



DECKBLATT

Namen Autoren: Klotz Simon & Eler Paul

Persönliche **Kontakt**daten²: simon.klotz2006@gmail.com

Titel und ggf. Untertitel der Arbeit: Die Tiroler Küche im Spannungsfeld zwischen Innovation und Tradition durch die Ernährungsweise „Vegetarismus“

Name Betreuer/Betreuerin: OStR Prof. Mag. Beatrix Kirchler

Name der Ausbildungseinrichtung: Tourismusschulen Villa Blanka

Kontaktdaten Institut (E-Mail-Adresse): office@villablanka.com

SDG-Kategorie³:

- SDG 1:** **Armut** in all ihren Formen und überall beenden
- SDG 2:** Den **Hunger** beenden, **Ernährungssicherheit** und eine bessere **Ernährung** erreichen und eine nachhaltige **Landwirtschaft** fördern
- SDG 3:** Ein **gesundes Leben** für alle Menschen jeden Alters gewährleisten und ihr Wohlergehen fördern
- SDG 4:** Inklusive, gleichberechtigte und hochwertige **Bildung** gewährleisten und Möglichkeiten **lebenslangen Lernens** für alle fördern
- SDG 5:** **Geschlechtergerechtigkeit** erreichen und alle Frauen und Mädchen zur Selbstbestimmung befähigen
- SDG 6:** Verfügbarkeit und nachhaltige Bewirtschaftung von **Wasser** und **Sanitärversorgung für alle** gewährleisten
- SDG 7:** Zugang zu bezahlbarer, verlässlicher, nachhaltiger und moderner **Energie** für alle sichern
- SDG 8:** Dauerhaftes, breitenwirksames und nachhaltiges **Wirtschaftswachstum**, produktive **Vollbeschäftigung** und **menschenwürdige Arbeit** für alle fördern
- SDG 9:** Eine widerstandsfähige **Infrastruktur** aufbauen, breitenwirksame und nachhaltige **Industrialisierung** fördern und Innovationen unterstützen
- SDG 10:** **Ungleichheit** in und zwischen Ländern **verringern**
- SDG 11:** **Städte und Siedlungen** inklusiv, sicher, widerstandsfähig und nachhaltig gestalten
- SDG 12:** Nachhaltige **Konsum- und Produktionsmuster** sicherstellen
- SDG 13:** Umgehend Maßnahmen zur **Bekämpfung des Klimawandels** und seiner Auswirkungen ergreifen
- SDG 14:** **Ozeane, Meere und Meeresressourcen** im Sinne nachhaltiger Entwicklung erhalten und nachhaltig nutzen
- SDG 15:** **Landökosysteme** schützen, wiederherstellen und ihre nachhaltige Nutzung fördern, **Wälder** nachhaltig bewirtschaften, **Wüstenbildung** bekämpfen, **Bodendegradation** beenden und umkehren und dem Verlust der **biologischen Vielfalt** ein Ende setzen
- SDG 16:** **Friedliche und inklusive Gesellschaften** für eine nachhaltige Entwicklung fördern, allen Menschen **Zugang zur Justiz** ermöglichen und leistungsfähige, rechenschaftspflichtige und inklusive **Institutionen** auf allen Ebenen aufbauen
- SDG 17:** **Umsetzungsmittel stärken** und die Globale Partnerschaft für nachhaltige Entwicklung mit neuem Leben erfüllen

Haupt-SDG der Arbeit:

3-5 Keywords⁴: Spannungsfeld, Tradition, Innovation, Vegetarismus, Tiroler Küche

² Die Angabe dieser Information steht Ihnen frei. Sie ermöglicht interessierten Personen mit Ihnen in Kontakt zu treten.

³ Welchen der 17 SDGs kann diese Arbeit zugeordnet werden? Bitte kreuzen Sie alle Ziele an, zu denen Ihre Arbeit einen wesentlichen Bezug herstellt und geben Sie darüber hinaus jenes SDG an, das von der Arbeit am meisten betroffen ist.

⁴ Zentrale Begriffe zur inhaltlichen Erfassung der wesentlichen behandelten Aspekte.

DIPLOMARBEIT

Die Tiroler Küche Im Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation durch die Ernährungsweise "Vegetarismus"

Erstellt im Schuljahr 2024/25 von:

Simon Klotz	5A	Der Fleischkonsum in der Tiroler Küche im Wandel der Zeit und der Wertvorstellungen
Paul Erler	5A	Die Vielfalt der vegetarischen Küche und die Akzeptanz der Angebote bei Konsument:innen

Betreuer/Betreuerin:

OStR Prof. Mag. Beatrix Kirchler
KM Martin Aigner

ingereicht am:

Eingangsvermerk/Schulstempel:

Eidesstattliche Erklärung

„Hiermit versichern wir, dass wir die vorliegende Arbeit selbstständig verfasst und keine anderen Hilfsmittel als die angegebenen benützt haben. Die Stellen, die anderen Werken (gilt ebenso für Werke aus elektronischen Datenbanken oder aus dem Internet) wörtlich oder sinngemäß entnommen sind, haben wir unter Angabe der Quelle und Einhaltung der Regeln wissenschaftlichen Zitierens kenntlich gemacht. Diese Versicherung umfasst auch in der Arbeit verwendete bildliche Darstellungen, Tabellen, Skizzen und Zeichnungen.“

Innsbruck, am



Unterschrift

Abstract

Diese Diplomarbeit untersucht die vegetarische Küche Tirols und ihre Akzeptanz in der Innsbrucker Gastronomie. Während die traditionelle Tiroler Küche sehr von Fleischgerichten geprägt ist, zeigt die Untersuchung, dass viele ursprüngliche Gerichte von Grund auf vegetarisch waren. Erst im Laufe des 20. Jahrhunderts, besonders nach dem Zweiten Weltkrieg und dem starken Wachstum des Tourismussektors, veränderte sich die lokale Küche und Fleischgerichte dominierten. Die Arbeit definiert zunächst verschiedene Formen pflanzlicher Ernährung und analysiert deren ökologische und ökonomische Vorteile. Eine Erhebung des vegetarischen Angebots in Innsbrucker Gastronomiebetrieben zeigt eine wachsende, aber noch ausbaufähige Vielfalt. Diese Arbeit präsentiert die Produktbreite der Tiroler Landwirtschaft als Basis für ein erweitertes vegetarisches Angebot und entwickelt konkrete Strategien zur Steigerung der Akzeptanz bei Gästen, darunter Sensorik orientierte Menügestaltung, strategische Kommunikation und innovatives Food Design. Durch Interviews und Befragungen werden unter anderem aktuelle Herausforderungen aber auch Chancen identifiziert. Die Arbeit endet mit praxisorientierten Empfehlungen und einem Ausblick in die Zukunft, um einen Wandel der regionalen Küche, in Richtung pflanzenorientierten Angeboten, fördern zu können.

This dissertation studies the plant-focused parts of Tyrolean cuisine and its approval in Innsbruck's gastronomy. The paper reveals that although Tyrolean cuisine is often associated with meat dishes, many meals were originally vegetarian. However, during the 20th century, specifically after World War II and with the tourism boom, the local cuisine changed. The paper first defines various forms of plant-based nutrition and analyses their ecological and economic advantages. A survey of vegetarian offerings in Innsbruck's gastronomy shows a steady growing which is nevertheless still expandable in variety. The thesis highlights the product diversity of Tyrolean agriculture as a foundation for an expanded vegetarian menu and develops concrete strategies to increase guest acceptance, including sensory-oriented menu design, strategic communication, and innovative food design. Through interviews and surveys, current challenges and also chances are, among other things, identified. The thesis concludes with practical recommendations and an outlook into the future on promoting a change in regional cuisine.

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser!

Die Küche Tirols hat eine lange Tradition und ist Teil der Identität des Landes geworden. Doch durch den Wandel der Zeit verändern sich auch Ess- und Konsumverhalten. Gesellschaftliche Strömungen und Trends wie vegetarische Ernährung oder vegane Lebensweisen werden immer populärer und beeinflussen maßgeblich das Angebot. Das Umweltbewusstsein nimmt stetig zu, was sich auch auf dem Teller widerspiegelt. Aus diesem Grund beschäftigen wir uns in der Diplomarbeit mit diesem Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation.

Die intensive Auseinandersetzung ermöglichte es uns, verschiedene Blickwinkel und Facetten zu beleuchten. Wir konnten gemeinsam vom Ursprung über die kulinarische Entwicklung bis zur aktuellen Nachfrage und zu möglichen Verbesserungsvorschlägen einen Weg aus der Vergangenheit bis in die Zukunft zeichnen.

Mein Name ist Simon Klotz und für mich hat das Thema eine besondere Bedeutung. Seit 2022 ernähre ich mich selbst ausschließlich vegetarisch. Der Verzicht auf Fleisch und Fisch ist nicht nur eine Frage der Einstellung, sondern auch einen Einfluss auf die Umwelt und die nachkommenden Generationen hat.

Im Speziellen beschäftige ich mich mit der Herkunft und der Geschichte der Tiroler Küche, um ein Verständnis zu erlangen, wie es zu diesem starken Fleischkonsum überhaupt kommen konnte. Anschließend werden neue Möglichkeiten zur Erstellung vegetarischer Gerichte aufgezeigt, da es mit den heutigen Voraussetzungen kein Problem mehr darstellt, faszinierende Angebote zu bieten und gleichzeitig den Fleischkonsum zu verringern.

Mein Name ist Paul Erler und ich lebe ebenfalls vegetarisch, weshalb es mich fasziniert mit teilweise relativ unbekanntem Gemüsesorten und verschiedenen Techniken, Garmachungsarten und Methoden der Haltbarmachung zu experimentieren. Durch interessante Geschmäcker und Texturen bietet man Gästen eine extrinsische Motivation, vegetarische und vegane Gerichte zu wählen. Diese Arbeit soll jedoch auch Wissen vermitteln, um eine intrinsische Motivation zu fördern und die Nachfrage nach pflanzlichen Gerichten im Gastronomieangebot in Innsbruck erhöhen.

Obwohl die Ernährung global im Wandel ist und selbst auf regionaler Ebene das vegetarische Angebot in Restaurants steigt, schreitet die Entwicklung nur sehr langsam voran. Worin der Grund für diese Begrenztheit des Angebotes liegt und welche Strategien man sowohl auf gastronomischer als auch auf Seite des Gastes ausarbeiten kann, um Nachfrage und Angebot in Innsbruck zu steigern, beschreibt mein großes Interesse an diesem Thema.



