

### # Autoethnographie "Mein Schmecken" vom 14.04.2019

Beim ersten Nachdenken darüber, wie ich schmecke, ist mir aufgefallen, dass ich vor allem bewusst "schmecke", wenn ich "abschmecke", also beim Kochen. Dieser Abschmeckprozess bereitet mir genauso viel (wenn nicht sogar mehr) Genuss wie der Verzehr des Gerichtes nach dem Kochen. Oftmals bin ich dann schon so satt, dass ich gar nicht mehr viel essen mag.

In dem Prozess versuche ich, mich schrittweise dem anzunähern, wie das zu kochende Gericht in meiner Vorstellung schmecken soll. Dies kann eine konkrete Geschmackserinnerung sein (verbunden mit Emotionen, Bildern, Situationen), etwa weil ich das Gericht bereits gekocht habe oder etwas nachkochen möchte, das ich anderswo gegessen habe. Andererseits lasse ich mich auch durch Kochbücher inspirieren. Ich liebe es, darin zu stöbern, und mir zu überlegen, wie einzelnen Gerichte schmecken könnten. Besonders spannend finde ich das, wenn es um Gerichte geht, die ich vorher noch nie gegessen habe.

Meine intensivsten Kochtage sind am Wochenende. Dann habe ich Zeit, Ruhe und Muse, mir zu überlegen, was ich kochen/essen möchte und die entsprechenden Lebensmittel einzukaufen. Oftmals entscheidet auch die Familie mit, was gegessen werden soll. Das heißt, ich muss manchmal auch Kompromisse eingehen (--> Kind!).

Für mein "Schmexperiment" habe ich mich entschieden, den Abschmeckprozess beim Kochen in meiner Küche an einem Samstagnachmittag zu dokumentieren. Meine Familie ist nicht da, so dass ich ausreichend Zeit zum Kochen und Dokumentieren habe, ohne gestört zu werden. Ich habe mir ein Gericht ausgesucht, das ich in der Vergangenheit oft gekocht habe, nun aber schon länger nicht mehr: Gemüsetagine mit eingelegten Zitronen. Vom Endresultat habe ich also eine konkrete Geschmacksvorstellung. Die in Salz eingelegten Zitronen haben ein besonderes Aroma, sehr zitronig und salzig, zudem aber auch leicht süß und bitter. Sie geben das aufgenommene Salz und auch viel ihres Eigenaromas an das Gericht ab. Gleichzeitig kann man die anderen Komponenten einzeln herauschmecken. Der tönernerne Taginetopf, wo die Gemüse in etwas Flüssigkeit garen, gibt dem Gericht nochmal eine eigentümlich erdige Note. In Kombination mit dem jeweiligen Eigengeschmack des Gemüses, sowie mit Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer, Koriandergrün, Petersilie und etwas Honig entsteht ein Gericht mit vielschichtigen Geschmackskomponenten, die jede für sich herauschmeckbar ist, die aber auch im Zusammenspiel eine harmonische süßlich-säuerlich-frisch-herbe Geschmackskomposition ergeben. Kennengelernt habe ich das Gericht bei einem längeren Aufenthalt in Marokko.

Klassische Zitronentagine besteht aus Hühnchen, Kartoffeln, grünen Oliven und den in Salzlake eingelegten Zitronen. In meiner Variante habe ich Fleisch und Oliven weggelassen und stattdessen verschiedene Gemüse (Kartoffeln, Paprika, Aubergine, Möhren, Fenchel) hinzugefügt.

