch Fleisch zu fast allen Gerichten des Tages gegessen. Sprachlich zeigt sich diese Bedeutsamkeit ebenfalls in der Übersetzung *gohan*, was sowohl Reis, als auch Gericht selbst heißen kann. Generell gibt es für Reis unzählige Wörter, je nachdem, ob er geschält, roh oder gekocht vorliegt. In der Religion wird Reis besonders häufig in Ritualen des Buddhismus, aber auch zur Ehrung der toten Vorfahren verwendet. Misopaste stammte ursprünglich aus China, wurde jedoch in Japan aufgenommen und adaptiert und arrangierte so zur vielleicht wichtigsten Basis für Suppen und andere Gerichten. Es gibt verschiedenste Sorten von Miso, wobei auch die regionalen Unterschiede von Bedeutung sind. Als drittes Hauptnahrungsmittel kann *dashi* bezeichnet werden. *Dashi* wird meist als Basis für Fischfont verwendet und ist u.a. auch in der traditionellen Misosuppe enthalten. Es wird einerseits aus Bonitoflocken und andererseits aus *konbu* (Meeresalgen) zubereitet (Ashkenazi und Jacob 2003:29-36).

Trotz der großen Bedeutung von Reis in den verschiedensten Aspekten japanischer Identität und Ernährung wird von v.a. japanischen ForscherInnen immer wieder darauf verwiesen, dass Reis nicht die einzige Zutat in der japanischen Küche sei. So u.a. auch von Miyamoto Tsuneichi, der während der zweiten Hälfte der Shōwazeit (1926 bis 1989) ländliche Gegenden Japans in u.a. Kyūshū und Tōhoku besuchte und feststellen konnte, dass eine rurale Bevölkerung in ihrer täglichen Ernährung noch eher einen höheren Stellenwert auf Wildschwein oder Süßkartoffeln legte (Miyamoto 1999:48-56).

In diesem Teilkapitel wurde ein kurzer Überblick über die wichtigsten historischen Gegebenheiten bei der Etablierung einer „japanischen“ Esskultur gegeben. Außerdem wurde auf die Hauptnahrungsmittel und dabei v.a. auf die Rolle von Reis eingegangen. Im nächsten Teilkapitel soll nun die Bedeutung von Gesundheit und Gemüse in einer japanischen Ernährung aufgedeckt werden.

5.2.1. Gesundheitsverständnis durch Gemüse in der japanischen Küche

In Kapitel 4.1. wurden bereits die Assoziationen einer gesunden Ernährung durch den Konsum von Gemüse dargelegt. Nun sollen anhand einer kurzen theoretischen Ausführung näher auf den ernährungswissenschaftlichen Nutzen der japanischen Küche eingegangen und die zwei wohl bedeutsamsten japanischen Gemüsesorten, Rettich (*daikon*) und Rüben (*kabu*) sowie deren Anbau kurz vorgestellt werden.

Die japanische Ernährung genießt, besonders im Westen, das Ansehen eine der gesündesten Ernährungsweisen weltweit zu sein. Nicht umsonst werden in zahlreichen Fernsehdokumentationen und anderswo immer wieder die langlebigen JapanerInnen und deren Lebensumfeld gezeigt. Wird jedoch ein Blick hinter die Fernsehfassade geworfen, so wird erkannt, dass besonders japanische Angestellte, die sogenannten *sarariman*, einen stressigen Lebensstil führen. Trotzdem liegt die Lebenserwartung in Japan über dem Durchschnitt (Ashkenazi und Jacob 2003:169-170).

Ashkenazi und Jacob zählen insgesamt sechs Punkte auf, die den japanischen Ernährungsstil zu einem Gesunden machen. Diese sind: viel Gemüse, wenig Fett, viel Fisch, frische Produkte, kleine Portionen und Lebensmittel, denen eine besondere Wirkung zugesprochen wird (Ashkenazi und Jacob 2003:170-172).

Bei japanischem Gemüse wurde traditionell in zwei große Arten, *sansai* (Wildgemüse) und *saina* (Gemüse aus landwirtschaftlichem Anbau) unterschieden, wobei diese jedoch im Laufe der Geschichte im generell verwendeten Begriff *yasai* (Gemüse) zusammengefasst wurden. Obwohl in Japan immer noch der Reis als einzige Hauptspeise genannt wird, belegt das Gemüse doch den wichtigsten Platz in einer Rangliste der Beilagen. Gemüse wird einerseits wegen seiner Nährstoffe, v.a. Vitamine und Mineralien, gegessen, andererseits wurde es schon seit jeher als funktionelles Lebensmittel geschätzt. Die beiden Gemüsesorten, die schon ab ca. dem Ende der Meijizeit zu *tsukemono* (eingelegtes Gemüse) verarbeitet wurden und deshalb für eine gute Nährstoffbalance in der japanischen Bevölkerung sorgten, waren Rettich und Rüben. Vor dem japanischen Wirtschaftsaufschwung nach dem Zweiten Weltkrieg war es noch eingelegter Kohl, der am meisten angebaut wurde, jedoch nahm seine Bedeutung stetig ab und *daikon* und *kabu* wurden zu den bis heute wohl beliebtesten Gemüsesorten Japans (Yazawa 1997:153-157).

Einen besonderen Stellenwert hat heute außerdem Gemüse aus Kyōto, welches nur aufgrund seiner Herkunft teurer als anderes Gemüse verkauft werden kann und bis heute als Erbe einer japanischen Kultur angesehen wird. Dies hängt sicher auch damit zusammen, dass die Stadt Kyōto generell als typisch japanisch empfunden und wahrgenommen wird, deshalb ist es nur selbsterklärend, dass Gemüse aus Kyōto einen ebenso großen Stellenwert einnimmt. Dieses Phänomen ist im heutigen Japan auch mit Tee zu beobachten (vgl. De St. Maurice 2014).

Japanisches Essen genießt außerdem den Ruf fettärmer, als andere Speisen zu sein. Dies trifft zwar nicht für alle Speisen zu, so wird z.B. bei *tempura* Gemüse oder Fisch sogar frittiert, jedoch wurde schon seit jeher das Kochen von Fleisch und anderen Speisen dem Braten vorgezogen. Ein weiterer Grund für das gesunde Fett in der japanischen Küche ist der Gehalt von guten Omega-3 Fettsäuren in z.B. Fisch oder Gemüse, durch deren Verzehr diese wichtigen Nährstoffe aufgenommen werden können. Der Aspekt der Frische von Lebensmitteln wird in Japan ebenfalls sehr hoch geschätzt. Dies lässt sich wiederum am Verzehr von Fisch und Meeresfrüchten oder auch Gemüse erläutern. Bei diesen Lebensmitteln ist es bekanntermaßen essenziell, auf frische Ware zurückzugreifen, da sie sonst verderben und sogar zu gesundheitlichen Problemen führen könnten. Einigen Lebensmitteln wie Pilzen oder Tee wird in Japan außerdem aufgrund ihrer Inhaltsstoffe, wie beispielsweise Tannine, eine besondere Wirkung zugeschrieben. Der letzte wichtige Punkt ist laut Ashkenazi und Jacob, dass japanische Gerichte meist aus verschiedenen kleinen Portionen bestehen. Es herrscht die Qualität der Speisen über der Quantität dieser. Jedoch ist auch in Japan nicht alles gesund. So wird oft bemängelt, dass japanische Speisen zu salzhaltig seien. Ein gutes Beispiel für einen übermäßigen Salzgehalt bietet die japanweit beliebte Sojasoße. Außerdem ist Japan für seine Instantgerichte, wie z.B. *insutanto rāmen*, bekannt. Diese schnelle Zubereitung der Speisen, welche nur durch den Gebrauch zahlreicher Konservierungs- und anderer synthetischer Zusatzstoffe möglich ist, wird auch als ungesund betrachtet. Sogar das Hauptgrundnahrungsmittel Reis wird teilweise in den Ernährungswissenschaften als ungesund angesehen. Der Grund dafür liegt darin, dass es sich um geschälten, weißen Reis handelt, dem dadurch essenzielle Nährstoffe verloren gingen (Ashkenazi und Jacob 2003:170-174).

In diesem Teilkapitel wurde genauer auf den theoretischen Gesundheitsaspekt der japanischen Küche eingegangen. Während einige Faktoren wie der hohe Konsum von Gemüse durchaus positiv sind, gibt es natürlich auch negative Punkte, wie beispielsweise den hohen Salzgehalt von Gerichten. Im nächsten Teil soll nun auf die Assoziationen einer japanischen Community in Wien zum Thema japanische Küche eingegangen werden.

5.2.2. Wahrnehmung und Vertrautheit der japanischen Küche

In diesem Teilkapitel soll auf die Assoziationen von in Wien lebenden JapanerInnen zum Thema japanische Küche eingegangen werden. Des Weiteren soll anhand der konkreten Antworten der ProbandInnen auf die Bedeutung der japanischen Küche für die einzelnen Personen geschlossen werden.