Paul Erler & Simon Klotz

Inhalt

Danksagung.....	9
1 Einleitung.....	10
1.1 Problemstellung und Relevanz	10
1.2 Forschungsfragen und Zielsetzung	11
1.3 Methodische Herangehensweise.....	12
1.4 Aufbau der Arbeit.....	12
2 Fleischkonsum im Wandel der Zeit Simon Klotz.....	13
2.1 Die Geschichte der Tiroler Küche	13
2.1.1 Ursprung der Tiroler Küche	13
2.1.2 Ernährung in den Kriegsjahren.....	15
2.1.3 Mahlzeiten in der Nachkriegszeit.....	18
2.1.4 Wirtschaftswunder und Industrialisierung der Landwirtschaft.....	20
2.1.5 Tourismusboom	21
2.1.6 Globalisierung und Einführung von Supermärkten	22
2.1.7 Der aktuelle Fleischkonsum	23
2.1.8 Kritik und Gegenbewegung	23
2.1.9 Trends der Zukunft	24
2.2 Ideen für vegetarische Gerichte.....	26
2.2.1 Vegetarische Mahlzeiten der Tiroler Küche	27
2.2.2 Fleischgerichte abändern	31
2.2.3 Neue alte Zutaten aus der Natur	34
2.2.4 Neudenken des Anrichtens.....	35
2.2.5 Fusionsküche	36
2.3 Schlussfolgerung	37
3 Die Vielfalt der vegetarischen Küche und die Akzeptanz der Angebote bei Konsument:innen Paul Erler	38
3.1 Begriffsdefinition Vegetarismus und andere Ernährungsformen.....	38
3.2 Ökologische Relevanz eines Wandels in der Ernährung	40
3.3 Konsumentenverhalten und Nachfrage nach vegetarischen Angeboten in Innsbruck	42
3.3.1 Methodik und Durchführung einer Umfrage und Interviews.....	42
3.3.2 Ernährungsformen und Besuchshäufigkeit.....	43
3.3.3 Verfügbarkeit und Qualität vegetarischer Angebote.....	44
3.3.4 Entscheidungsfaktoren für vegetarische Gerichte	45
3.3.5 Kommunikationsstrategien und regionale Produkte	46
3.3.6 Präferenzen bei vegetarischen Angebotsformen	47
3.3.7 Handlungsempfehlungen aus Konsument:innensicht.....	48

3.3.8	Interesse und Konsum.....	49
3.4	Vegetarische Angebotsvielfalt in Innsbrucker Gastronomien	50
3.4.1	Konzeptionelle Ausrichtungen vegetarischer Angebote.....	50
3.4.2	Kulinarische Techniken und Produktqualität	51
3.5	Strategien zur Steigerung der Akzeptanz vegetarischer Angebote bei Gästen	53
3.5.1	Sensorik-Orientierte Menügestaltung	53
3.5.2	Strategische Kommunikation.....	54
3.5.3	Platzierung und Präsentation im Gästeraum	55
3.5.4	Innovative Servicekonzepte und Atmosphäre.....	56
3.5.5	Preisgestaltung und Wertwahrnehmung.....	56
3.5.6	Demographische Aspekte und Gästeeerwartungen	58
3.6	Wissensvermittlung als Ansatz zur Steigerung von pflanzlicher Ernährung in der Gesellschaft	59
3.6.1	Individuelle Vorteile einer pflanzenbetonen Ernährung.....	59
3.6.2	Gesellschaftliche Dimensionen der Ernährung des Einzelnen	60
3.6.3	Soziale Kräfte in der Wissensvermittlung	60
3.6.4	Überwindung von Wissensbarrieren.....	61
3.6.5	Relativierung der Effektivität von Wissensvermittlung	62
3.7	Zukunftsperspektiven für die vegetarische Gastronomie in Tirol	63
3.7.1	Trends und Entwicklungen in der gehobenen Gastronomie	63
3.7.2	Ausbildung und Nachwuchsförderung	63
3.7.3	Herausforderungen und Chancen	64
3.8	Schlussfolgerungen	65
4	Zusammenfassung	67
5	Reflexion der gesamten Arbeit.....	69
6	Ergebnis des Arbeitsprozesses.....	70
	Quellenverzeichnis.....	71
	Abbildungsverzeichnis	79
	Tabellenverzeichnis.....	80
	Anhang	81
	Transkripte der Interviews	81
	Umfrageergebnisse	110
	Projektdokumentation	119
	Projektprofil	119
	Zeitschiene	121
	Projektreflexion.....	122
	Begleitprotokolle.....	123

Danksagung

Wir möchten an dieser Stelle unseren aufrichtigen Dank an all jene aussprechen, die zum Gelingen dieser Diplomarbeit beigetragen haben.

Ein besonderer Dank gilt unseren Betreuungslehrern **OStR Prof. Mag. Beatrix Kirchler** und **Küchenmeister Martin Aigner**, die uns mit umfangreichen Anregungen, konstruktivem Feedback und stetiger Unterstützung durch den gesamten Arbeitsprozess begleitet haben. Ihre Expertise und ihr Engagement haben viel dazu beigetragen, diese Arbeit in ihrer jetzigen Form zu verwirklichen.

Ebenso danken wir unseren sechs Kooperationspartnern aus der Gastronomie **Michael Gruber**, **Johannes Nuding**, **Matteo Wawerla** & **Christian Melchior**, wie auch **Marlon Hallmann** & **Udo Herrmann**. Durch ihre Offenheit dem Thema gegenüber, ihre fachlichen Einblicke und die Bereitschaft, mit uns zusammenzuarbeiten, haben sie uns die primäre Forschung auf der gastronomischen Seite ermöglicht und diese Untersuchung bereichert.

Ein großes Dankeschön geht auch an alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer unserer beiden Umfragen. Die zahlreichen Antworten und persönlichen Einschätzungen haben uns interessante Erkenntnisse geliefert und stellen eine der Grundlagen für unsere Analysen dar.

Ein herzlicher Dank gebührt **Birgit Klotz**, **Barbara Erler-Klima** und **Peter Erler**, die unsere Arbeit umfassen korrekturgelesen haben. Die sorgfältige Prüfung, wertvollen Anmerkungen und sprachliche präzisen Formulierungen ihrerseits haben die Qualität unserer Arbeit immens verbessert.

Schlussendlich bedanken wir uns natürlich auch bei allen weiteren Personen, die uns auf diesem Weg unterstützt haben, ganz egal ob durch anregende Worte, hilfreiche Tipps oder ganz einfach durch das Interesse an unserem Thema.



Simon Klotz & Paul Erler

1 Einleitung

1.1 Problemstellung und Relevanz

Die Tiroler Küche ist seit jeher für ihre herzhaften Fleischgerichte bekannt, was eng mit der traditionsreichen alpinen Landwirtschaft und Viehzucht verbunden ist. Doch in den letzten Jahren hat sich das Ernährungsverhalten vieler Menschen verändert. Pflanzliche und pflanzenbetonte Ernährungsformen wie Vegetarismus, Veganismus und Flexitarismus gewinnen zunehmend an Bedeutung. Auch die Tiroler Gastronomie passt sich diesem Wandel an – allerdings in eher geringem Ausmaß und Tempo. Während einige Gerichte traditionell vegetarisch oder sogar vegan sind, entsprechen die meisten Speisen nach wie vor nicht den Ansprüchen einer fleischlosen Ernährung.

Diese Entwicklung wirft die Frage auf, wie sich die Tiroler Küche zwischen Tradition und Innovation positionieren kann. Einerseits gilt es, das kulinarische Erbe der Region zu bewahren, andererseits eröffnen moderne Ernährungstrends neue Möglichkeiten. Diese Arbeit untersucht, welche Potentiale in der vegetarischen Tiroler Küche schlummern und welche Strategien dazu beitragen können, pflanzliche Alternativen in der regionalen Gastronomie stärker zu etablieren.

1.2 Forschungsfragen und Zielsetzung

Ziel dieser Arbeit ist es, den Ursprung und die vegetarischen Seiten der Tiroler Küche hervorzuheben, innovative Rezeptideen für die regionale Gastronomie zu entwickeln und Möglichkeiten zur Steigerung der Nachfrage nach vegetarischen Gerichten zu präsentieren.

Im Rahmen dieser Arbeit werden folgende Forschungsfragen untersucht:

- Welche vegetarischen Angebote existieren derzeit in der Innsbrucker Gastronomie und inwiefern lassen sie sich als innovative Weiterentwicklung der traditionellen Tiroler Küche verstehen?
- Wie gestaltet sich die Nachfrage nach vegetarischen Gerichten in Innsbrucker Restaurants, und welche Faktoren beeinflussen die Akzeptanz bei den Konsument:innen?
- Welche Strategien gibt es, um das vegetarische Angebot in der Tiroler Küche zu erweitern, ohne dabei die kulinarische Tradition zu vernachlässigen?

Die Arbeit gliedert sich in zwei thematische Schwerpunkte:

1. **Simon Klotz** untersucht die historische Entwicklung des Fleischkonsums in Tirol, analysiert dessen tief verwurzelte kulturelle Bedeutung und stellt Veränderungsmöglichkeiten durch moderne Ernährungstrends und Lebensstile dar.
2. **Paul Erler** widmet sich der aktuellen Situation in der Innsbrucker Gastronomie, analysiert das bestehende vegetarische Angebot und die Nachfrage und entwickelt Vorschläge zur stärkeren Etablierung pflanzlicher Gerichte in der Tiroler Küche.

1.3 Methodische Herangehensweise

Zur Beantwortung der Forschungsfragen wird ein Methodenmix aus qualitativen und quantitativen Ansätzen angewendet. Dazu gehören unter anderem:

- Literatur- und Onlinerecherche zur Eruierung historischer Entwicklungen in der Tiroler Küche, auch bezogen auf die vegetarische Ernährung
- Zwei quantitative Umfragen, sowohl zur Akzeptanz und Nachfrage vegetarischer Gerichte in Innsbruck als auch zur Bekanntheit alter Tiroler Gerichte
- Qualitative Interviews mit Gastronomen zur Erörterung der aktuellen Situation und Analyse der Herausforderungen und Chancen bei der Umsetzung vegetarischer Angebote
- Praktische Rezeptentwicklung, bei der traditionelle Tiroler Gerichte vegetarisch interpretiert und innovative neue Speisen kreiert werden

1.4 Aufbau der Arbeit

Die Arbeit beginnt mit einer theoretischen Einführung in die Tiroler Küche, ihre Fleischlastigkeit und die historischen Hintergründe dieser Entwicklung. Darauf aufbauend werden konkrete Vorschläge und Rezepte zur Erweiterung der vegetarischen Tiroler Küche präsentiert. Anschließend folgt eine Analyse der aktuellen Situation in der Innsbrucker Gastronomie im Hinblick auf vegetarische Angebote und deren Akzeptanz.