Die Geschmacksbasis einer Tagine ist immer die Flüssigkeit, in der das Gemüse gart. Für meine Variante brate ich nun gewürfelte Zwiebel, Knoblauch und Ingwer in etwas Olivenöl und Butter an und schmecke mit etwas Salz ab. Ich probiere ein bisschen davon. Es dominiert der süßliche Geschmack

der angebratenen Zwiebeln, dann kommt der zitronig-frische Geschmack des Ingwers durch. Ich zerbeiße ein Stück des Ingwers mit meinen Vorderzähnen, gleich breitet sich deutlich seine Schärfe auf meiner Zungenspitze aus. Ich gebe die Kartoffelwürfel mit in den Topf und brate sie mit an. Dann füge ich geriebenen Kurkuma, Paprika- und Kreuzkümmelpulver, sowie die gewürfelte Schale einer eingelegten Zitrone und etwas frischen Zitronensaft hinzu. Ich probiere nochmals. Nun dominiert der Zitronen-Salz Geschmack und auch die Bitterkeit der frischen Kurkumawurzel sticht etwas hervor, auch das erdig-bittere Cumin schmecke ich. Außerdem ist das Gemisch noch sehr sauer durch den frischen Zitronensaft. Um die Säure auszugleichen gebe ich einen guten Löffel Honig hinzu. Alle Gewürze zusammen bilden zunächst die geschmackliche Grundlage meiner Tagine. Salz, Zitrone und Honig ergeben die übergeordnete Melodie.

Ich lecke den restlichen Honig vom Löffel ab und bin fast erschlagen von der Süße, die sich in meinem Mund ausbreitet. Erinnerungen an meine erste Heilfastenwoche kommen hoch. Da haben wir bei den Fastenwanderungen immer Zitronenspalten gelutscht zur Erfrischung, und um etwas Energie zu bekommen, gab es immer eine "Honigpause", in der wir einfach einen Löffel Honig gegessen haben. Ich liebte die Konsistenz dieses bestimmten Honig. Er war ungewöhnlich zähflüssig, so dass er lange im Mund blieb und nachschmeckte. Und auch jetzt spüre ich die Intensität des süßen Honiggeschmacks, der immer noch da ist, wenn ich meine Lippen ablecke.

Nach dem kurzen Verweilen in der Erinnerung füge ich gehackten Koriander und Petersilie zu der Mischung im Taginetopf, bevor ich das Ganze mit Wasser ablösche. Ich probiere abermals. Es schmeckt nach allen Komponenten, immer noch sehr zitronig-bitter-süß, aber auch noch etwas fad, weshalb nun noch Salz und Pfeffer hinzugefügt werden. Ich probiere noch ein paarmal. Je nachdem, an welcher Stelle der Pfanne ich ein bisschen Flüssigkeit entnehme, schmeckt die Sauce etwas anders: mal stärker nach Honig, mal mehr nach Zitrone, mal salziger. Ich rühre nochmal gründlich um, probiere ein letztes Mal und bin zufrieden mit dem geschmacklichen Ergebnis. Alle beschriebenen Komponenten ergeben nun ein harmonisches Ganzes. Somit stelle ich den konischen Tondeckel auf den Taginetopf, damit die Kartoffeln darin langsam gar kochen können.

Ich habe eine besondere Vorliebe für Kartoffeln, die in Sauce gegart werden. Sie erhalten dadurch eine besonders seidige Konsistenz und übernehmen den Geschmack der Sauce, ohne dass ihr erdig-buttriger Eigengeschmack zu sehr übertüncht wird.

Während die Kartoffeln garen schneide ich die anderen Gemüsesorten zurecht, die je nach Kochdauer nacheinander der Tagine hinzugefügt werden. Zuerst kommen die Möhrenstücke in die Tagine, die nach den Kartoffeln am längsten brauchen. Danach schneide ich Paprika, Aubergine und Fenchel zurecht. Beim Schneiden nasche ich auch immer gerne ein paar Stücke des frischen Gemüses. Die rote Paprika ist sehr knackig und saftig und schmeckt trotz ihrer Süße auch etwas herb. Die Aubergine salze ich ein, um ihr die Bitterstoffe zu entziehen. Ich probiere sie aber nicht im rohen Zustand. Der Fenchel lässt schon beim Zuschneiden sein typisches ätherisches Öl erkennen. Fenchel habe ich erst im

Erwachsenenalter schätzen gelernt. Als Kind/ Jugendliche war mir der typische Fenchelgeschmack (den ich gar nicht wirklich anders als "fenchelig" beschreiben kann) zuwider.