Was waren nun die Verbindungen, die mit dem Thema japanische Ernährung und Esskultur gemacht wurden? Der ausschlaggebendste Punkt war sicherlich derjenige, dass fast alle ProbandInnen angaben, sehr oft japanisch zu essen. Die Orte, an denen dabei gegessen wurde, waren sehr vielseitig. Japanische Speisen wurden selbst gekocht, als *obentō* zur Arbeit oder an die Universität mitgenommen, am Arbeitsplatz (japanisches Restaurant) verzehrt oder es wurde auswärts, besonders im japanischen Restaurant Sakai in Wien, gegessen. Das Sakai genießt allgemein einen sehr guten Ruf bei der japanischen Community. So wird es als authentischstes japanisches Restaurant in ganz Wien, oder sogar ganz Österreich, bezeichnet. Hoch geschätzt werden neben den frischen Zutaten auch, dass der Geschmack der Speisen derselbe sei, den die InterviewpartnerInnen schon in Japan geliebt haben. Neben dem Sakai wurde nur noch das Unkai in einem Gespräch erwähnt, was es eindeutig als populärstes japanisches Restaurant in Wien auszeichnet (vgl. Restaurant Sakai 2016 und Restaurant Unkai 2017).

Japanisches Essen wird auch immer mit leichter Kost verbunden. Wie in vorhergegangenen Kapiteln schon praktisch und theoretisch beschrieben, verbinden JapanerInnen die Esskultur ihres Landes mit dem Konsum von viel Gemüse sowie tierischem Eiweiß. Damit zeigt sich ganz deutlich, dass die Kost Japans als gesund betrachtet wird.

Der Gesundheitsfaktor war auch der zweitwichtigste Entscheidungsgrund, wobei er laut Assoziationen eigentlich als wichtigster Aspekt gezählt werden könnte. Der gewollte Verzehr von japanischen Speisen als konkreter Entscheidungsgrund war aber auch für sehr viele ProbandInnen von größter Bedeutung. So gab eine Mehrheit an, japanische Gerichte zu mögen und sich deshalb auch in Österreich für diese zu entscheiden.

Daraus ergibt sich auch die nächste Assoziation zum japanischen Essen, und zwar die, dass japanische Speisen als selbst gekocht und österreichische Speisen eher als Restaurantspeisen gelten. Die meisten ProbandInnen gaben dabei an, dass es für sie kein Problem darstelle, japanische Gerichte zuzubereiten. Sie würden diese Art des Kochens schon seit Kindheitstagen kennen. Auch wenn mit Freunden oder Bekannten gemeinsam gekocht werde, stünden meist ausschließlich japanische Gerichte auf dem Speiseplan.

Die Kindheit spielt auch eine wichtige Rolle in der Assoziation von einer japanischen Küche.

Erinnerungen an Speisen, die gegessen und an die sich gewöhnt wurde, beeinflussen ebenfalls das positive Image.

Besonders für japanische Eltern in Wien war es deshalb natürlich, dass ihre Kinder an eine japanische Ernährungsweise angepasst werden sollten. Die Esskultur sei dabei nur ein Teil der Gesamtkultur Japans, die jeder/jede JapanerIn erlernen müsste.

Die japanische Küche in Japan selbst wurde als sehr vielseitig und mit einer großen Auswahl an verschiedenen Speisen beschreiben. Sei es Gemüse oder seien es Snacks wie *senbei* oder *mochi*, die zahlreichen verschiedenen Sorten werden von den JapanerInnen hochgeschätzt.

Sehr interessant waren die Assoziationen der typisch japanischen Zutaten. Diese waren insgesamt fünf: Reis, *dashi*, Sojasoße, *mirin* (süßer Reiswein zum Kochen) und *nihonshu* (japanischer Reiswein). Diese waren eigentlich für alle ProbandInnen dieselben und sie gaben an, dass sobald diese fünf Zutaten vorhanden seien oder gekauft werden könnten, die Zubereitung japanischer Gerichte auch im Ausland gelänge. Dieser Meinung waren auch Frau Fukuhara und Frau Fukuda. Sie beide gaben an Japan etwas zu vermissen, bzw. genauer gesagt den japanischen Geschmack, in ihrem Beispiel den Geschmack von Sojasoße. Deshalb würden sie bei ihren selbst gemachten Speisen immer versuchen, diesen Geschmack zu treffen. Außerdem meinten sie, dass sie schon seit ihrer Kindheit an den Geschmack japanischer Speisen gewöhnt seien und ihn deshalb vermissen würden. Außerdem sei japanisches Essen einfach sehr lecker. Für Frau Fukuda und Frau Fukuhara war die Assoziation mit japanischem Essen deshalb eindeutig der Geschmack von Sojasoße. So war es auch denkbar, dass ihre Lieblingsspeise als Kind diesen Geschmack auch enthielt. Frau Fukuda aß als Kind am liebsten Gemüse und andere Speisen, die mit Sojasoße oder *mirin* gewürzt wurden. Frau Fukuhara liebte als Kind ebenso gekochtes Gemüse mit Sojasoße.

Auch Frau Kanemoto meinte, dass sie japanische Speisen nicht wirklich vermisse, jedoch ab und zu den Geschmack von Sojasoße:

Also, das, was ich manchmal vermisse [lacht], ist Sojasoße. Aber ich denke nicht oft so etwas wie, oh ich möchte jetzt japanische Gerichte essen. Wenn ich jedoch nachdenke, was ich essen könnte, kommt natürlich etwas aus dem japanischen Rahmen, aber ich vermisse japanische Speisen nicht wirklich [lacht].

Den Erwerb von japanischen Zutaten, wie den oben genannten, wurde mit hohen Kosten assoziiert. Trotzdem gaben die meisten JapanerInnen an, sich bewusst für diese, auch aus dem Asialaden, zu entscheiden. So u.a. auch Frau Kaneshiro, die meine Frage, ob sie Japan sehr stark vermissen würde, nicht bejahen konnte, jedoch angab, dass sie den Geschmack Japans vermissen würde. Dies sei auch der Grund dafür, dass sie auch in Wien trotz der erhöhten Preise usw. öfters auf japanische Speisen zurückgreifen würde.

Die letzte Assoziation war diejenige mit einer japanischen Küche als Seelentröster. So gaben sehr viele ProbandInnen an, falls sie traurig oder gestresst seien, sich japanisches Essen, auch in Restaurants, zu gönnen. Dies würde wie Medizin helfen und dazu beisteuern ihren Gemütszustand wieder ins Gleichgewicht zu bringen. So etwa Frau Fukui die meinte, dass sie Japan vermissen würde und deshalb besonders in Zeiten, in denen sie sehr angespannt oder gestresst sei, gerne japanische Speisen zu sich nehmen würde. Sie erwähnte dabei auch das Unkai, das japanische Restaurant im Grand Hotel in Wien, das sie immer wieder gerne aufsuche (vgl. Restaurant Unkai 2017). Natürlich habe sie sich schon an das Leben und Essen in Wien gewöhnt, jedoch freue sie sich trotzdem immer, wenn sie zurück nach Japan gehen und japanisch essen könnte. Abschließend meinte sie noch, dass ihr Körper, wenn es ihr schlecht gehen würde, nicht nach Fleisch, sondern nach Fisch verlangen würde: „Also, wenn ich dann so gestresst bin, reicht es mir nicht nur japanisch zu essen, irgendwie möchte mein Körper dann anstelle von Fleisch lieber Fisch“. Da Frau Fukui aus Kyūshū stammt, erzählte sie mir, dass sie in ihrer Kindheit am liebsten die dortigen Spezialitäten gegessen habe und diese nicht nur nach ihrem Umzug nach Wien, sondern bereits nach ihrem Umzug nach Tōkyō, sehr vermisst habe.

Ein Proband, der angab japanische Speisen in Wien nicht zu vermissen und nur selten zu essen, war Herr Kanno. Als Grund dafür meinte er, immer auf der Suche nach neuen Speisen zu sein und die Speisen in Wien sehr gut zu finden: „Überhaupt nicht, weil ich es mir immer zur Aufgabe mache, neue Gerichte zu probieren. Also ich glaube ja, dass es viele gute Speisen in Wien gibt, deshalb möchte ich sie alle kosten“. Herr Kanno erzählte mir sehr ausführlich von seiner Kindheit und dem Essen. Da er in der Nachkriegszeit geboren wurde, war das Essen oft rar. Seine Mutter sei jedoch eine sehr gute Köchin gewesen, die es immer geschafft hätte, etwas Gutes auf den Tisch zu bringen.