Das geplante Ergebnis der Arbeit ist ein anschaulich gestaltetes Kochbuch, das neben klassischen sowie innovativen beziehungsweise modernen, pflanzenbetonten Speisen auch praktische Tipps für eine nachhaltige und pflanzenbasierte Ernährung enthält. Damit soll nicht nur ein Beitrag zur Weiterentwicklung der Tiroler Küche geleistet werden, sondern auch eine Inspirationsquelle für Gastronom:innen und Hobbyköch:innen geschaffen werden.

2 Fleischkonsum im Wandel der Zeit

Simon Klotz

2.1 Die Geschichte der Tiroler Küche

In Zeiten von Tierschutz und Klimawandel ist es kaum verwunderlich, dass immer mehr Menschen vegetarisch oder vegan leben. Laut dem Smart Protein Report 2023 ist Österreich europaweit Spitzenreiter: Insgesamt 55 % der Bevölkerung ernähren sich vegan, vegetarisch, pescetarisch oder flexitarisch (Leitner, 2024). Von diesen knapp 4,9 Millionen Personen leben jedoch nur etwa 6 % in Tirol – das entspricht rund 300.000 Tirolerinnen und Tirolern (Oswalder, 2020).

Man könnte annehmen, dass der Tourismus in Tirol eine Offenheit gegenüber neuen Trends mit sich bringt. Doch auch wenn der Wandel unaufhaltsam ist (Weinlein, 2024) verläuft er hier deutlich langsamer als in anderen Regionen. Es scheint fast, als hätte man Angst, dass die Tiroler Küche ohne tierische Erzeugnisse ihren Charakter verliert und man auf beliebte traditionelle Gerichte verzichten müsste.

Ein genauerer Blick in die Vergangenheit zeigt jedoch, dass die Tiroler Küche über weite Strecken ohnehin von Haus aus vegetarisch geprägt war. Deshalb ist es wichtig zu verstehen, wann und warum diese „Liebe zum Fleisch“ entstanden ist und wie sich die Tiroler Küche über die Jahrhunderte entwickelt hat.

2.1.1 Ursprung der Tiroler Küche

Die meisten heute bekannten traditionellen Gerichte entstanden im späten Mittelalter und in der Neuzeit, insbesondere während der Habsburger Monarchie. Dies zeigt sich besonders am Beispiel Südtirols, das seine kulinarische Vielfalt stark aus der Kaiserzeit entwickelte. Daher gibt es zahlreiche Parallelen zwischen dem österreichischen Tirol und dem italienischen Südtirol.

Beeindruckend ist auch die Vielzahl an Festtagsgerichten und kulinarischen Bräuchen, die über Jahrhunderte hinweg erhalten blieben - darunter gefärbte Ostereier, das Osterlamm oder das traditionelle Schöpserne zu Erntedank (Reisinger, 2020).

Die Tiroler Küche basiert auf zwei wesentlichen Säulen, die in ihrer Kombination das heutige kulinarische Erbe prägen. Zum ersten die Hofküche, die stark von Norditalien und vor allem Frankreich beeinflusst wurde (Blickle, 2018). Ein bedeutendes Beispiel hierfür ist das Kochbuch von Philippine Welser, das sie als Heiratsgeschenk von ihrer Mutter erhielt. Damit brachte sie 1543/44 die gehobene Küche an den Tiroler Hof. In ihrem Werk spiegeln sich Einflüsse aus Bayern, Frankreich, Böhmen und Ungarn wider. Überraschenderweise enthielten nur 41 der 245 Rezepte Fleisch, obwohl dieses damals als Statussymbol galt. Mengenangaben oder konkrete Gewürzmengen waren nicht vorgegeben. Stattdessen hieß es lediglich: „gewirtz wol nach deem gefallen“ (Welser, 1543/44).

Den allerdings größeren Einfluss hat die alpenländische Bauernküche, die von Milchprodukten, Getreide, Mehlspeisen und Fleisch in unterschiedlichsten Variationen geprägt war (Blickle, 2018). Gegessen wurde, was verfügbar war – und das richtete sich stark nach den Jahreszeiten. Alles Essbare wurde in irgendeiner Form verwertet, und zahlreiche Konservierungsmethoden wie Fermentieren, Einlegen, Räuchern oder Dörren entwickelten sich, um Lebensmittel auch in kargen Zeiten verfügbar zu machen. Österreichs frühere Größe und Vielseitigkeit brachten eine enorme kulinarische Vielfalt hervor. Durch den Austausch zwischen Regionen entstanden neue Zubereitungsarten und Gerichte, die sich später über das gesamte Land verbreiteten (Atterbury, 2015).

Da nur verwendet werden konnte, was gerade wuchs, war in Nordtirol Bier weitaus beliebter als Wein. In Südtirol hingegen begünstigten die klimatischen Bedingungen den Anbau unterschiedlichster Rebsorten. Schnaps wurde aus allem Möglichen gebrannt. Von Früchten über Kräuter bis hin zu Zirbenzapfen (Wagner, 2014).

Die bis heute weit verbreitete *Marende* (Jause) war für die hart arbeitende Bevölkerung ein essenzieller Bestandteil des Tagesablaufs. Die Pause während der Feld- oder Waldarbeit diente nicht nur der Stärkung, sondern auch der Erholung. Brot, Speck, Käse und Schnaps bildeten dabei die Grundpfeiler. Um für Abwechslung zu sorgen oder um Nährstoffe zu ergänzen, begann man, Wurst und Käse mit Essig und Öl zu marinieren (Wagner, 2014). Interessanterweise spielten auch Pflanzen eine Rolle in der Ernährung, die heute oft als Unkraut gelten, wie Brennesseln und Baumbärte (Pfaundler, 1981).

2.1.2 Ernährung in den Kriegsjahren

Kriege stellten immer eine extreme Ausnahmesituation dar – insbesondere, wenn es um die Ernährung ging. Da Österreich und Deutschland die beiden Weltkriege auslösten und im Zentrum Europas lagen, war die Lebensmittelknappheit hier besonders ausgeprägt. Die gesamte Versorgung wurde über Rationen geregelt.

2.1.2.1 Verpflegung der Soldaten

Der Ausgang eines Kampfes konnte maßgeblich von der Verpflegung der Soldaten beeinflusst werden, sowohl in Bezug auf ihre Moral als auch auf ihre körperliche Verfassung. Starke Schwankungen in der Versorgung ergaben sich durch logistische Herausforderungen und sich ständig verändernde Kriegsbedingungen.

Im Ersten Weltkrieg wurden erstmals Konservendosen in großem Stil verwendet. Nahezu alles wurde haltbar gemacht – von Fleisch und Fisch bis hin zu Obst und Gemüse. Da die Haltbarkeit oberste Priorität hatte und der Geschmack zweitrangig war, freuten sich die Soldaten umso mehr, wenn sie eine der seltenen Verpflegungen mit frischen Zutaten erhielten. Da Brennspritus als Kochhilfe erst gegen Kriegsende erfunden wurde und ein offenes Feuer an der Front aufgrund der hohen Entdeckungsgefahr kaum möglich war, bestand die Verpflegung in den ersten Kriegsjahren hauptsächlich aus kalten Speisen.

Die Feldflasche gehörte bereits damals zur Standardausrüstung eines Soldaten. Obwohl Wasser im Kriegsgeschehen oft knapp war, versuchte man stetig, Mineralwasserproduktionsstätten zu errichten. Um die harten Bedingungen zu ertragen und den Wassermangel zu überbrücken, stellte das Militär den Soldaten große Mengen an Alkohol zur Verfügung (Culture, 2021).

Obwohl die Verfügbarkeit je nach Front variierte, war die tägliche Ration eines Soldaten in der Regel gut durchdacht. Fast alle Zutaten waren entweder frisch oder in Konservenform vorhanden. Fleisch spielte dabei eine besonders zentrale Rolle – es wurde nicht nur als Nahrungsmittel betrachtet, sondern vielmehr als essenzielle Voraussetzung für die Kampfkraft eines Soldaten. Der Konsum von Fleisch war so selbstverständlich, dass er nicht als Genussmittel, sondern als unverzichtbare Notwendigkeit galt.

Kaltverpflegung		Warmverpflegung	
750g	Brot	750g	Kartoffeln / Teigwaren / Reis
150g	Fett	250g	Gemüse
120g	Wurst / Käse / Fischkonserven	250g	Frischfleisch
200g	Marmelade / Honig	8g	Bohnenkaffee

Tabelle 1 - Rationierung der Soldaten im 2. Weltkrieg (Altenburger, 2002)

Die sogenannte „Eiserne Portion“ war eine gut verpackte und haltbare Notfallration, die jeder Soldat immer bei sich hatte. Sie bestand lediglich aus Hartzwieback, einer Fleischkonserve, einer Suppenkonserve und Kaffee (Altenburger, 2002).

2.1.2.2 Zivilbevölkerung

Der Erste Weltkrieg hatte erhebliche Auswirkungen auf die Zivilbevölkerung. Durch zahlreiche Blockaden waren Importwaren wie Mehl oder Zucker äußerst knapp, weshalb Rationskarten eingeführt wurden, um eine gerechte Verteilung zu gewährleisten. Auch das Fleischverbot an Montagen, Donnerstagen und Samstagen prägte noch lange nach Kriegsende das Essverhalten der Menschen (Arts & Culture, 2024). Oft standen die Menschen stundenlang in Warteschlangen, nur um dann festzustellen, dass die Lieferung nicht ausreichte und keine Lebensmittel mehr verfügbar waren. Die Schuld an dieser Knappheit wurde von Beginn an vollständig den Kriegsgegnern zugeschoben – eine Sichtweise, die sich bereits im Vorwort des ersten Kriegskochbuchs widerspiegelte (Hirsch, 2014). Da die Zivilbevölkerung gezwungenermaßen ihren Fleischkonsum reduzierte, stieg der Wert tierischer Produkte erheblich.

Ein besonders wichtiges Nahrungsmittel wurde die Steckrübe, die aufgrund ihrer Vielseitigkeit nicht nur in zahlreichen Gerichten Verwendung fand, sondern sogar als Kaffeeersatz diente (Arts & Culture, 2024). In einigen Regionen erhielten bereits Zwölfjährige Bier zu trinken, wenn sauberes Trinkwasser knapp war (Josua, 2020). Um der Lebensmittelknappheit zu begegnen, wurden viele traditionelle Rezepte angepasst, sodass sie ohne Eier, Milch oder Butter auskamen (Josua, 2020).