Nach der Schneidearbeit probiere ich, ob die Kartoffeln und Karotten schon durch sind. Ich nehme jeweils ein Stück aus dem Topf und lasse es kurz abkühlen. Die Kartoffel ist noch nicht durch. Sie schmeckt zwar bereits nach der Sauce, hat aber noch nicht die seidige Konsistenz, die ich so mag, sondern einen harten Kern, was meine Erwartung auf die besondere, oben beschriebene Konsistenz enttäuscht. Auch die Karotte ist noch sehr bissfest. Sie schmeckt sehr süß und erdig, wenn der Geschmack der Sauce abgeklungen ist und passt gut dazu.

Nach dieser Abschmeckrunde gieße ich noch etwas Flüssigkeit dazu und würze mit Salz nach. Dieses letzte Nachwürzen reicht aus, weil die anderen Gewürze auch noch sehr präsent sind. Mit einigen Minuten Abstand kommen nun noch Fenchel, Paprika und Aubergine in die Tagine. Ich lasse alles gar kochen und teste dann das Endergebnis.

Zuerst probiere ich alle einzelnen Komponenten für sich. Die Kartoffelstücke sind gar, schon weich und haben diese spezielle Konsistenz, die sie nur bekommen, wenn sie in der Sauce garen. Ich zerdrücke eine Kartoffel mit der Zunge an meinem Gaumen, der Geschmack ist kartoffelig, der süßlich-säuerliche Geschmack der Sauce verflüchtigt sich dahinter. Die Sauce ist gerade genug gesalzen, dass es den Gesamteindruck unterstreicht, aber nicht dominiert.

Die Karottenstücke sind sehr süß, von fast fleischiger Konsistenz, saftig und etwas faserig, und schaffen einen geschmacklichen Ausgleich zur sauren Komponente der Sauce.

Der Fenchel ist weich, hat aber trotzdem noch Biss. Wenn der Saucengeschmack sich verflüchtigt, dann schmeckt er fast neutral, die fenchelige Note lässt sich nur noch vage erahnen.

Die Paprika ist sehr weich geworden, dabei noch saftig. Ihre Süße ist viel herber und bitterer als die Süße der Karotten.

Die Auberginenstückchen sind so weich, dass sie fast auf der Zunge zergehen. Sie sind sehr saftig und haben Einges von der Säure der Zitronenschale und des Saftes aus der Sauce aufgenommen.

Alles zusammen ergibt im Mund eine Mischung, die vom Geschmack her mal mehr, mal weniger süß, gleichzeitig immer etwas säuerlich ist, die frische Schärfe des Ingwers ist noch zu erahnen, deutlich tritt der Geschmack der Salzzitrone immer wieder hervor. Es gibt weiche und etwas festere Konsistenzen auf einmal, je nachdem, auf welches Gemüse ich gerade beiße. Ich esse noch ein paar Löffel im Stehen aus dem Topf, dann bin ich bereits satt. Ich beschließe, den Rest abkühlen zu lassen und am nächsten Tag zum essen.

### **## Nachtrag:**

Auffällig fand ich im Nachhinein, dass ich viele Wörter aus der Musik beim Beschreiben von Geschmack verwendet habe (Komposition, Melodie, Harmonie...). Für die Dokumentation meines Schmexperiments habe ich mir während des Kochens/Essens Notizen gemacht, die ich dann später ins

Reine geschrieben habe. Es war nicht einfach, gleichzeitig zu kochen, bewusst zu schmecken und das dann auch detailliert zu notieren, ohne den Herd aus den Augen zu verlieren. Wahrscheinlich wäre es einfacher gewesen, das Experiment zu filmen und meine Eindrücke direkt in die Kamera zu sprechen. Aber darauf bin ich erst während des Schmexperiments gekommen. Das werde ich dann beim nächsten Mal ausprobieren.