

„Essen ist mehr als nur Nahrungsaufnahme!“

Die Laute der Tiere im Zoo, die durch die milde Frühlingsluft klangen, ein Gläschen Maibowle auf der Terrasse, nebenan die Elefanten beim abendlichen Spiel, ein spannender Vortrag über Ayurveda des Starkochs Volker Mehl und ausgezeichnete Speisen und Getränke – so lässt es sich beschreiben, das Treffen des Marketing-Clubs Bergisch Land am 21. Mai, zu dem mehr als 70 Mitglieder in die Zoogastronomie „Okavango“ gekommen waren. Darüber freute sich natürlich Clubmitglied Carsten vom Bauer bei seiner Begrüßung, als Geschäftsführer der CULINARIA Catering an diesem Abend auch Gastgeber der Veranstaltung. Denn das Okavango, das im Oktober vergangenen Jahres eröffnete, wird von der CULINARIA betrieben in Kooperation mit der proviel GmbH. Diese Zusammenarbeit habe sich toll etabliert und mache viel Spaß, erzählte vom Bauer. Man lege im Restaurant großen Wert auf Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein und verwende regionale Produkte. Doch auch wenn man möglichst auf Glutamate und Geschmacksverstärker verzichte und gesunde Ernährung die Speisekarte des Okavango bestimme: „Die Currywurst bleibt der Renner“, so vom Bauer augenzwinkernd.

Womit der Übergang geschaffen war zum Referenten des Abends, dem Buchautor und Ayurveda-Koch Volker Mehl. Der gebürtige Hesse, ehemals Student der katholischen Theologie und gelernter Versicherungskaufmann, kam über Berlin und München nach Wuppertal, „der Liebe wegen“, wie er zugab, aber: „Die Kreativität und Aufgeschlossenheit der Menschen in dieser Stadt hat mich von Anfang an begeistert.“ Über das Studium alternativer Heilmethoden kam Mehl zum Ayurveda, Anfang 2012 eröffnete er sein Kochatelier an der Friedrich-Engels-Allee, ein weiteres soll demnächst in Herborn folgen.

Nur zwei Hände voll!

Was aber ist Ayurveda, Sanskrit für das „Wissen vom Leben“? Es ist laut Mehl das Zusammenspiel vom Lebensraum, von Medizin, Ernährung und Spiritualität, von Psychologie und Yoga und von Astrologie und deren Einfluss auf den Menschen. Dabei spielen die drei Lebensprinzipien („Doshas“) vor allem bei der Ernährungslehre eine große Rolle. Nach ihnen lassen sich auch die drei verschiedenen Lebensstypen charakterisieren, die demnach bestimmte Geschmacksrichtungen meiden sollten, um eine ausgewogene Ernährung und damit ein Gleichgewicht der Energien im Organismus sicherzustellen.

Dabei sieht Mehl das Thema Ernährung völlig ideologiefrei, auch der Genuss von Fleisch sei möglich. Lebensmittel seien energetische Träger, nicht einfach nur mehr oder weniger Kalorien. Und wenn es vom Gefühl her einen energetischen Sinn mache, seien auch Nudeln und Gemüse am Abend nicht falsch. Aber: „Man isst nur, wenn man Hunger hat, und auch dann nur so viel, wie in zwei Hände passt“, so lauten zwei der Empfehlungen der ayurvedischen Ernährungslehre.

Ob dies angesichts der dargebotenen Leckereien der CULINARIA tatsächlich von den Gästen befolgt wurde, lässt sich bezweifeln. Sicher aber ist, dass Volker Mehls inspirierender Vortrag, für den er von Club-Präsident Erich Giese als Dank ein Crossboccia-Spiel aus den „Talwaren“ erhielt, noch lange und intensiv im Okavango diskutiert wurde.