Um die Bevölkerung mit der Zubereitung sparsamer und effizienter Mahlzeiten vertraut zu machen, wurde verstärkt auf Aufklärung gesetzt (Arts & Culture, 2024). Auch der Eigenanbau von Lebensmitteln wurde wieder stärker genutzt, um eine zusätzliche Versorgungsquelle zu schaffen (Josua, 2020). Zu den beliebtesten Gerichten in den Weltkriegen zählten Graupensuppe, aufgeschmolzene Brotsuppe, verschiedene Knödelarten und Semmelschmarrn. Zahlreiche Konservierungsmethoden, wie das Pökeln von Fleisch (Josua, 2020) oder das Strecken von Milch (Hirsch, 2014), waren essenziell, um die vorhandenen Lebensmittel optimal zu nutzen und Verschwendung zu vermeiden.

2.1.2.3 Verschärfte Versorgungslage unter Hitler

Obwohl das NS-Regime im Deutschen Reich versuchte, eine gewisse Normalität aufrechtzuerhalten, verschärfte sich die Lebensmittelknappheit in Österreich noch stärker als im Ersten Weltkrieg (Scriba, 2015). Die Versorgungslage war diesmal jedoch bereits vor Kriegsbeginn genauestens durchgeplant. Durch die Ausbeutung besetzter Gebiete konnte zunächst eine Hungersnot verhindert werden (Scriba, 2015). Trotzdem waren die zugeteilten Mengen an Lebensmitteln äußerst begrenzt. So standen einem Normalverbraucher im Jahr 1939 pro Woche lediglich 340 g Brot, rund 120 g Fleisch und 80 g Fett zur Verfügung. Bis 1945 sank die tägliche Kalorienzufuhr auf nur noch 1412 kcal, da sich die Rationen mit dem Kriegsverlauf weiter verschlechterten (Altenburger, 2002). Besonders stark betroffen waren jedoch jüdische Bürger und andere Minderheiten, die unter noch drastischeren Einschränkungen der Lebensmittelversorgung litten (Scriba, 2015).

2.1.3 Mahlzeiten in der Nachkriegszeit

Mit dem Ende des Krieges begann eine lange und entbehrungsreiche Phase, die vor allem vom mühsamen Wiederaufbau der durch Kämpfe und Bombardierungen zerstörten Infrastruktur geprägt war.

2.1.3.1 Zwei verschiedene Anschauungen

Mit der Rückkehr der überlebenden Soldaten von der Front trafen zwei gegensätzliche Ansichten zum Thema Fleisch aufeinander. Während des Krieges war vermittelt worden, dass Fleisch essenziell für die körperliche Leistungsfähigkeit und Kampfkraft sei. Soldaten hatten gelernt, dass Fleisch eine zentrale Rolle in der Ernährung spielte und als unverzichtbar galt.

Die Zivilbevölkerung hingegen hatte in den vergangenen sieben Jahren eine ganz andere Erfahrung gemacht: Tierische Produkte waren eine Seltenheit geworden, und ihr hoher Wert war allgemein anerkannt. Die ehemaligen Kämpfer mussten sich nun an diese neue Realität anpassen – eine Umstellung, die nicht einfach war, zumal die Lebensmittelrationierungen noch bis 1953 andauerten (Kollmann-Oberwegeser, 2020).

2.1.3.2 Fortbestehende Rationierungen

Lebensmittelkarten spielten weiterhin eine zentrale Rolle in der Verteilung von Grundnahrungsmitteln. Die zugeteilten Mengen wurden streng überwacht, indem Stempel oder Lochmarkierungen auf den Karten angebracht wurden, um den Verbrauch zu kontrollieren.

Tagesrationen eines Normalverbrauchers	
250g	Brot
30g	Grütze
20g	Fleisch
7g	Fett
15g	Zucker
50g	Kaffeersatz
40g	Salz

Tabelle 2 - Rationierung in der Nachkriegszeit (Kollmann-Oberwegeser, 2020)

Man erkennt deutlich, dass die Rationen nach dem Krieg teilweise noch strikter begrenzt waren als während des Krieges selbst. Die Fleischmenge wurde nochmals um ein Sechstel reduziert. Nur aus gesundheitlichen Gründen oder für ältere Menschen gab es geringfügige Ausnahmen. Diese Situation hatte zwei wesentliche Folgen:

1. Die Alltagskost war meist fleischlos oder enthielt nur kleine Mengen Fleisch. Trotzdem musste sie sättigend und nahrhaft bleiben.
2. Fleisch wurde zu einer absoluten Rarität und war fast ausschließlich besonderen Anlässen und Feiertagen vorbehalten.

Die ländliche Bevölkerung hatte oft den Vorteil der Selbstversorgung durch die zahlreichen Tiroler Bauernhöfe. Dank der größeren Anbauflächen konnten Obst und Gemüse selbst angebaut werden. Zudem hielten viele Haushalte Nutztiere wie Hühner oder Ziegen, was die Versorgung mit tierischen Produkten etwas erleichterte. Um Wissen und Erfahrungen in diesem Bereich auszutauschen, gewannen Obst- und Gartenbauvereine sowie Frauenbünde zunehmend an Bedeutung (Rankweil.de). Zudem wurden Koch- und Hausaltungskurse angeboten, um den sparsamen und kreativen Umgang mit den begrenzten Ressourcen zu fördern (Flückiger, 2020).

2.1.3.3 Innovationen und deren Einfluss

Ein altes Sprichwort besagt: „Die Not macht erfinderisch!“ und die Knappheit führte ebenfalls dazu, dass Reste bestmöglich verwertet und Lebensmittel gestreckt wurden. Das gesamte Tier wird verwendet, von Kopf bis zum Fuß und von außen bis ganz innen. Mit der Zeit verbesserten sich jedoch die Lebensbedingungen, insbesondere durch technologische Fortschritte. Kühlschränke und Gefriertruhen wurden zunehmend populär, was eine deutlich längere Haltbarkeit vieler Lebensmittel ermöglichte. Gleichzeitig wurde die Konservierung in Dosen weiterentwickelt, was den Alltag erheblich erleichterte (Flückiger, 2020).

2.1.4 Wirtschaftswunder und Industrialisierung der Landwirtschaft

Mit dem Wiederaufbau kam auch die Wirtschaft erneut in Schwung, und mit Hilfe ausländischer Hilfsprogramme wie UNRRA und ERP gelang es vor allem der Landwirtschaft, sich weiterzuentwickeln. Als die Lebensmittelrationen am 1. Juni 1953 eingestellt wurden, gab es eine regelrechte Überproduktion in der Landwirtschaft. Die neue österreichische Agrarpolitik konzentrierte sich stark auf die Steigerung der Produktivität, wobei die Mechanisierung der Bauernhöfe im Vordergrund stand. Innovative Maschinen und Anlagen sorgten für weniger Arbeitsaufwand und höhere Erträge, was gleichzeitig zu einer zunehmenden Konkurrenz und einer Sättigung des Binnenmarktes führte. Die Politik förderte die Berglandschaft und versuchte weiterhin, die Agrarstruktur zu verbessern, obwohl sie sich durchgehend an die Entwicklungen der europäischen Wirtschaftsgemeinschaft halten musste. Diese Veränderungen führten zu einer erhöhten Anzahl an Nebenerwerbslandwirtschaften (Steininger, 2010).

Durch das sogenannte Wirtschaftswunder konnte die zerstörte österreichische Wirtschaft wieder aufholen und brachte der Bevölkerung höhere Einkommen sowie den Grundstein für die Wohlstandsgesellschaft. Dies veränderte das Konsumverhalten nachhaltig und somit auch die Nachfrage nach tierischen Produkten, insbesondere nach Fleisch (Willersdorfer, 2013).

Die Urbanisierung nahm seit 1950 kontinuierlich zu und die Städte boomten. Dies beeinflusst auch die Nachfrage nach Nahrungsmitteln, da sich die Essgewohnheiten veränderten. Konkret bedeutet dies einen Rückgang des Interesses an Getreide und eine verstärkte Nachfrage nach proteinreichen, tierischen Lebensmitteln. Gleichzeitig wurden aber auch Gemüse und Obst beliebter, was auf die gestiegenen Einkommen zurückzuführen ist. (Berghofer, Schönlechner, & Schmidt, 2016).

Dieser drastische Wandel der Konsumgewohnheiten beeinflusste allerdings neben der Umwelt auch den Gesundheitszustand der Bevölkerung durch eine Zunahme ernährungsbedingter Krankheiten (Willersdorfer, 2013).

2.1.5 Tourismusboom

Da ab den 1950er-Jahren auch in den Nachbarländern wieder mehr Wohlstand herrschte, wurde das Reisen attraktiver. Die Olympischen Winterspiele in Innsbruck 1964 brachten weltweite Aufmerksamkeit und steigende Besucherzahlen mit sich, wodurch Schigebiete wie Kitzbühel, Ischgl und St. Anton internationale Bekanntheit erlangten. Über die Jahre wuchs die Tourismusbranche zum wichtigsten Wirtschaftssektor Tirols.

Landwirtschaft und Tourismus profitierten vom gegenseitigen Aufschwung. Die regionale Identität wurde gestärkt, und beide Branchen konnten vom Fremdenverkehr profitieren (Innsbruck, 2022).

Die Gäste wollten authentische Tiroler Küche erleben, insbesondere Fleischgerichte wie Speck, Schweinsbraten oder Tiroler Gröstl. Durch die Überproduktion in der Landwirtschaft wurde die Vermarktung dieser Mahlzeiten intensiviert, wodurch ein Teufelskreis entstand. Bald schon konnte die Nachfrage nicht mehr durch die kleinbäuerlichen Strukturen gedeckt werden, und der Importhandel mit den Nachbarländern stieg.

Der Tourismus brachte jedoch auch viele positive Aspekte mit sich. Durch den Bau neuer Hotels und Gasthäuser entstanden zahlreiche Aufträge für die Bauwirtschaft und in der Folge viele Arbeitsplätze, was wiederum zu steigenden Einkommen führte (Stadler, Wakolbinger, & Haigner, 2016).

Mit der Einführung des Après-Ski wurde es immer wichtiger, in den Tourismusorten kleine Snacks anzubieten, die schnell und mit geringem Personalaufwand zubereitet werden konnten, aber dennoch einen Bezug zu Tirol hatten, wie Würstchen und Gulasch.