Insgesamt kann gesagt werden, dass die JapanerInnen zumeist Japan an sich nicht sehr vermissen, jedoch die Vertrautheit der japanischen Gerichte seit ihrer Kindheit dazu führt, dass sie die Esskultur ihres Heimatlandes stark vermissen. Diese Esskultur, bzw. der Geschmack dieser lässt sich jedoch laut Ansicht der meisten ProbandInnen auch relativ problemlos in Österreich herstellen, indem z.B. Gemüse mit Sojasoße gewürzt würde usw. Diese Sojasoße steht dann sozusagen stellvertretend für eine japanische Esskultur.

5.2.3. Lieblingsspeisen als Kind und „Speisen der Erinnerung“

Nachdem im letzten Teilkapitel die Wahrnehmung von japanischen Speisen, auch in Österreich, genauer beschrieben wurde, soll in diesem Teilkapitel noch einmal kurz auf die Lieblingsspeisen

der JapanerInnen als Kind und diejenigen Speisen, an die sich die JapanerInnen gerne erinnern eingegangen werden. Bei meiner Wahl der InterviewpartnerInnen war es für mich von größter Bedeutung, dass die ProbandInnen ihre gesamte Kindheit in Japan verbracht hatten. Ich sehe diesen Faktor nämlich als eine Art der Sozialisation an. Sozialisation in dem Sinne, dass die Erziehung in Japan nach einer japanischen Art und Weise stattgefunden hat. Durch das Heranwachsen im gleichen Land konnte bei allen interviewten Personen eine gemeinsame Identität entstehen. Im Falle dieser Arbeit spiegelt sich diese in der Esskultur wieder.

Wie bereits im Kapitel der individuellen Entscheidungsgründe erwähnt, würde eine genauere, rein qualitative Beschreibung den Rahmen dieser Arbeit sprengen, weshalb die Antworten der ProbandInnen zu ihrem Lieblingsessen als Kind sowie den Speisen, an die sie sich gerne erinnern, in zusammengefasster quantitativer Form präsentiert werden sollen. Es soll dabei mit den Lieblings Speisen als Kind angefangen werden.

Mit insgesamt vier Nennungen lag *karēraisu* (japanisches Curry) an erster Stelle der Beliebtheitsskala. Dieses wurde nicht nur mit dem Essen zu Hause, sondern auch mit Essen in der Schule oder bei besonderen Anlässen oder Veranstaltungen verbunden. Besonders beliebt war es auch noch, weil es leicht mit dem Löffel zu essen war und praktisch überall gegessen werden konnte, auch in Restaurants.

Mit jeweils drei Nennungen waren *hanbāgu* (japanische Fleischlaibchen) und *okāsan no ryōri* (alle Speisen, die von der eigenen Mutter zubereitet wurden), die zweitbeliebtesten Gerichte der befragten JapanerInnen zu deren Kindheit. *Hanbāgu* war, ähnlich wie bereits *karēraisu*, v.a. deshalb so beliebt, weil es schnell und leicht gegessen werden konnte. Die Speisen der eigenen Mutter spiegeln wieder die bedeutsame Rolle der eigenen Kindheit und Sozialisation wieder. Das Essen, welches bereits während der Kindheit gern gemocht wurde, an welches sich Menschen sozusagen gewöhnt haben, wird auch während des Erwachsenenalters meist noch gerne gegessen.

Zwei ProbandInnen gaben außerdem an, dass das Essen ihrer eigenen Großmutter als Kind zu ihren Lieblings Speisen gezählt hätte. Auch hierbei gilt das eben erwähnte Prinzip der Sozialisation.

Ebenfalls jeweils zwei JapanerInnen sagten, Speisen mit Sojasoße bzw. *karāge* (frittierte Hühnchenteile) als Kind am liebsten gegessen zu haben. Dieses Gernhaben von Sojasoße spiegelte sich auch in anderen Aspekten der Interviews wider. So wird, wie bereits im vorherigen Kapitel erwähnt, Sojasoße als eine der Hauptzutaten der japanischen Küche von in Wien lebenden JapanerInnen angesehen.

Andere Speisen, die als Kind am liebsten gegessen wurden, waren u.a. verschiedene japanische Speisen wie Sushi, *korokke* (ähnlich wie Kroketten), *rāmen*, *omuraisu*, *gyōza*, *meronpan*

(Melonenbrot) usw. aber auch westliche Speisen wie Steaks.

Wie bereits erwähnt, interessierten mich im Zusammenhang mit der Vertrautheit von Speisen auch diejenigen Speisen, die bei den JapanerInnen einen bleibenden Eindruck hinterlassen haben und an die sie sich gerne zurückerinnern.

Da für mich persönlich japanische Speisen einen sehr guten Eindruck hinterlassen haben und zu meinen „Speisen der Erinnerung“ geworden sind, war ich zu Beginn meiner Interviews der Meinung, dass dies auch bei meinen ProbandInnen der Fall sein würde. Ich nahm deshalb an, dass die Speisen, an die sich erinnert würde, v.a. österreichische Speisen, bzw. im Allgemeinen sogar diejenigen Speisen sein würden, die verzehrt wurden, als die ProbandInnen zum ersten Mal nach Österreich gekommen sind. Es stellte sich jedoch heraus, dass wiederum Speisen, die seit der Kindheit gerne gegessen worden waren bzw. Speisen, die mit bestimmten Personen der eigenen Familie verbunden werden in der Erinnerung der ProbandInnen geblieben sind.

Vorherrschend waren dabei v.a. die Speisen, die von der eigenen Großmutter, der eigenen Mutter oder sogar dem eigenen Vater zubereitet wurden. Als konkrete Beispiele nannten meine InterviewpartnerInnen z.B. den *hanbāgu* der Mutter, die *tsukemono*, den Kartoffelsalat, die veganen Gerichte oder die Tomatensuppe der Großmutter oder auch allgemein die Speisen, die mit der gesamten Familie gegessen wurden wie beispielsweise Sushi oder die Speisen aus der Präfektur der Eltern. Ein Proband erzählte mir auch noch, dass ihm das *dashi* seines Vaters, welches er selbst zubereitete, sehr gut in Erinnerung geblieben war. Aber auch Speisen nach bestimmten Ereignissen, wie z.B. der erste Fisch nach dem großen Tōhoku-Erdbeben oder das erste *okonomiyaki* nach dem Abschluss der Universität usw. wurden als Speisen genannt, an die die JapanerInnen in Dankbarkeit zurückblicken. Meine Annahme, dass sich v.a. an österreichische Speisen erinnert werden würde, bestätigte sich nur in zwei Fällen, nämlich bei Schnitzel und Tafelspitz, welche im Restaurant Figlmüller gegessen wurden und an die sich auch gerne erinnert wird.

Für eine Probandin waren weder japanische noch österreichische Speisen diejenigen, an die sie sich am liebsten zurückerinnert, sondern die Käsespätzle, die sie von ihrer deutschen Gastfamilie zubereitet bekam, als sie zum ersten Mal nach Europa gekommen war.

Wie in diesem Kapitel zu den beliebtesten Speisen als Kind bzw. denjenigen Speisen, an die sich besonders gerne zurückerinnert wird, veranschaulicht wurde, verbanden die befragten JapanerInnen Essen meist mit Personen, die sie sehr gerne haben. Sei es nun die eigene Familie, im Besonderen die eigene Mutter oder Großmutter, oder auch die Gastfamilie, die sie herzlich willkommen geheißen hat. Für den Großteil der JapanerInnen waren die Lieblings Speisen jedoch immer japanischer Art. Dies könnte wiederum mit einer Sozialisation an japanische Speisen bzw. auch mit einem schlichten gewohnt sein dieser interpretiert werden.

6. Food Choice – Zwischen Gesundheit und Identität

Wie in den letzten beiden Kapiteln bereits aufgezeigt werden konnte, liegt eine bewusste Auswahl für bestimmte Lebensmittel oder fertige Speisen bei in Wien lebenden JapanerInnen zwischen einem Achten auf gesundheitliche Aspekte und einer starken Identität als JapanerIn.

Dieses Kapitel soll sich deshalb mit einerseits den theoretischen Hintergründen von japanischem Essen als Faktor für eine japanische Identität sowie dem konkreten Ausleben dieser Identität durch in Wien lebende JapanerInnen anhand deren täglicher Ernährung, beschäftigen.

6. 1. Japanisches Essen als japanische Identität?

In Kapitel 5.2. wurden bereits die theoretischen Grundelemente der japanischen Küche genauer vorgestellt. In diesem Teilkapitel sollen jedoch im Besonderen auf die äußeren Einflüsse in der japanischen Küche und deren Auswirkungen auf eine japanische Identität eingegangen werden.

Wie bereits zu Beginn dieser Arbeit gesagt, wird die Identität eines Landes in großer Weise von ihrem Essen mitbestimmt. Die typischen Landesspeisen werden von Generation zu Generation weitergegeben und werden somit, ähnlich wie die Landessprache, zu einem Kulturerbe (vgl. Brulotte und Di Giovine 2014).

