

„Wie lange lebst du eigentlich schon hier?“

Vor uns liegt ein bunter Gemüsehauften. Daneben ein Tablett mit verschiedensten Speisefischen. Fischkoch Murat Kirhan betrachtet sie und erklärt: „Tiefkühlfrisch ist oft frischer, als der, den man vermeintlich frisch von der Theke kauft, da er direkt nach dem Fang eingefroren wird.“ Die Gruppe von 18 Tafel-Helfenden und Kund/innen hört ihm aufmerksam zu. Für die geplanten Rezepte am heutigen Kochnachmittag im Café der Bremerhavener Tafel benötigen wir bunt gemischtes Gemüse, ein wenig Obst und verschiedene Fischarten. Nach einer spannenden Einführung zum Thema Zubereitung bekommen alle Teilnehmenden ein Schneidebrett und Gemüsemesser oder – schäler.

Dann geht es los, 18 Menschen schnippeln einträchtig Gemüse klein, von knallorange Karotten bis hin zu schwarz glänzenden Auberginen. Heute darf ich dabei sein. Hier im nordischen Bremerhaven kennt sich zwar fast jeder mit Fisch aus, dennoch hat Murat ein paar wertvolle Tipps: „Wenn ihr etwas Backpapier in die geölte Pfanne legt und den Fisch darauf, riecht es nach dem Kochen nicht überall unangenehm nach Fisch.“ Wir lernen preiswert und gesund zu kochen und verschiedenste Zubereitungsformen in Pfanne, Kochtopf und im Backofen. Das alles geschieht ganz nebenbei, während wir uns unterhalten und miteinander ins Gespräch kommen.

„Woher kommst du nochmal?“ „Wie lange lebst du eigentlich schon in Deutschland?“ „Isst du gerne Fisch?“ Es sind diese beinahe belanglos erscheinenden Gespräche, die Menschen zusammenbringen und das gegenseitige Kennenlernen fördern. Das gemeinsame Kochen eröffnet einen Raum um Fragen zu stellen und Freundschaften zu entwickeln. Dinge, die oft im Alltagsstress der Tafel zu kurz kommen.



Gemeinsam Kochen und Essen verbindet

Gemeinsames Essen und Kochen: Das verbindet uns alle. Es sind Tätigkeiten, die jeder Mensch auf der Welt tagtäglich erlebt. Zwar gibt es Unterschiede in der Zubereitung und im Geschmack, aber das Gemeinsame überwiegt, wir alle wünschen uns genussvoll satt zu werden. Am Tisch sitzen Menschen aus circa sechs verschiedenen Nationen. Sie sind alle anders aufgewachsen, sie haben alle ein vollkommen unterschiedliches Leben gelebt, doch hier kommen sie zusammen und verstehen einander, auch wenn die deutsche Sprache nicht das einzige Kommunikationsmittel ist. Ein freundliches Lächeln reicht oft schon, um Offenheit zu signalisieren und erste Brücken zu bauen.



Szenen wie sie sich im Mai in der Bremerhavener Tafel abspielen sind keine Seltenheit. In vielen Tafeln wurden in den vergangenen Monaten Kochprojekte gestartet. Manchmal, um miteinander in Kontakt zu kommen, manchmal, um die einheimischen Lebensmittel zu erklären und Verwendungsmöglichkeiten aufzuzeigen oder

um Gerichte aus anderen Kulturen kennen zu lernen. Aber egal welches Ziel damit verfolgt wird: Es ist immer eine tolle Möglichkeit, etwas gemeinsam zu erleben.

Tipp: Versuchen Sie, Tafelkunden und insbesondere Geflüchtete direkt anzusprechen und zum Kochen einzuladen, wenn Sie ein Begegnungsprojekt planen. Beim bloßen Lesen eines Plakats sind viele Menschen zu schüchtern und sind sich vielleicht nicht sicher, ob sich das Angebot auch an sie richtet. Was schnell als mangelndes Interesse gedeutet wird, ist oft nur Unsicherheit. Probieren Sie es aus!