2.1.6 Globalisierung und Einführung von Supermärkten

Zwischen 1950 und 2010 stieg der Fleischverbrauch pro Jahr um das Dreifache, was vor allem durch die Globalisierung begünstigt wurde (Willersdorfer, 2013). Zahlreiche Erfindungen führten dazu, dass Lebensmittel bald aus aller Welt lieferbar waren und gekauft werden konnten. Neben exotischen Früchten und der leichteren Beschaffung von Gewürzen wurde auch die Lieferung von Fleisch und anderen tierischen Produkten einfacher. Die Folge war, dass Fleisch in großen Mengen und zu extrem niedrigen Preisen im Ausland produziert wurde. Gleichzeitig war es nun möglich, hochwertiges Fleisch wie Wagyu oder Angus-Rind zu importieren, das als Statussymbol galt, im Gegensatz zu billigem Fleisch aus Massenproduktion. Die heimische Landwirtschaft konnte weder preislich noch qualitativ mithalten (Tappeser, Baier, Ebinger, & Jäger, 1999).

Die rasche Verbreitung von Supermärkten in den 1960er-Jahren förderte die globale Verfügbarkeit von Lebensmitteln und ihre Vorteile, da ein deutlich größeres Sortiment angeboten werden konnte. Plötzlich standen den Konsument:innen per Selbstbedienung eine Vielzahl internationaler Produkte zur Verfügung. Mit der Zeit pendelten sich die Preise für importierte Waren auf einem Niveau ein, das den Konsumenten das Bewusstsein für den eigentlichen Wert einzelner Produkte, hauptsächlich exotischer Natur, nahm. Der internationale Handel fungierte als Motor für Wirtschaftswachstum und Wohlstand (Verdier & Huwart, 2014).

Durch zunehmende Migration kam es zudem zu einem kulturellen Austausch und einer Diversifizierung der Gesellschaften. Die Nachfrage nach bestimmten Lebensmitteln stieg, und Gerichte aus aller Welt wurden beliebter. Dadurch erweiterte sich auch das gastronomische Angebot. Generell wuchs die Nachfrage nach exquisiter Küche, unabhängig von ihrer Herkunft (Verdier & Huwart, 2014).

2.1.7 Der aktuelle Fleischkonsum

Trotz der Empfehlung des österreichischen Gesundheitsministeriums, maximal 300 bis 450 Gramm Fleisch pro Woche zu konsumieren, liegt 2023 der durchschnittliche wöchentliche Verzehr in Österreich bei etwa 1.200 Gramm, also dem Dreifachen (Haslinger, 2023). Damit belegt Österreich Platz 3 in der EU und Platz 15 weltweit im Fleischkonsum pro Kopf und Jahr. Von den rund 63 Kilogramm, die pro Jahr gegessen werden, liegt der tatsächliche Fleischverbrauch inklusive nicht essbarer Teile sogar bei rund 97 Kilogramm pro Person (2000, 2017).

Die Produktion tierischer Lebensmittel verursacht etwa zwei Drittel der ernährungsbedingten Treibhausgasemissionen. Weltweit werden rund 70 % der landwirtschaftlichen Fläche für den Anbau von Futtermitteln sowie für die Tierhaltung genutzt. Um den steigenden Bedarf zu decken, werden immer mehr Wälder, vor allem Regenwälder, gerodet und niedergebrannt (Haslinger, 2023).

2.1.8 Kritik und Gegenbewegung

Maßnahmen zur Reduktion des Fleischkonsums und zur Förderung nachhaltiger Ernährungsweisen gewinnen zunehmend an Bedeutung. Die Förderung pflanzlicher Alternativen und die Aufklärung über die Auswirkungen eines hohen Fleischkonsums sind dabei essenzielle Aspekte (Willersdorfer, 2013).

Der Tourismusboom in den 1970ern führte zu einer massiven Infrastrukturentwicklung, die heute vor große Herausforderungen gestellt ist, da nicht mehr genügend Personal zur Verfügung steht. Besonders betroffen sind Gasthäuser und Restaurants, da Fachkräftemangel sowie veränderte Arbeits- und Freizeitvorstellungen zu einem regelrechten "Gasthaussterben" führen. Gleichzeitig haben sich die Kundenbedürfnisse verändert. Um wettbewerbsfähig zu bleiben, müssen Gastronomiebetriebe ihre Angebote an neue Trends und Innovationen anpassen (Plaikner & Haid, 2022). Es bedarf eines grundlegenden Wandels – in der Vermarktung, im Angebot und in der Personalarbeit.

Durch die zunehmende Standardisierung der Produkte geraten traditionelle und regionale Herstellungsverfahren unter Druck. Dennoch ist ein deutlicher Trend hin zu mehr Regionalität und Qualität erkennbar. Immer mehr Menschen sind bereit, höhere Preise für Fleisch aus lokaler Erzeugung zu zahlen. Dies kann helfen, die Umweltbelastung durch den internationalen Handel zu reduzieren (Tappeser, Baier, Ebinger, & Jäger, 1999).

Ein vollständiger Verzicht auf Fleisch könnte die ernährungsbedingten Treibhausgasemissionen um 22 % senken. Zudem würde eine Umstellung auf ökologischen Landbau zu einer nachhaltigeren Nutzung der Ressourcen führen (Haslinger, 2023). Dennoch werden jedes Jahr rund 1,3 Milliarden Tonnen Lebensmittel weggeworfen (Weinlein, 2024).

Die Massentierhaltung steht ebenfalls stark in der Kritik. Neben schlechten Haltungsbedingungen und der massenhaften Futtermittelproduktion, die große Flächen und Ressourcen beansprucht, stellt der hohe Einsatz von Antibiotika ein erhebliches Gesundheitsrisiko dar. 90 % der weltweiten Sojaproduktion und 30 % der Getreideernte werden als Tierfutter verwendet, während gleichzeitig 795 Millionen Menschen weltweit an Hunger leiden (2000, 2017). Der Konsument bekommt durch die starke Überfütterung an Antibiotika und sonstigen Zusatzstoffen im Tierfutter schlechteste Fleischqualität und riskiert damit in gewissen Teilen sein eigenes Leben, mit einhergehenden Herz-Kreislaufstörungen und einem erhöhten Risiko für Krebs (Haslinger, 2023). Durch den hohen Antibiotikaeinsatz in der Massentierhaltung könnte bis 2050 die Zahl der Todesfälle durch antibiotikaresistente Infektionen auf über 10 Millionen Menschen pro Jahr steigen (2000, 2017).

2.1.9 Trends der Zukunft

Eine Veränderung des Konsumverhaltens ist unabdingbar. Bereits heute gibt es innovative Ansätze und Trends, die künftige Entwicklungen beeinflussen.

Die Entwicklung von Laborfleisch markiert einen wichtigen Meilenstein. Dabei werden Zellkulturen unter optimalen Bedingungen gezüchtet, um tierische Produkte nachhaltig zu ersetzen. Diese Alternative wird neben Biolebensmitteln eine bedeutende Rolle in der Zukunft der Ernährung spielen (Weinlein, 2024).

Ein weiterer Trend ist die Reduktion von Plastikverpackungen, die bereits heute in vielen Bereichen umgesetzt wird und in den kommenden Jahren weiter zunehmen wird (Weinlein, 2024).

Langfristig wird ein großer Teil der Weltbevölkerung auf eine vegetarische oder zumindest flexitarische Ernährung umstellen. Der Fleischkonsum wird weiter sinken, während Obst und Gemüse an Bedeutung gewinnen. Dies ist nicht nur ein vorübergehender Trend, sondern Ausdruck eines gesellschaftlichen Wertewandels, der von ethischen, gesundheitlichen und ökologischen Aspekten getrieben wird (Baues, 2022). Da eine ausgewogene vegetarische Ernährung zahlreiche gesundheitliche Vorteile bietet – darunter ein geringeres Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Übergewicht, Diabetes Typ 2 und bestimmte Krebsarten – ist sie zunehmend verbreitet (Fluck & Groll, 2023).

Auch bei verarbeiteten Lebensmitteln steigt die Aufmerksamkeit für Inhaltsstoffe. Transparenz und verlässliche Informationen zu Produkten sind besonders für Eltern sowie die Generationen Y und Z entscheidend (Kirk-Mechtel, 2022). Zudem gewinnen pflanzliche Fleisch- und Fischalternativen auf Basis von Soja, Weizeneiweiß oder Gemüse immer mehr an Bedeutung (Marecek, 2024).

Es wird zudem aktiv versucht, Reste der Fleischverarbeitung zu minimieren, mit Hilfe von Fortbildungen, Kursen und dem sogenannten „Food-Upcycling“. Dabei werden übergebliebene Lebensmittel in kreative Gerichte verwandelt und der Abfall reduziert. Alten Techniken, wie das Fermentieren, erleben ebenfalls einen Aufschwung, allerdings nicht gerade zum Haltbarmachen, sondern mehr, um neue Geschmäcker zu schaffen (Marecek, 2024).

2.2 Ideen für vegetarische Gerichte

Es zeichnet sich ein klarer Trend zu einer fleischarmten oder fleischlosen Ernährung ab – wenn auch in Tirol langsamer als in anderen Bundesländern oder Staaten. Um ein passendes Angebot zu kreieren, muss man kreativ werden und sich intensiv mit der Thematik auseinandersetzen.

Die Entwicklung der Tiroler Küche zeigt, dass es immer wieder Zeiten gab, in denen wenig Fleisch gegessen wurde. Aus dieser Notwendigkeit heraus entstanden zahlreiche vegetarische Rezepte. Deutlich sichtbar sind die Veränderungen im Konsumverhalten und im verfügbaren Angebot. Viele traditionelle Gerichte basieren daher ausschließlich auf Getreide und Wasser oder Milch. In modernen Varianten wird hingegen vermehrt Gemüse und Obst verwendet. Dabei spielte auch der Sättigungsfaktor eine große Rolle, was in der heutigen Gastronomie je nach Verwendungsbereich sowohl Vor- als auch Nachteile mit sich bringen kann.

Gleichzeitig bietet die Globalisierung immense Vorteile. Lebensmittel aus aller Welt sind heute problemlos verfügbar. Neben neuen Liefermöglichkeiten hat man in Sekundenschnelle Zugriff auf Rezepte aus allen Teilen der Erde. Diese Chancen sollten genutzt werden, jedoch ohne dabei die Nachhaltigkeit aus den Augen zu verlieren. In der heutigen Küche sind saisonale und vor allem regionale Produkte wichtiger denn je – nicht nur aus Umweltgründen, sondern auch aus geschmacklicher Sicht.