Kann nun von einer charakteristischen japanischen Küche, die als Wegweiser für eine japanische Identität gilt, gesprochen werden? Wie bereits in Kapitel 5.2. aufgezählt, waren auch in der japanischen Küche große äußere Einflüsse, v.a. aus China oder Korea, zu spüren.

Sogar die Form, die als ethische japanische Esskultur angesehen werden kann, nämlich das sogenannte *kaiseki*, wurde teilweise durch eine Übernahme der Praktizierung und der Riten des Buddhismus aus China und Korea übernommen. Generell war die Ursprungsstätte jedoch Indien. *Kaiseki* folgte der buddhistischen Tradition einer vegetarischen Ernährung und wurde in Japan noch verfeinert. Dies führte dazu, dass Japan eines der wenigen Länder mit einem sehr hohen Standard der vegetarischen Küche wurde. Durch *kaiseki* und die Opfergaben an die *kami* (Götter) wurde außerdem die Liebe zu Blumen in Japan noch stärker anerkannt, da diese gemeinsam mit Essen dargebracht wurden. Japan ist des Weiteren eines der wenigen Länder der Welt, in dem zwei Religionen problemlos nebeneinander bestehen konnten. So war es auch normal, den *kami* des *shintō*, der ersten großen Religion Japans, Opfergaben in Form von Essen zu übergeben. Ein anderes Beispiel für eine Speise, die heute eindeutig mit Japan verbunden wird, ist Sushi. Diese eigentlich zur Konservierung von Fisch angewendete Methode mit fermentiertem Reis wurde u.a. auch in Südostasien oder Korea angewendet (Ashkenazi und Jacob 2000:40-44).

Mit der Ankunft der ersten Europäer in Japan wurde der Rahmen der japanischen Küche,

insbesondere ab dem Beginn des 16. Jahrhunderts ebenfalls ausgeweitet. Zwei frühe Beispiele für das Übernehmen und Modifizieren von europäischen Speisen sind die bis heute existierenden Spezialitäten *tempura* und *kasutera*. Sowohl die frittierten Gerichte als auch die soften Teigkuchen wurden von den Portugiesen übernommen. Ein anderes Beispiel ist das allseits beliebte japanische Curry (*karēraisu*), welches durch britische Handelsreisende und Diplomaten von Indien nach Japan kam und heute zu den meist geschätzten Gerichten Japans gehört. Als nicht unbedingt europäisch, jedoch zweifelsohne als westlich zu bezeichnen, war der Import von Fast Food, besonders durch amerikanische Restaurantketten wie Mc-Donald's oder Kentucky Fried Chicken (KFC) (Ashkenazi und Jacob 2000:44-45).

Während Mc-Donald's und KFC jedoch noch immer klar als ausländische Speisen in Japan wahrgenommen werden, mit Ausnahme der japanischen Fast Food Kette Mos Burger, die als gesünderer Konkurrent zu Mc-Donald's gilt, gibt es auch ebenso japanische Spezialitäten, die als solche weltweite Bekanntheit genießen, deren Ursprung jedoch in anderen Ländern liegt. Das berühmteste Beispiel dafür wären die bereits erwähnten, aus China stammenden *shina soba*, die dann in Japan unter dem Namen *rāmen* beliebt wurden. Heute gibt es wohl nur wenige Länder, in denen nicht zu mindestens eine Sorte von *insutanto rāmen* zu finden ist (Cwiertka 2006:140-145).

Natürlich ist das Übernehmen und die Adaption von ausländischen Speisen kein abgeschlossener Prozess, weshalb es sicher noch zahlreiche andere Beispiele von ausländischen Speisen in einer japanischen Küche geben würde. Auf diese einzugehen würde jedoch den Rahmen dieser Arbeit sprengen und wahrscheinlich schon zu einer anderen Forschungsdisziplin gehören.

Eine Problematik, die hier jedoch noch kurz angesprochen werden soll, ist jene des Imports von sowohl rohen Lebensmitteln als auch fertigen Speisen nach Japan. Im Jahre 1988 wurden beispielsweise trotz einer großen Fischereiindustrie in Japan 35,9 % Fisch und Schalentiere nach Japan importiert. Bei Getreide lag der Anteil bei 14,6 %. Bei Fleisch sogar etwas darüber mit 14,8% und schließlich Früchte und Gemüse bei einem Anteil von 12,7 %. Die Länder, aus denen eingeführt wurde, waren dabei v.a. die USA, Australien oder andere asiatische Länder. Besonders problematisch ist jedoch der Import von Reis. Reis hat in Japan nicht nur eine wichtige Rolle als Hauptnahrungsquelle, sondern wird auch, wie bereits beschrieben, als die Grundlage Japans und eines „Japanisch-seins“ angesehen. Außerdem wird Reis auch in verschiedenen religiösen Ritualen, wie z.B. dem Totenritual, zur Hilfe genommen. Dass dieses Lebensmittel, welches in gewisser Hinsicht als das Land selbst angesehen wurde und noch immer angesehen wird, nun importiert wird, ist nicht nur für die japanischen Reisbauern problematisch, sondern führt zu immer mehr Abneigung in der gesamten Bevölkerung Japans. Heute ist es jedoch so, dass nicht nur Reis importiert wird, sondern, es ist schon zur Tatsache geworden, dass auch traditionelle japanische

Gerichte nur noch teilweise aus japanischen Zutaten bestehen und meistens auf billige Importe aus dem Ausland zurückgegriffen wird (Ohnuki-Tierney 1993:25-27).

Wie in diesem Kapitel erläutert wurde, wird jede Kultur von etlichen äußeren Einflüssen geprägt. So auch die japanische Esskultur, ob durch frühe Einflüsse wie das religiöse *kaiseki* oder auch neuere wie *rāmen*. Trotzdem gehören alte genauso wie neue, als japanisch geltende Speisen grundlegend zur Bildung einer japanischen Identität. Die Ausmaße dieser Identität und die Wahrnehmung von einer japanischen Identität aufgrund ihrer täglichen Ernährung, sollen im nächsten Kapitel anhand der konkreten Ernährung der in Wien lebenden japanischen Community erläutert werden.

6.2. Ernährung und Identität von JapanerInnen in Wien

Wie in den vorhergegangenen Abhandlungen schon beschrieben wurde, ist die Ernährung von JapanerInnen in Wien zugleich vielseitig und doch eindeutig von der japanischen Küche beeinflusst. In diesem letzten Analysekapitel soll deshalb die tägliche Ernährung der JapanerInnen in Wien noch einmal veranschaulicht und auf eine etwaige gemeinsame Identität dieser geschlossen werden.

Bezug nehmend auf eine alltägliche Ernährung kann gesagt werden, dass die Gerichte der JapanerInnen in Wien aus einer Mischkost von japanischen, europäischen und anderen asiatischen Speisen aufgebaut sind.

Ein typisches Frühstück in Wien konnte bei den befragten ProbandInnen sowohl westlich als auch japanisch sein. Während bei einem westlichen Frühstück v.a. auf Joghurt und Früchte sowie auf Müsli, Porridge usw. zurückgegriffen wurde, enthielt das als japanisch charakterisierte Frühstück traditionell neben Reis auch Misosuppe oder *nattō*. Als Getränke wurden Kaffee oder Tee getrunken. Aus diesen Speisen könnte sich eine teilweise japanische Identität durch Reis und Misosuppe entwickeln, da diese als Hauptnahrungsmittel angesehen werden können. Sehr auffällig ist jedoch, dass ProbandInnen, die eher am Mittag oder zu Abend japanische Speisen zu sich nehmen, am Morgen weniger darauf zurückgriffen, sondern sich eher für westlich angehauchte Speisen entschieden.

Ein generelles Mittagessen war ebenfalls sehr japanisch angehaucht. Die ProbandInnen gaben an, ähnlich wie in Japan auf schnelle Gerichte wie *insutanto rāmen* oder Eierreis zurückzugreifen. Einige gaben auch an, in einer der verschiedenen Mensas der Universität Wien bzw. bei Mc-Donald's gegessen zu haben oder sogar öfter zu essen. Bei den Mensas waren v.a. die große Mensa im Obergeschoss des NIG (Neues Institutsgebäude) sowie die afro-asiatische Mensa in der Türkenstraße sehr beliebt. Diese beiden wurden einerseits wegen des günstigen Preises und andererseits wegen der großen Portionen gewählt. Relativ selten gaben die ProbandInnen an auf

belegte Brötchen zurückzugreifen. Einzig Frau Furukawa meinte, gerne Brötchen zu essen, da sie durch diese noch mehr Gemüse zu sich nehmen könnte. Auch nicht sehr oft wurden Mittagsmenüs in Restaurants in Anspruch genommen. Einzig Cafés wurden gerne besucht und in diesen anstelle eines Mittagessens ein Stück Kuchen genossen.