Alte Weisheiten und traditionelle Kochtechniken rücken zunehmend in den Fokus der modernen Tiroler Küche. Einige Zutaten sind mit der Zeit in Vergessenheit geraten – warum sie nicht wieder populär machen? Es kann eine spannende Herausforderung sein, mit vergessenen oder neuen Zutaten zu experimentieren und sie kreativ in Gerichte zu integrieren.

Wie bereits aufgefallen ist, werden alte Weisheiten und Techniken immer interessanter und wichtiger für die Tiroler Küche der Zukunft. Einige Zutaten kamen auch aus der Mode. Warum diese nicht wieder populärer werden lassen? Man kann es als eine Herausforderung sehen, mit neuen Zutaten zu experimentieren und versuchen, diese in ein Gericht einzubauen.

Mit dem Wissen um die Veränderungen der Essgewohnheiten im Laufe der Zeit beschäftigt sich der zweite Teil dieser Arbeit mit möglichen Anpassungen und Weiterentwicklungen. Er dient als Leitfaden zur Erstellung vegetarischer Gerichte sowie zur Gestaltung von Speisekarten. Ziel ist es, Inspiration für neue oder wiederentdeckte Gerichte zu liefern, die als konkrete Grundlage im Kochbuch „Tradition trifft Innovation – Handbuch der vegetarischen Küche Tirols“ festgehalten wurden.

2.2.1 Vegetarische Mahlzeiten der Tiroler Küche

Von den zahlreichen traditionellen Gerichten werden meist nur die Klassiker wie Käsespätzle, Spinatknödel und Co. verkauft. Doch die Tiroler Küche bietet eine Vielzahl an Variationen und Möglichkeiten. Durch die Verwendung von Milch und Eiern ist die Einschränkung gering, und auch der Proteinbedarf lässt sich problemlos decken.

2.2.1.1 Suppen

Suppen galten als sättigende Mahlzeit und wurden daher vor allem in kargen Zeiten häufig zubereitet. Heute wird das Suppenkochen oft vernachlässigt, obwohl Suppen einen wichtigen Beitrag zur Flüssigkeitsaufnahme leisten können (Perwanger, 1986).

Wichtig ist, darauf zu achten, keinen Fleischansatz zu verwenden. Ein intensiver Gemüsefond kann ebenso als Basis oder eigenständige Suppe dienen. Besonders bei Cremesuppen, Schaumsuppen oder Püreesuppen gibt es geschmacklich kaum einen Unterschied zu einem herkömmlichen Rindsfond.

Aus nahezu jedem Gemüse lässt sich eine aromatische Suppe zubereiten. Auch exotische Zutaten und Gewürze bieten spannende Variationsmöglichkeiten. So verleiht Kokosmilch beispielsweise eine cremige Konsistenz und eine leichte asiatische Note – eine Variante, die zudem vegan ist. Einige interessante Kombinationen sind: Rote Bete & Kokos, Fenchel & Birne, grüne Erbsen & Minze, Zucchini & Basilikum, Tomaten & Paprika, Blumenkohl & Kurkuma, Karotten & Ingwer sowie Lauch, Kartoffeln & Safran. Der Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt.

Traditionelle vegetarische Suppen sind unter anderem Parmesanreissuppe, Grießsuppe, Käsesuppe, Brotsuppe, Gerstensuppe ohne Selchfleisch und Weinsuppe (Weltbild, 2006; Perwanger, 1986). Mit kleinen Anpassungen lassen sich diese Gerichte modern interpretieren und an heutige Geschmäcker anpassen.

2.2.1.2 Knödel

Knödel sind ein fester Bestandteil der Tiroler Küche und werden in zahlreichen Varianten zubereitet. Der Sage nach soll in Kriegszeiten ein Wirtshaus aus den letzten Brotresten, Mehl, Milch, Speck und Eiern eine gegarte Masse in Form von Kanonenkugeln serviert haben (Weltbild, 2006).

Wie viel Wahrheit darin steckt, ist ungewiss. Untersuchungen zeigen jedoch, dass Knödel in Tirol bereits seit über 3.000 Jahren verzehrt werden. Da Weizen früher teuer war, griff man häufig auf Roggen-, Gersten- oder Hafermehl zurück (Weltbild, 2006).

Vegetarische Knödel lassen sich beispielsweise mit Spinat, Käse oder Pilzen füllen. Weniger bekannte, aber sehr schmackhafte Varianten sind Brennnessel- oder Rote-Bete-Knödel. Auch mit Kürbis oder getrockneten Tomaten lässt sich experimentieren.

Für eine glutenfreie Alternative kann Weizenmehl durch Buchweizenmehl ersetzt werden. Die sogenannten „schwarzplentenen Knödel“ sind heute noch vereinzelt in Südtirol zu finden. Wichtig ist hierbei, auch glutenfreies Knödelbrot zu verwenden. Aktuell haben über 65 % der Bevölkerung noch nie von diesen Knödeln gehört.

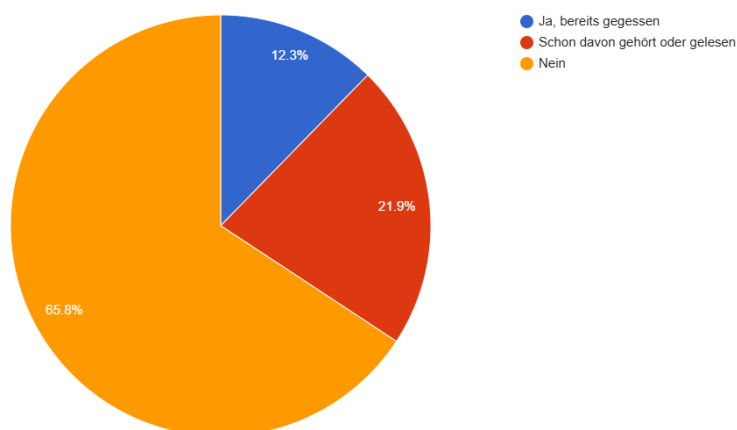


Abbildung 1 - Bekanntheit von Schwarzplentenknödel in Tirol (Klotz, 2024)

Abgesehen von herzhaften Knödeln gibt es auch süße Varianten, beispielsweise aus Brandteig oder Topfenmasse, gefüllt mit Obst, Nougat oder Marmelade. Dazu passen hausgemachte Fruchtmuse aus Äpfeln oder Birnen sowie eingekochte Pflaumen, Kirschen oder Heidelbeeren.

2.2.1.3 Nudeln

Von der italienischen Küche inspiriert, sind auch Nudeln ein fester Bestandteil der Tiroler Küche. Neben den zahlreichen fleischlosen Optionen der mediterranen Küche gibt es auch traditionelle heimische Rezepte.

Ein fast vergessenes Gericht sind die Fastennudeln. Sie bestehen aus Butter, Zwiebeln, Tomaten, Petersilie und Pilzen und bieten einen intensiven Umami-Geschmack, ganz ohne Fleisch. Der Name bezieht sich allerdings nicht auf das Abnehmen, sondern auf die christliche Fastenzeit (Kostenzer, 1985).

Bekannte Gerichte wie Krautfleckerl und Zillertaler Schlutzkrapfen gelten als typische Tiroler Spezialitäten und sind insbesondere im Tourismus von Bedeutung.

Ein weiteres einfaches Rezept sind die Zillertaler Schliachtrnudeln, bei denen die Sauce aus Tiroler Graukäse, Bergkäse, Frischkäse, Butter und Zwiebeln besteht.

2.2.1.4 Krapfen

Obwohl die Zillertaler Krapfen und Kirchtagskrapfen am bekanntesten sind, gibt es viele weitere Variationen. In Fett gebacken oder in siedendem Wasser gekocht, reicht das Spektrum von Schlutzkrapfen, Schlipfkrapfen und Spinatkrapfen bis hin zu Tirtlen (auch „Türtlen“ genannt) und süßen Varianten wie Dörrbirnenkrapfen oder Schnürkrapfen (Perwanger, 1986; Kostenzer, 1985).

Fast 80 % der Nordtiroler haben noch nie Tirtlen probiert, was einen Anreiz darstellen kann, dieses traditionelle Gericht wieder verstärkt in Speisekarten aufzunehmen.

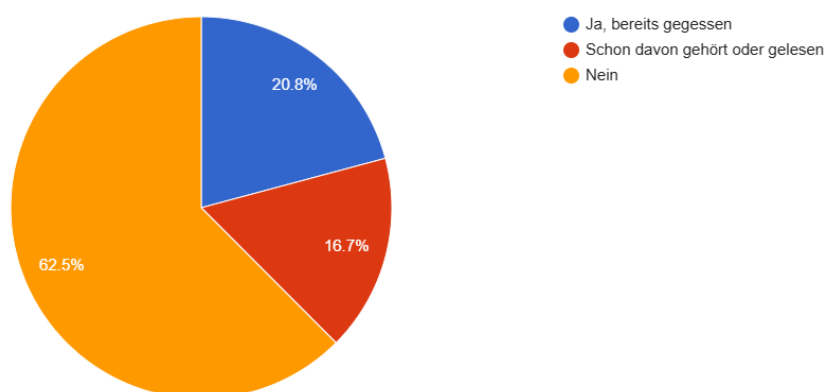


Abbildung 2 – Befragung zur Bekanntheit von Tirtlen (Klotz, 2024)

2.2.1.5 Tiroler Mus

Das Tiroler „Mus“, im Dialekt „Muas“ genannt, war ein klassisches Bauerngericht und ist in ländlichen Gegenden bis heute beliebt. Es besteht aus Mehl, Milch und Butter, manchmal auch Weizengrieß. Die Milch wird aufgekocht, dann das Mehl und der Grieß langsam hinzugegeben und ohne Rühren eingekocht. In schweren Eisenpfannen entstanden an den Rändern oft knusprige Stücke, die sogenannten „Prinzen“, die besonders begehrt waren.

Eine Variante ist das Melchermus, bei dem eine Mehlschwitze mit Buttermilch oder herkömmlicher Milch aufgegossen und solange eingekocht wird, bis eine feste Masse entsteht.

Mit Staubzucker, frischen Früchten oder Fruchtmusen wird Muas sowohl als Hauptgericht als auch als Nachspeise serviert.

Eine weitere Mehlspeise ist der Milchreis, bei dem Reis in Milch statt in Wasser gekocht wird. Mit Fruchtpüree serviert, entsteht eine einfache und dennoch moderne Nachspeise.

Ein großer Vorteil dieser Gerichte ist die Möglichkeit der Resteverwertung. Übrig gebliebenes Muas kann am nächsten Tag in Butter geröstet und als „Schmanggerl“ serviert werden (Kostenzer, 1985).