Das Abendessen war sehr japanisch geprägt. Fast alle ProbandInnen gaben an, zumindest zweimal in drei Tagen ein charakteristisch japanisches Abendessen mit Reis, Miso- und *nattō* usw. gegessen zu haben. Auch Fleischgerichte wie *donburi* gehören zu einem typisch japanischen Abendessen in Wien. Das Abendessen ist sehr kennzeichnend für eine japanische Kultur. Die ProbandInnen gaben auch an, dass sie sehr von japanischen Zutaten geprägt seien, weil sie diese Art zu essen schon seit ihrer Kindheit in Japan gewöhnt seien. Natürlich wurden auch Pasta, Chili con carne oder andere westliche Speisen als Abendessen angegeben, jedoch stand immer zumindest ein japanisches Element wie z.B. ein Salat, der mit Sojasoße oder *mirin* gewürzt war, auf dem Speiseplan.

Die Getränke, die über den Tag verteilt getrunken wurden, bestanden neben Kaffee, Schwarztee und Grüntee auch aus Leitungswasser oder Sodagetränken wie Almdudler usw. Die Getränke zeigen somit nicht unbedingt eine japanische Tendenz an.

Auffällig ist des Weiteren die Wahl der Zwischenmahlzeiten. Generell gaben nur wenige ProbandInnen an, zwischen den Hauptmahlzeiten überhaupt etwas zu sich genommen zu haben. War dies jedoch der Fall, so handelte es sich nie um japanische Snacks wie *senbei*, sondern ausschließlich um Kuchen oder Kekse. Diese wurden, wie bereits erwähnt, auch anstelle eines warmen Mittagessens zu sich genommen.

Auch selten wurde in Restaurants gegessen. So gab nur eine ProbandIn an, in den vergangenen drei Tagen in einem Restaurant gefrühstückt zu haben. Bei diesem Frühstück handelte es sich um ein Wiener Frühstück mit Semmeln, Butter, Marmelade usw.

Vielleicht die wichtigste Erkenntnis in Bezug auf eine japanische Identität durch eine gewisse Ernährungsweise in Wien ist, dass sich das Essverhalten der in Wien lebenden JapanerInnen im Laufe ihres, meist langjährigen, Aufenthalts sehr stark verändert hat. So gab Frau Furutani an, sie habe die ersten zwei Jahre nur österreichische Speisen gegessen und auch österreichische Zutaten für die Zubereitung ihrer Gerichte benutzt, jedoch sei es ihr nach dieser Zeit einfach zu deftig geworden bzw. sie habe die japanische Küche so sehr vermisst, dass sie wieder auf diese als Nahrungsmittelpunkt zurückgegriffen habe. Sie schilderte diese gleiche Erfahrung auch von einer ihrer Freundinnen. Auch Herr Kataoka und Frau Kawaguchi haben ähnliche Erfahrungen gemacht. Als sie gerade erst nach Wien gekommen sind, hätten sie lieber österreichische Speisen gegessen, während sie nun wieder japanische Speisen verzehren würden. Für Frau Kawaguchi und

Herrn Kataoka war dabei der Gesundheitsfaktor ausschlaggebend. Sie meinten, dass ihnen nach einiger Zeit das österreichische Essen einfach zu deftig und schwer geworden sei. Auch Frau Fukui, die schon seit mehr als 20 Jahren in Wien lebt, machte die gleichen Erfahrungen und greift heute auch für ihre Gesundheit auf japanische Zutaten zurück.

In den Interviews wurde auch sehr schnell klar, dass die JapanerInnen in Wien eine gewisse Verbundenheit zueinander zeigten. So gingen sie bei ihren Antworten oft weniger auf sich selbst als auf die JapanerInnen in Japan oder Wien ein. Am deutlichsten wurde dies bei der Frage, ob denn leichte Kost einer schweren deftigen Kost vorgezogen würde. Die Antwort auf diese war unabhängig voneinander oft eine solche wie die Folgende: „Also JapanerInnen essen generell lieber leichte Speisen als fettige“ usw. Dies lässt eindeutig auf eine Gruppenidentität, die durch das Essen gezeigt wird, schließen. Das Besondere an einer japanischen Esskultur ist auch, dass unabhängig von den einzelnen Präfekturen immer Reis, Soja, Fisch usw. als Hauptnahrungsmittel angesehen wird. Dies gilt sowohl für Fischerdörfer wie auch für Großstädte. Auch bei meinen Interviews hatte ich das große Glück, mit Personen aus den verschiedensten Präfekturen sowie aus Städten oder Dörfern stammend, zu sprechen. Natürlich wurde das Zugehörigkeitsgefühl zur eigenen Präfektur bzw. der Heimatpräfektur oft noch durch geliebte Speisen verdeutlicht, jedoch wurde auch angegeben, generell Reis gerne zu essen.

Als letzten großen Punkt in meinem Gespräch mit den ProbandInnen wollte ich mich nach Speisen erkundigen, die bei ihnen eine bleibende Erinnerung hinterlassen haben. Dabei gab ich nicht an, ob diese nun japanisch oder österreichisch, oder auch Speisen aus anderen Ländern sein müssten. Die meisten InterviewpartnerInnen gaben an, sich an japanische Speisen aus ihrer Kindheit oder auch jene nach großen Katastrophen wie z.B. nach der Dreifachkatastrophe im Jahre 2011, erinnern zu können. Im Konkreten waren dies Speisen wie *sekihan*, Sushi, Fisch, der nach der Katastrophe gegessen wurde usw. Interessanterweise wurde auch von Herrn Kanno erwähnt, dass für ihn besonders italienische und auch französische Speisen im Japan seiner Studienzeit einen bleibenden Eindruck hinterlassen hätten. Er erzählte mir dabei u.a., dass er sich als junger Student von ausländischem Essen fasziniert, mit dem Besitzer eines italienischen Restaurants angefreundet habe. Dieser Freund habe ihm schließlich zum ersten Mal die Wunder der italienischen und französischen Küche näher gebracht.

Unter den Erinnerungen an österreichische Speisen waren meist der erste Besuch in einem typisch alt-wienerischen Restaurant wie den beiden berühmten Figlmüller oder Plachutta. Die Speise, die ihnen dort besonders im Gedächtnis geblieben sei, war das Wiener Schnitzel oder Zwiebelrostbraten.

Auch süße Speisen wie die berühmte Sachertorte gehören eindeutig zu den Erinnerungen der

JapanerInnen in Wien.

Ein Punkt, der in diesem Kapitel noch angesprochen werden muss, ist jener der Akzeptanz bzw. Wahrnehmung von ausländischen Speisen in Japan. Die japanischen ProbandInnen gaben an, in Wien auch gerne asiatische Restaurants aufzusuchen. Als ich sie jedoch fragte, ob dies auch in Japan der Fall gewesen sei, meinten sie, dass sie ganz klar eine asiatische Küche schätzten, jedoch in Japan eher auf europäische Speisen wie Pizza oder Pasta zurückgreifen würden. Herr Fujimoto sprach sogar von der italienischen Küche als Teil der japanischen: „Es gibt überall in Japan italienische Restaurants. Italienische Speisen zähle ich deshalb nicht zu ausländischer Kost, sie gehören schon zu einer japanischen Küche“. Wenn also von einer japanischen Identität durch eine japanische Küche im Allgemeinen gesprochen wird, ist es sehr schwierig herauszufiltern, in welchem Ausmaß diese japanische Küche wahrgenommen wird. Wird, wie bei Herrn Fujimoto, eine italienische Kost auch dazu gezählt? Was ist mit Speisen, die eigentlich nicht japanisch waren, jedoch in Japan adaptiert und an den japanischen Geschmack angepasst wurden, wie z.B. *rāmen*, *tempura* oder *karē*? Im Falle meiner ProbandInnen war ganz deutlich ersichtlich, dass eine Mehrheit zwar der Ansicht von Herrn Fujimoto nicht zustimmen könnte, dass für sie jedoch die übernommenen Speisen ganz klar zu einer japanischen Küche gezählt werden könnten. Dies zeigt sich auch in den Kindheitserinnerungen der meisten TeilnehmerInnen, bei denen, wie bereits erwähnt, ein Großteil der Personen meinte, ihre Lieblingsspeise sei *karē* gewesen.

Zum Abschluss soll noch einmal auf die Wahrnehmung der Gesundheit eingegangen werden. Bei der Auswertung der einzelnen Entscheidungsgründe für eine gewisse Lebensmittelwahl zeigte sich, dass die beiden Aspekte der Gesundheit und des Preises als wichtigste für eine tägliche Ernährung angesehen wurden. Besonders der Gesundheitsaspekt wurde dabei als typisch japanisch bezeichnet. Dies zeigte sich ebenfalls wieder durch eine gemeinsame Gruppenidentität. So fielen immer wieder Aussagen wie: „In Japan denkt man, dass Mc-Donald's nicht gesund ist, deshalb esse ich es nicht“ oder „Die JapanerInnen mögen sehr gerne Gemüse und deshalb ist es für alle in Österreich anstrengend, dass es hier nicht so viel Gemüse gibt“ oder auch „Also, in Japan ist jetzt eher nicht Vegetarismus oder Veganismus von Bedeutung, sondern es wird gesagt, man soll lebende Organismen essen. Dies sei sehr gesund“. Wie diese Beispiele zeigen, ist es für die meisten JapanerInnen ganz klar, dass ihre Ernährungsweise zu einer der gesündesten der Welt gehört und dies u.a. auch deshalb der Fall ist, weil sie sich auf Gemüse stützt. Während ich als Österreicherin niemals verallgemeinert sagen könnte, dass alle meine Landsleute Gemüse oder Fleisch sehr gerne essen, stellen verallgemeinerte Aussagen wie diese für JapanerInnen kein Problem dar. Die Gesundheit, besonders in der Form des Verzehrs von genügend Gemüse und tierischem Eiweiß kann deshalb nicht nur als der zweitwichtigste Entscheidungsgrund neben dem Preis, sondern auch

als Indikator für eine gemeinsame japanische Identität angesehen werden.

Ein interessantes Ergebnis war, dass die JapanerInnen den hohen Salzgehalt in österreichischen Speisen kritisierten, obwohl einige japanische Speisen durchaus als besonders salzhaltig angesehen werden können. Darunter auch die, von meinen ProbandInnen hoch geschätzte, und als essenzielle Zutat für japanische Speisen bezeichnete, Sojasoße. Wie bereits erwähnt, beschreiben auch Ashkenazi und Jacob die Folgen dieser salzhaltigen Ernährung am Beispiel des in Salzlake eingelegten Gemüses, welches zu fast jedem japanischen Abendessen verzehrt wird. Laut ihnen ist eben dieses Gemüse einer der Faktoren, warum die Zahl der an Darmkrebs erkrankten JapanerInnen gestiegen ist. Aufgrund dieses Anstiegs gäbe es auch Kampagnen der japanischen Regierung, um den Genuss von stark salzhaltigen Speisen in der japanischen Bevölkerung zu verringern (Ashkenazi und Jacob 2003:173).

Obwohl die tägliche Ernährung der in Wien lebenden JapanerInnen als eine Mischkost aus japanischer und nicht-japanischer Küche bezeichnet werden könnte, ist die japanische Ernährungsweise von großer Bedeutung. Besonders der Verzehr von Gemüse zusammen mit tierischem Eiweiß wird mit dieser verbunden.

7. Conclusio

Die vorliegende Arbeit beschäftigte sich mit dem sogenannten *food choice* bei derzeit in Wien lebenden JapanerInnen. Das Erkenntnisinteresse lag darin, die tägliche Ernährung dieser aufzuzeigen und aus diesen Ergebnissen auf kulturelle Zusammenhänge zu schließen. Die zu beantwortende Fragestellung und die sich daraus ergebenden Unterfragen lauteten dabei wie folgt: Wie sieht die tägliche Ernährung von in Wien lebenden JapanerInnen aus? Was sind die wichtigsten Motive für die Wahl bestimmter Lebensmittel und Speisen? Welche Aspekte sind von Bedeutung beim Kauf dieser? Wie werden aktuelle Ernährungstrends wie z.B. Vegetarismus und Veganismus wahrgenommen?

Die Frage nach der täglichen Ernährung einer japanischen Community in Wien kann mit einer Mischkost aus japanischen, österreichischen und sonstigen ausländischen Speisen beschrieben werden. Für die von mir befragten JapanerInnen war es von Bedeutung, dass die Speisen, die sie täglich zu sich nehmen, aus mindestens einer Portion Reis sowie japanischen Geschmackszutaten und Würzstoffen wie Miso, *mirin*, *dashi* und Sojasoße bestehen würden. Die allgemeine Meinung der JapanerInnen war, dass falls diese Gewürze vorhanden seien, überall auf der Welt japanisch gekocht werden könnte.

Außerdem war es für die ProbandInnen sehr wichtig, dass anstelle einer großen Portion

einer bestimmten Speise, wie dies z.B. beim Wiener Schnitzel der Fall wäre, mehrere kleine Gerichte gleichzeitig gegessen werden. Innerhalb dieses beschriebenen Rahmens war die Ernährung der ProbandInnen sehr flexibel. So war es für die meisten JapanerInnen auch kein Problem auf nicht so landestypisches Gemüse wie z.B. Zucchini zurückzugreifen, wenn dieses mit japanischen Würzstoffen zubereitet würde. Dadurch kann zusammenfassend gesagt werden, dass es bedeutsam für JapanerInnen ist, dass das Essen, welches sie täglich zu sich nehmen, v.a. ausgewogen ist und viel Gemüse, aber auch tierisches Eiweiß enthält.

In meinen Interviews war das Gemüse ein Stellvertreter für den Gesundheitsaspekt. Dieser Gesundheitsaspekt kann, wie gesagt, wohl als der qualitativ elementarste Entscheidungsgrund für den täglichen Menüplan angesehen werden. Ein wichtiges Ergebnis war jenes, dass die JapanerInnen ein Essen ohne Gemüse nicht als richtige Mahlzeit ansehen würden. Gemüse wird zu allen Mahlzeiten und in den verschiedensten Formen zu sich genommen. Während zum Frühstück v.a. Salate oder auch Suppen wie Miso- oder Tomatensuppe gegessen werden, wird Gemüse zu Mittag oder am Abend in Form von *nimono*, *tsukemono* usw. zubereitet. Auch in europäische Gerichte wie Pasta wird Gemüse hineingegeben. Gemüse wird aber auch mit der japanischen Küche verbunden. In Japan würde laut den ProbandInnen der Schwerpunkt der Küche auf dieser Zutat liegen. U.a. wurde die österreichische Küche als ungesund wahrgenommen, da sie sich nicht auf Gemüsegerichte stütze. Mit diesem Gemüse als Vertreter des Gesundheitsaspekts konnte auch die Annahme, dass sich eine japanische Community v.a. vom Gesundheitsaspekt bei ihrer täglichen Lebensmittelwahl leiten lassen würde, bestätigt werden.

Was die, von den ProbandInnen gegessenen, Speisen jedoch nicht enthalten sollten, war zu viel Fett oder Salz. Dies steht aber in einem starken Widerspruch zu Gerichten in Japan, die auch als sehr fett- bzw. salzhaltig bezeichnet werden können. *Tempura* oder Sojasoße sind nur zwei Beispiele dafür. Auch in Japan sind die Zivilisationskrankheiten aufgrund einer zu fett- und salzhaltigen Ernährung deshalb bereits auf dem Vormarsch, weshalb u.a. von der japanischen Regierung zu einer Verringerung von Salz und Fett aufgerufen wird.

Der quantitativ wichtigste Entscheidungsgrund bei einer täglichen Wahl von Lebensmitteln und Speisen war der Preisfaktor. Beim Preis ist den ProbandInnen ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis wichtig. Sie sind oftmals bereit mehr zu bezahlen, falls es sich um qualitativ hochwertige Produkte handelt. Dementsprechend wurden auch Bioprodukte gekauft und geschätzt. Andererseits wollten v.a. jüngere InterviewpartnerInnen eher auf die billigsten Produkte zurückgreifen, waren jedoch generell der Ansicht, dass das Preisniveau in Österreich sowieso auf einem niedrigeren Niveau liegen würde als in Japan und deshalb nie so viel Geld wie in Japan gebraucht werden würde.

Mein Erkenntnisinteresse zu den Ernährungstrends in Österreich und der Wahrnehmung dieser konnte durch meine Interviews mit den JapanerInnen ebenfalls ausführlich beantwortet werden. Dabei konnte ich zu dem Ergebnis gelangen, dass Diät- oder Kurtrends nur mit wenig Neugier betrachtet wurden, während hingegen Ernährungsstile wie der Vegetarismus und der Veganismus mehr Interesse hervorgerufen haben. Der Vegetarismus wurde von einer japanischen Community in Wien als generell positiv angesehen. Bejahend wurde empfunden, dass sich diese Ernährungsweise v.a. auf Gemüse und Milchprodukte usw. stützen würde und somit zur Gesundheitsvorstellung der JapanerInnen, mit Gemüse und tierischem Eiweiß, passte. Der Tierschutz wurde eher zweitrangig als Grund für Vegetarismus angesehen. Nur wenige ProbandInnen erwähnten diesen oder Tiere im Allgemeinen.