2.2.1.6 Mehlspeisen

Die Bedeutung von Getreide in der Tiroler Küche zeigt sich besonders an der Vielzahl an Mehlspeisen. Die Bandbreite reicht von Kiachl, Platteln und Strauben über Apfelräder, Weinpaunzen und Moosbeernocken bis hin zu Wuchteln und dem berühmten Südtiroler Apfelstrudel. Durch die Kombination dieser traditionellen Zutaten lassen sich leicht neue Desserts im „Tirol-Style“ kreieren.

2.2.2 Fleischgerichte abändern

Die einfachste Möglichkeit, vegetarische Gerichte anzubieten, besteht darin, neue oder neu interpretierte Zutaten zu verwenden. Zahlreiche Fleischalternativen überzeugen vor allem durch ihre Konsistenz und können mit der richtigen Marinade zum Star auf dem Teller werden. Dabei kann man entweder klassische Tiroler Gerichte abwandeln oder mit vertrauten Tiroler Aromen neue Kreationen entwickeln. Oft unterschätzt wird das Potential von Gemüse: Verschiedene Zubereitungsarten, Gewürze und Gemüsesorten ermöglichen weit mehr als den klassischen Gemüseteller. Michael Gruber beschreibt es treffend: „Normal gekochtes Gemüse und Kartoffeln als Beilage, das ist sowieso ein alter Hut.“ (Gruber, 2024)

Dennoch muss das Gericht als Ganzes ein harmonisches Geschmacksbild ergeben und nicht nur eine einzelne Komponente dominieren. Ob Braten, Schmoren, Sous-Vide-Garen, Räuchern oder Grillen – es eröffnen sich unzählige neue Kochmöglichkeiten. Neben den nachfolgenden Beispielen gibt es viele weitere spannende Zutaten, die sich hervorragend für vegetarische Gerichte eignen.

2.2.2.1 Seitan

Seitan wird aus Weizengluten gewonnen und ist daher reich an Eiweiß. Die fleischähnliche Konsistenz ist geschmacklich neutral, nimmt jedoch Gewürze und Marinaden hervorragend auf. So lässt sich beispielsweise ein vegetarisches Tiroler Gröstl zubereiten. Wird das Ei ebenfalls weggelassen, ist das Gericht sogar vegan.

2.2.2.2 Tofu

Tofu, hergestellt aus Sojabohnen, variiert in seiner Konsistenz. Besonders beliebt ist geräucherter Tofu, der mit der richtigen Zubereitung als Speckersatz dienen kann.

2.2.2.3 Jackfruit

Vor allem die unreife Jackfruit hat einen neutralen Geschmack und eine fasrige Konsistenz, die an Fleisch erinnert. Geschmort eignet sie sich hervorragend für Gulasch oder Ragout.

2.2.2.4 Kartoffeln

Obwohl sie lange Zeit in der Tiroler Küche wenig Beachtung fanden, sind Kartoffeln heute in zahlreichen Gerichten zu finden. Sie bieten eine große Vielfalt an Verwendungsmöglichkeiten – von Knödeln, Kartoffelteig, Pürees und Suppen bis hin zu ausgefallenen Nachspeisen. Durch ihren hohen Stärkegehalt und die verschiedenen Sorten sind die Einsatzgebiete nahezu unbegrenzt. Dennoch sollte darauf geachtet werden, abwechslungsreich zu kochen, um Eintönigkeit zu vermeiden.

2.2.2.5 Rote Bete

Der leicht süßliche und markante Geschmack der Roten Bete macht sie zu einer hervorragenden Zutat. Reich an Antioxidantien und Mineralstoffen, bietet sie zahlreiche Einsatzmöglichkeiten, beispielsweise als Füllung, in Knödeln, als Tatar oder Carpaccio.

2.2.2.6 Lauch

Lauch kann püriert, ausgekocht, fein geschnitten oder im Ganzen verarbeitet werden. Von Suppen, Fonds, Pürees bis hin zu Hauptspeisen aus Lauch entsteht eine beeindruckende Möglichkeit.

2.2.2.7 Pilze

Pilze liefern auf natürliche Weise den begehrten Umami-Geschmack. Oft reicht bereits ein einfaches Anbraten mit einer Prise Salz, um ihr Aroma zu entfalten. Da die Zubereitung die Konsistenz und den Geschmack einzelner Pilzsorten kaum verändert, sorgt die Kombination verschiedener Pilze für Abwechslung. Zudem bevorzugen 76 % der Befragten Gerichte mit Pilzen.

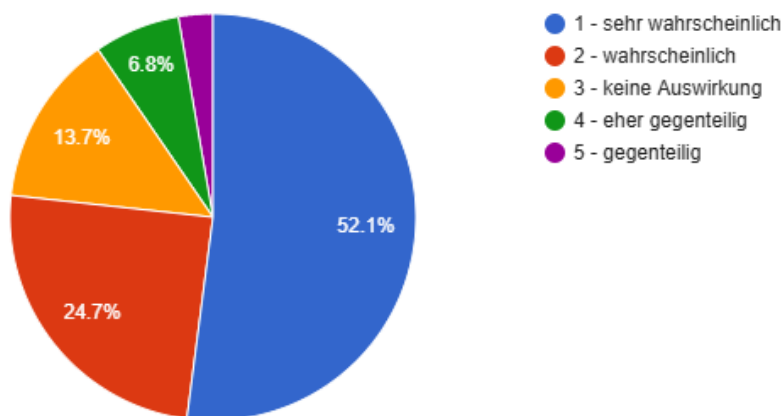


Abbildung 3 - Befragung zur Auswirkung auf die Kaufentscheidung von Pilzen (Klotz, 2024)

2.2.2.8 Zucchini

Dank ihres milden Geschmacks und ihrer saftigen Konsistenz lässt sich Zucchini hervorragend grillen oder füllen. Auch für Aufläufe oder Jus eignet sie sich – besonders, wenn sie langsam geröstet wird, um den Umami-Geschmack zu intensivieren (Gruber, 2024).

2.2.2.9 Sellerie

Sellerie besitzt einen ausgeprägten Eigengeschmack, der einem Gericht eine besondere Note verleihen kann. Sollte der Geschmack zu dominant sein, kann Sellerie in verschiedenen Flüssigkeiten gegart werden, wodurch er Aromen aufnimmt und geschmacklich variabler wird.

2.2.2.10 Ei

Eier spielen eine zentrale Rolle in vielen herzhaften und süßen Tiroler Rezepten. „Ei ist immer super,“ sagt Johannes Nuding, „weil dann bekommt man ein paar Proteine zusammen.“ (Nuding, 2024). Ob als Bindemittel in Knödeln und Spätzle oder als Hauptbestandteil in einem Bauernomelette – Eier sind vielseitig einsetzbar.

2.2.2.11 Gewürze

Der weltweite Gewürzhandel bietet eine enorme Auswahl an Aromen. Ob für Fleischalternativen oder Gemüsegerichte – die richtige Auswahl an Marinaden und Gewürzen entscheidet oft über den Erfolg oder Misserfolg eines Gerichts.

2.2.3 Neue alte Zutaten aus der Natur

Angesichts der großen, weltweiten Auswahl an Lebensmitteln verliert man schnell den Überblick und vergisst dabei oft altbekannte Zutaten. Dabei können diese jedoch einen Wettbewerbsvorteil bieten. Während einige dieser Zutaten in der gehobenen Gastronomie immer mehr Verwendung finden, sind andere noch weitgehend unentdeckt.

Im Wald lassen sich zahlreiche essbare Pflanzen finden. Brennnesselblätter und Bärlauch sind weitgehend bekannt, doch auch das verbreitete Springkraut besitzt essbare Samen, ebenso wie das Kletten-Labkraut. Junge Blätter von Frauenmantel, Breitwegerich, Portulak und Sauerampfer sind ebenso genießbar. Brunnenkresse und Gänseblümchen eignen sich hervorragend zur Dekoration (Sackmann, 2015).

Besonders experimentierfreudige Köchinnen und Köche können sich sogar an die Nutzung von Baumprodukten wagen. Hierzu zählen Flechten, Baumharz und Birkenensaft, die interessante geschmackliche Möglichkeiten bieten (Sackmann, 2015).

Die Vielfalt an essbaren Pflanzen in Tirols Wäldern ist enorm und eine vollständige Aufzählung würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen. Dennoch lohnt es sich, sich intensiver mit dieser Thematik zu befassen, denn dadurch können völlig neue Geschmackserlebnisse entstehen.

Ein Nachteil ist allerdings, dass viele dieser Zutaten nicht kommerziell angebaut werden und somit selbst gesammelt werden müssen. Die verfügbare Menge bestimmt daher, ob sich der Einsatz in der Gastronomie wirtschaftlich lohnt.

2.2.4 Neudenken des Anrichtens

Der Einfluss der optischen Präsentation auf den Genuss einer Speise ist seit Langem bekannt. Die Art und Weise, wie ein Gericht angerichtet wird, ist entscheidend für den ersten Eindruck des Gastes und seine anschließende Wahrnehmung.

Wichtig ist es, stets mit der Zeit zu gehen. Fleischlose Ernährung wird aus den unterschiedlichsten Gründen immer populärer und wird in naher Zukunft mindestens genauso wichtig sein wie traditionelle Fleischgerichte. Neben der Bezeichnung auf der Speisekarte muss sich daher auch die Art der Präsentation verändern. Der Teller sollte nicht den Eindruck erwecken, dass ihm etwas fehlt, nur weil kein Fleisch enthalten ist. Vielmehr sollte ein Gericht so konzipiert sein, dass es in sich stimmig ist und gar nicht erst das Gefühl entsteht, es würde etwas fehlen. Die besten vegetarischen Gerichte sind jene, bei denen man das Fehlen von Fleisch nicht bemerkt – sie werden dadurch leichter akzeptiert.

Das klassische Anrichten mit den drei Komponenten – Fleisch, Vitaminbeilage und Sättigungsbeilage – ist längst überholt und bedarf einer grundlegenden Modernisierung. Farben, Texturen und dekorative Elemente spielen eine essenzielle Rolle und sollten bereits bei der Entwicklung eines Gerichts bedacht werden. Erst wenn alte Denkmuster durchbrochen werden, entsteht ein stimmiges Gesamtbild. Alte Werthaltung im Bezug zu Fleisch und die geschaffenen Verhaltensmuster wurden beeinflusst von den reicheren Ländern mit hohem Lebensstandard. Dabei gilt es diese zu erneuern und zu aktualisieren.

Auch die Kombination der Zutaten ist entscheidend für den Erfolg einer neuen Kreation. Lieblos zusammengestellte Beilagen werden keinen bleibenden Eindruck hinterlassen. Jeder Gast sollte gleichwertig behandelt und wertgeschätzt werden (Nuding, 2024).