Der Veganismus andererseits wurde meist als negativ empfunden. VeganerInnen würden ihrer Gesundheit schaden, da sie keine essenziellen Eiweißstoffe zu sich nehmen würden. Während einige TeilnehmerInnen sich vorstellen könnten, fleischlos zu leben, widersprachen alle der Vorstellung, sich vegan zu ernähren. Aber auch in einem kulturellen Zusammenhang wurde der Trend des Veganismus kritisiert. So sei es in Japan unmöglich sich vegan zu ernähren, weil Fisch ein Hauptbestandteil der japanischen Küche sei. Dass dies jedoch möglich ist, konnte von einer Probandin erfahren werden, deren Großmutter sich in Japan vegan ernährt.

Im zweiten Teil dieser Arbeit wurde auf kulturelle Aspekte und eine sich durch die jeweilige Esskultur eines Landes bildende Identität eingegangen. Essen gehört zum Leben der Menschen eines jeden Landes und einer jeden Generation. Es ist sogar möglich, dass Essen zu einem kulturellen Erbe wird und somit über Generationen hinweg überdauert.

Bezug nehmend auf eine gemeinsame japanische Identität konnte herausgefunden werden, dass diese sich sehr stark in einer japanischen Ernährungsweise in Wien zeigt. Dies mag nicht immer in der Form von ausschließlich japanischen Gerichten erfolgen, jedoch werden spezielle Zutaten als ausschlaggebend für eine japanische Ernährung und somit als Faktor einer japanischen Identität bezeichnet.

Außerdem bemerkenswert für eine japanische Ernährung und Identität ist, dass sich die meisten ProbandInnen im Laufe vieler Jahre wieder auf eine japanische Küche verlassen, wohingegen sie zu Beginn ihres Lebens in Wien auch österreichische Zutaten verwendet hatten. Hierbei kann auch die Annahme, dass die JapanerInnen in Wien offen für neue Speisen sind und gerne österreichische Speisen probieren, bestätigt werden. Auch während meiner Gespräche wurde mir erzählt, dass v.a. von bereits seit Längerem in Wien lebenden JapanerInnen nach einiger Zeit der Wunsch nach japanischem Essen größer werde und deshalb vermehrt auf die Speisen des Gastlandes verzichtet werde. Diese Erkenntnis spiegelte sich auch in der Trennung zwischen lang-

bzw. kurzfristig in Wien lebenden JapanerInnen wider.

Generell spielt die japanische Küche eine sehr große Rolle im Leben der JapanerInnen in Wien. Diese wird als gesund wahrgenommen. Außerdem sei sie die Ernährungsweise, an die jedes Individuum bereits seit der Kindheit gewöhnt sei.

Ausschlaggebend für diese japanische Identität durch eine japanische Küche ist sicherlich auch, dass sie mit der Familie in Japan verbunden wird, dabei v.a. mit der Mutter oder Großmutter. Diese seien für die Gesundheit und Erziehung zuständig. Sicher kann auch gesagt werden, dass sich eine gemeinsame Identität als JapanerIn auch durch die Mutter und Großmutter bildet.

Diese Arbeit versuchte, die tägliche Ernährung von derzeit in Wien lebenden JapanerInnen in Wien und die sich daraus ergebende Identität genauer zu erläutern. Natürlich konnte nicht auf jedes Detail der Gespräche eingegangen werden. Besonders im Bereich des Sicherheitsaspekts für die Ernährungswahl, auch unter Berücksichtigung der Ereignisse nach der Dreifachkatastrophe, könnte sicherlich noch sehr viel geforscht werden.

Literaturverzeichnis

Allison, Anne

1997 „Japanese mothers and Obentōs: The lunch box as ideological state apparatus“, Carole Counihan und Penny van Esterik (Hg.): *Food and Culture: A reader*. New York, NY [u.a.]: Routledge, 296-314.

Ashkenazi, Michael und Jeanne Jacob

2000 *The essence of Japanese cuisine: An essay on food and culture*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

2003 *Food culture in Japan*. Westport Conn. [u.a.]: Greenwood Press.

Barthes, Roland

1975 „Toward a psychosociology of contemporary food consumption“, Elborg Forster und Robert Forster (Hg.): *European diet from pre-industrial to modern times*. New York: Harper Row.

1979 „Toward a psychosociology of food consumption“, Robert Forster und Orest Ranum (Hg.): *Food and drink in history*. Baltimore, MD: Johns Hopkins Univ. Press, 166-173.

Beaudoin, Christopher E.

2014 “The mass media and adolescent socialization: a prospective study in the context of unhealthy food advertising”, *Journalism and Mass Communication Quarterly* Vol. 91 (3), 544-561.

Becvar, Wolf Dieter und Nedeljko Radojicic

2008 „How vegan are you?“ *Ein kulturoziologisches Portfolio der veganen Community im Wandel zwischen Konsumverweigerung und Lebensstilkonzepten*. Magisterarbeit, Universität Wien.

Belasco, Warren James

2008 *Food: The key concepts*. Oxford [u.a.]: Berg.

Brulotte, Ronda L. und Michael A. di Giovine (Hg.)

2014 *Edible Identities: Food and foodways as cultural heritage*. Burlington, VT [u.a.]: Ashgate.

Bundesministerium für Gesundheit

- 2015 *Evaluation der österreichischen Ernährungspyramide: „Kommen die zentralen Botschaften bei der Bevölkerung an?“* Wien: Bundesministerium für Gesundheit. PDF e-book.
(http://www.bmgf.gv.at/cms/home/attachments/7/3/0/CH1047/CMS1290513144661/evaluation_ernaehrungspyramide.pdf) (4.8.2016).

Caplan, Pat (Hg.)

- 1997 *Food, health and identity*. London [u.a.]: Routledge.

Ceccarini, Rossella

- 2011 *Pizza and pizza chefs in Japan: A case of culinary globalization*. Leiden [u.a.]: E-Book.

Cervellon, Marie-Cécile und Laurette Dubé

- 2005 „Cultural influences in the origin of food likings and dislikes“, *Food Quality and Preference* Vol. 16(5), 455-460.

Counihan, Carole und Penny van Esterik (Hg.)

- 1997 *Food and Culture: A reader*. New York, NY [u.a.]: Routledge.

Cwiertka, Katarzyna J.

- 2006 *Modern Japanese cuisine: Food, power and national identity*. London: Reaktion Books.

Dämon, S. und K. Widhalm

- 2003 „Die „Gesund leben“-Pyramide als Guideline für ein gesundes Ernährungs- und Bewegungsverhalten“, *Journal für Ernährungsmedizin* Vol. 5(4), 6-8.

Deimel, Ingke et al.

- 2010 „Low meat consumption als Vorstufe zum Vegetarismus? Eine qualitative Studie zu den Motivstrukturen geringen Fleischkonsums“, *Diskussionspapiere*, Georg-August University of Göttingen, Department für Agrarökonomie und Rurale Entwicklung, No. 1002.

De St. Maurice, Greg

- 2014 „Edible Authenticities: Heirloom vegetables and culinary heritage in Kyoto, Japan“, Ronda L. Brulotte und Michael A. di Giovine (Hg.): *Edible Identities: Food as cultural heritage*. Farnham Surrey, Burlington, VT: Ashgate, 67-76.

Dold, Anna Sophie

2015 *Portionsgrößen – Empfehlungen auf Verpackungen im Vergleich mit diversen Empfehlungen in Hinblick auf verschiedene Personengruppen: Österreichische Ernährungspyramide, Optimix*. Masterarbeit, Universität Wien.

Figlmüller GmbH

2015 „Willkommen“, *Figlmüller GmbH*, (<https://www.figlmueeller.at/de/willkommen.html>) (16.5.2016).

Flick, Uwe

2002 *Qualitative Sozialforschung: Eine Einführung*. 6. rev. Aufl., Reinbek bei Hamburg: Rowohlt [1 1995].

Freedman, Irith

2016 „Cultural specificity in food choice: The case of ethnography in Japan“, *Appetite* Vol. 96, 138-146.

Frewer, Lynn J. et al.

2001 Vorwort zu *Food, people and society: A European perspective of consumers' food choice*. Lynn J. Frewer et al. (Hg.), Berlin [u.a.]: Springer, 3-8.

Goto, Keiko et al.

2011 „Globalization, localization, and food culture: Perceived roles of social and cultural capital in healthy child feeding in Japan“, *Journal of Nutrition Education and Behavior* Vol. 43 (4), 5-6.

Hardcastle, Sarah J. und Nicola Blake

2015 „Influences underlying family food choices in mothers from an economically disadvantaged community“, *Eating Behaviors* Vol. 20, 1-8.

Hermanns, Harry

2002 „Interviewen als Tätigkeit“, Uwe Flick (Hg.): *Qualitative Sozialforschung: Eine Einführung*. 6. rev. Aufl., Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 360-368 [1 1995].

Higashiyotsuyanagi Shoko

2010 „The history of domestic cookbooks in modern Japan“, Eric C. Rath und Stephanie Assmann (Hg.): *Japanese foodways, past and present*. Urbana, Ill.: University of Illinois Press, 129-144.

Hopf, Christel

2002 „Qualitative Interviews: Ein Überblick“, Uwe Flick (Hg.): *Qualitative Sozialforschung: Eine Einführung*. 6. rev. Aufl., Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 349-360 [¹ 1995].

Japan Dairy Industry Association

2010 „Hakkō nyū no rekishi (Geschichte der fermentierten Milch)“, *Japan Dairy Industry Association*, (http://www.nyukyuu.jp/cgi/dairy/index.cgi?rm=result_bk&bk_id=401) (22.01.2017).

Kiefer, I. et al.

2000 „Ernährungsverhalten und Einstellung zum Essen der ÖsterreicherInnen“, *Journal für Ernährungsmedizin* Vol. 2(5), 2-7.

Lévi-Strauss, Claude

1965 „The culinary triangle“, *Partisan Review* 33, 586-595.

1968 *Structural Anthropology*, vol. I. Harmondsworth: Allen Lane, Penguin Press.

1970 *The raw and the cooked*. New York: Harper Torchbooks.

MAFF - Ministerium für Landwirtschaft, Forsten und Fischerei

2007 *What is "shokuiku (food education)"*. MAFF. PDF e-book.

(<http://www.maff.go.jp/e/pdf/shokuiku.pdf>) (4.8.2016).

2016 *Waga kuni no shokuseikatsu no genjō to shokuiku no suishin ni tsuite* わが国の食生活の現状と食育の推進について [Über den gegenwärtigen Zustand der Ernährung und der Förderung der Ernährungserziehung in unserem Land], MAFF. PDF e-book.
(http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/meguji_201603.pdf) (29.9.2016).

Mario Plachutta Ges.m.b.H.

2016 „Home“, *Mario Plachutta Ges.m.b.H.*, (<https://www.plachutta.at/de/home>) (16.5.2016).

Miyamoto Tsuneichi 宮本常一

1999 „Nihonjin no shushoku“ 日本人の主食 [Die Hauptnahrungsmittel der Japaner], Kumakura Isao 熊倉功夫(Hg.): *Nihon no shokuji bunka* 日本の食事文化. Tōkyō: Ajinomoto Shoku no Bunka Sentā 味の素食の文化センター, 48-73.

Ohnuki-Tierney, Emiko

1993 *Rice as self: Japanese identities through time*. Princeton, NJ: Princeton Univ. Press.

Peter, Peter

2013 *Kulturgeschichte der österreichischen Küche*. München: Beck.

Prescott, John et al.

2002 „Motives for food choice: A comparison of consumers from Japan, Taiwan, Malaysia and New Zealand“, *Food Quality and Preference* Vol. 13(7), 489-495.

Rath, Eric C. und Stephanie Assmann (Hg.)

2010 *Japanese foodways, past and present*. Urbana, Ill.: University of Illinois Press.

Rauter, Tina

2010 *Vegetarismus im Leistungssport*. Diplomarbeit, Universität Wien.

Resch, Tanja

2008 *Essen gestern und heute – Die Veränderungen des Essverhaltens in Österreich von der Zwischenkriegszeit bis zum Jahre 2008. Mit besonderem Schwerpunkt auf einem Vergleich des Essverhaltens zweier Generationen anhand von Interviews*. Diplomarbeit, Universität Wien.

Restaurant Sakai

2016 „Home“, *B. Steinschaden GmbH*, (<http://www.sakai.co.at/index.html>) (16.5.2016).

Restaurant Unkai

2017 „Home“, *JJW Hotels and Resorts*, (<http://www.unkai.at/>) (11.3.2017).

Ritzer, George

2006 *Die McDonaldisierung der Gesellschaft*. 4. rev. Aufl., Übers. v. Sebastian Vogel, Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag [¹ 1995].

Rozin, Paul

1999 „Food is fundamental, fun, frightening and far-reaching“, Mack Arien (Hg.): *Food: Nature and culture*. *Social Research* 66(1), 9-30.

Sahara Shin 佐原真

1999 „Nihonteki shokuseikatsu no keisei“ 日本的食生活の形成 [Die Gestaltung einer japanischen Ernährung], Kumakura Isao 熊倉功夫(Hg.): *Nihon no shokuji bunka* 日本の食事文化. Tōkyō: Ajinomoto Shoku no Bunka Sentā 味の素食の文化センター, 27-47.

Scrob, Mircea-Lucian

2015 „Does an early socialization into food culture condition lifelong food preferences? Evidence from a retrospective study“, *Appetite* Vol. 101, 95-103.

Schleiner, Philip

2012 *Veganismus unter besonderer Berücksichtigung des Lebensstilkonzepts und der Tierrechtsbewegung. Eine qualitative Untersuchung*. Diplomarbeit, Universität Wien.

Schwinn, Thomas

2006 „Tendenzen globaler Kulturentwicklung“, *Forum für osteuropäische Ideen und Zeitgeschichte* Vol. 10 (1), 149-182.

Shepherd, Richard und Monique Raats (Hg.)

2006 *The psychology of food choice*. Wallingford: CABI.

Sobal, Jeffery et al.

2006 „A conceptual model of the food choice process over the life course“, Richard Shepherd und Monique Raats (Hg.): *The psychology of food choice*. Wallingford: CABI, 1-18.

Step toe, Andrew et al.

1995 „Development of a measure of the motives underlying the selection of food: The food choice questionnaire“, *Appetite* Vol. 25(3), 267-284.

Sun, Yu-Hua Christine

2008 „Health concern, food choice motives, and attitudes toward healthy eating: The mediating role of food choice motives“, *Appetite* Vol. 51(1), 42-49.

Wilson, Thomas M. (Hg.)

2006 *Food, drink and identity in Europe*. Amsterdam [u.a.]: Rodopi.

Wolf, Alexandra et al.

2010 „Die neue Ernährungspyramide“, *Journal für Ernährungsmedizin* Vol. 12(2), 24-25.

Yazawa Shin 矢澤進

1997 „Waga kuni no yasai to bunka – tsukena, kabu o chūshin toshite“ わが国の野菜と文化-ツケナ、カブを中心として [Das Gemüse und die Kultur unseres Landes – eingelegter Kohl und Rüben als Mittelpunkt], Haga Noboru 芳賀登(Hg.): *Zenshū nihon no shoku bunka dai yon kan sakana, yasai, niku* 全集日本の食文化第四巻 魚、野菜、肉. Tōkyō: Yūzankaku Shuppan 雄山閣出版, 117-152.

Yoshiike Nobuo et al.

2007 „A new food guide in Japan: The Japanese food guide spinning top“, *Nutrition Reviews* Vol. 65(4), 149-154.

Kurzfassung/Abstract

Forschungen zum sogenannten *food choice*, die bewusste Wahl für bestimmte Lebensmittel und Speisen, sind vor allem während des letzten Jahrzehnts stetig gestiegen. Dies spiegelt sich nicht nur in modernen westlichen Ernährungstrends sondern auch weltweit wider. Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich daher mit der Lebensmittelwahl und dem Ernährungsverhalten von in Österreich, genauer gesagt in Wien, lebenden JapanerInnen. Das Erkenntnisinteresse lautet folgendermaßen: Wie sieht die tägliche Ernährung von in Wien lebenden JapanerInnen aus und ist sie ein Spiegelbild für eine japanische Lebensweise und Identität auch abseits Japans?

Das Ziel dieser Arbeit ist das Ernährungsverhalten von JapanerInnen in Österreich näher zu analysieren. Um dies zu erreichen, werden derzeit in Österreich lebenden JapanerInnen zu ihren Essgewohnheiten und Präferenzen befragt. Die Vorgehensweise ist dabei eine qualitative Befragung in Form von persönlichen Interviews. Die Ergebnisse der Befragung werden schließlich zusammen mit der bereits bestehenden Sekundärliteratur analysiert um so die Fragestellung zu beantworten.

Research concerning the choosing of certain groceries and dishes over others rose steadily over the last decade. This tendency not only is shown in modern occidental nutritional trends, but also in eating habits worldwide. This thesis attempts to identify the motives for a certain choosing of food and eating habits in a Japanese community in Vienna. The question of interest is: How does the daily diet of Japanese living in Vienna look like and is it a reflection for a Japanese lifestyle and identity outside Japan?

The intention of this thesis is to further analyze the daily diet of the Japanese living in Austria, especially in Vienna. To reach that goal a Japanese community now living in Austria is interviewed and asked about their preferences and daily eating habits. The method of those interviews is a qualitative one in the form of one on one interviews. The results of those interviews will finally be analyzed and compared to an existing literature in order to answer the question of interest.

Curriculum vitae

- 10/2014 – 05/2017 Masterstudium an der Japanologie der Universität Wien
- 10/2009 – 08/2013 Bachelorstudium an der Japanologie der Universität Wien
- 09/2013 – 09/2014 Auslandsstudium an der Osaka University, Japan