Inspiration für neue Gerichte kann aus den unterschiedlichsten Quellen entstehen – sei es ein altes Rezept, ein Besuch auf dem Bauernmarkt mit den Düften saisonaler Produkte, eine bestimmte Farbe oder eine selbst auferlegte kulinarische Herausforderung. Wer mit offenen Augen und Ohren durch die Welt geht, wird überall neue Ideen entdecken (Nuding, 2024).

2.2.5 Fusionsküche

Der Begriff „Fusionsküche“ beschreibt einen Kochstil, der Elemente aus verschiedenen kulinarischen Traditionen kombiniert, um innovative und einzigartige Gerichte zu kreieren. Dabei können sowohl Zutaten als auch Techniken oder Aromen unterschiedlicher Kulturen miteinander verschmelzen. In der modernen Gastronomie erfreut sich diese Art des Kochens großer Beliebtheit, da sie kreative Geschmackserlebnisse ermöglicht und Raum für Experimente lässt.

Besonders spannend ist die Verbindung mit der indischen Küche, da diese aufgrund religiöser Einflüsse zu einem großen Teil vegetarisch geprägt ist. Die intensiven und kräftigen Aromen bieten zahlreiche Inspirationen für neue Gerichte (Gruber, 2024).

Einige kreative Beispiele für die Verbindung traditioneller Tiroler Gerichte mit internationalen Einflüssen sind:

- Spätzle mit Pad-Thai-Sauce
- Burritos gefüllt mit Pilzen
- Kaiserschmarrn mit Kokosmilch und Mangopüree
- Eine Tiroler Variante einer Poké-Bowl

Diese Kombinationen schaffen eine Nährstoffvielfalt und sorgen zugleich für geschmackliche Abwechslung. Es ist zugleich wichtig ein Gleichgewicht zwischen Tradition und Moderne zu wahren, damit die ursprüngliche Identität eines Gerichts zumindest in Teilen erhalten bleibt. Wer diese Herausforderung annimmt, hat nahezu unbegrenzte Möglichkeiten, etwas Neues und Einzigartiges zu schaffen.

2.3 Schlussfolgerung

Die Untersuchung der traditionellen Küche Tirols zeigt einen spannungsreichen Wandel. Ursprünglich war sie geprägt von saisonaler Vielfalt und der Notwendigkeit, alle verfügbaren Ressourcen effizient zu nutzen und entwickelte sich im Laufe der Zeit durch verschiedenste Einflüsse. Die Nachkriegszeit und das darauffolgende Wirtschaftswunder führten jedoch zu einem Paradigmenwechsel, in dem vor allem tierische Produkte in den Mittelpunkt rückten.

Trotz dieser Entwicklung liegt das Potential im Aufgreifen der unterschiedlichen Wurzeln der Tiroler Küche und einer Anpassung an moderne Ernährungsbedürfnisse. Die steigende Nachfrage nach vegetarischen und veganen Alternativen, gemeinsam mit einem wachsenden Bewusstsein für Umwelt- und Tierwohl, bietet die Chance, traditionelle Gerichte neu zu interpretieren und die Vielfalt der regionalen Produkte stärker zu nutzen.

Um eine nachhaltigere und zeitgemäßere Esskultur zu fördern, ist es entscheidend, alte Rezepte wiederzuentdecken, innovative Kochtechniken anzuwenden und dabei über die Landesgrenzen hinaus zu sehen. Durch gezielte Bildungsinitiativen und kreatives Marketing kann das Bewusstsein für eine pflanzenbasierte Ernährung anregen und die Akzeptanz vegetarischer Optionen in der Tiroler Küche erhöht werden. So kann die Tiroler Küche ihren Charakter bewahren und gleichzeitig den Bedürfnissen einer zunehmend gesundheits- und umweltbewussten Gesellschaft gerecht werden, ohne dabei ihre Identität zu verlieren. Es ist Zeit, die Vielfalt der Tiroler Küche neu zu entdecken und sie in eine zukunftsfähige Richtung zu lenken. Die Megatrends zeigen die ansteigende Wichtigkeit von Gesundheit und Ökointelligenz. Durch die Urbanisierung und die Wissenskultur spielt Nahrung einen zentralen Punkt im Handeln von Morgen.

3 Die Vielfalt der vegetarischen Küche und die Akzeptanz der Angebote bei Konsument:innen

Paul Erler

3.1 Begriffsdefinition Vegetarismus und andere Ernährungsformen

Vegetarismus bezeichnet eine seit Jahrtausenden praktizierte Ernährungsweise, welche auf dem Verzicht von Fleisch, Fisch und anderer aquatischer Tiere, sowie daraus hergestellter Produkte, wie beispielsweise Gelatine, basiert. Ob Produkte lebender Tiere konsumiert werden oder ob auf Milch und Milchprodukte sowie Eier und Eierspeisen oder Honig ebenfalls verzichtet wird, hängt von der Form des Vegetarismus ab.

Es wird zwischen Ovo-Lakto-Vegetarismus, bei welchem jegliche Erzeugnisse lebendiger Tiere konsumiert werden, Lakto-Vegetarismus, bei dem auf Fleisch, Fisch und Eier verzichtet wird, und Ovo-Vegetarismus, hierbei wird sowohl auf Fleisch und Fisch als auch auf Milch verzichtet, unterschieden (Berger & Abele, 2011, S. 408ff). Für einen angenehmeren Lesefluss in dieser Arbeit stehen die Bezeichnungen Vegetarismus, vegetarisch und Vegetarier:innen für Ovo-Lakto-Vegetarismus, ovo-lakto-vegetarisch und Ovo-Lakto-Vegetarier:innen.

Der Begriff „vegan“ und daraus auch folgend die deutsche Bezeichnung Veganismus entspringt einem Vorschlag von Donald Watson aus dem Jahr 1944 und einer Zusammenziehung des englischen Ausdrucks „vegetarian“. Veganer:innen erweitern ihren Verzicht auf alle Produkte tierischen Ursprungs einschließlich beispielsweise Wolle, Felle und Leder (Berger & Abele, 2011, S. 408ff). Diese Form des Veganismus wird auch als konsequenter Veganismus bezeichnet und umfasst unter anderem auch das Aussparen von Seidenextrakt, echter Daunen und des Farbstoffes E120.

Außerdem sprechen sich viele konsequente Veganer gegen tierausschütende Handlungen und Einrichtungen, wie Zoos und Tierversuche, und für gesellschaftliche Anliegen, wie Beendigung der Rodungen von Regenwäldern oder für Lösungen des Welthungerproblems aus (Leitzmann, Claus u.a., 2018). Falls nicht

anders angegeben stehen Veganismus, Veganer:innen und vegan in dieser Arbeit immer für die konsequente Form dessen.

Leitzmann unterscheidet weiter zwischen verschiedenen Formen des Vegetarismus und eines noch strengeren Veganismus beziehungsweise speziellen zusätzlichen Ernährungsgewohnheiten, abgeschwächten Formen und verschiedenen Motiven.

So ernähren sich beispielsweise Pudding-Vegetarier und -Veganer zwar konsequent vegetarisch beziehungsweise vegan, jedoch zum Großteil von stark verarbeiteten Lebensmitteln mit hoher Energie- und niedriger Nährstoffdichte. Diese Gruppe hat durch die eher ungesunde Ernährung womöglich den pflanzlichen Ernährungsformen einen schlechten Ruf verschafft, da es zu keiner vollwertigen Ernährung und zu einer unzureichenden Zufuhr von essenziellen Nährstoffen kommt.

Frutarier, auch Fruganer oder Fruitarier, und Rohkost-Vegetarier und -Veganer schränken sich noch mehr ein, indem Frutarier nur Gemüse und Obst essen, das die Ertragspflanze bei der Ernte nicht beschädigt, und Rohkost-Essende, welche ausschließlich beziehungsweise fast nur nicht erhitzte Lebensmittel konsumieren.

Honig-Veganer und Pesco-Veganer oder -Vegetarier fügen ihrer an sich pflanzenbetonten Ernährung Honig oder Fische und andere Meeresfrüchte hinzu, was durch eine ökologische Relevanz von Bienen und die Nährstoffdichte von Omega-3-Fettsäuren in Fischen begründet wird (Leitzmann, Claus u.a., 2018) (Leitzmann & Keller, 2020, S. 23ff).

Ein wissenschaftlich etablierter Begriff für Menschen, welche den Konsum von Lebensmitteln getöteter Tiere stark einschränken, ist Selten-Fleischesser, jedoch unterscheiden sich die genauen Grenzwerte für das Essen von Fleisch zwischen den verschiedenen Untersuchungen teils stark.

Als sogenannte Flexitarier werden Menschen bezeichnet, welche ebenfalls ihren Fleischkonsum einschränken, jedoch nicht gänzlich streichen. Dieser Begriff ist sehr verbreitet, jedoch genauso wenig definiert. Vereinzelt findet auch der Ausdruck Flexiganer Anwendung, bei welchem sowohl Fleisch und Fisch als auch andere tierische Produkte eingeschränkt werden (Leitzmann & Keller, 2020, S. 24).

Für eine gemischte Kost, also die Nahrung inklusive tierischer als auch pflanzlicher Lebensmittel, steht der Begriff omnivore Ernährung. Als Omnivor:innen werden demnach Allesesser:innen bezeichnet (Elmadfa & Leitzmann, 2023).

3.2 Ökologische Relevanz eines Wandels in der Ernährung

Die Tiroler Fleischproduktion benötigt Unmengen an Wasser, je nach Rechnung bis zu 15.000 Liter pro Kilogramm Rindfleisch. Im Vergleich dazu werden nur etwa 130 Liter Wasser auf ein Kilogramm Kartoffeln benötigt (Deter, 2015). Eine vegetarische Ernährung der gesamten österreichischen Bevölkerung würde den Flächenbedarf für Lebensmittelproduktion in Österreich um über 10.000 km² reduzieren, da ein Großteil des Futtermittelanbaus entfällt.

Weiters trägt der Verzicht zur Senkung der Treibhausgasemissionen bei. Die österreichische Landwirtschaft könnte durch die fleischlose Ernährung bis zu 48% ihrer Emissionen einsparen (Kotrba, 2022). Regional angebaute Gemüsesorten aus Tirol wie etwa Radieschen, Salate und andere Gemüsesorten bieten weitere ökologische Vorteile, da kurze Transportwege und Bewässerungssysteme wie Tropfbewässerung genutzt werden können (Reinthal, D. u.a., o.J.).

Der hohe Wasserverbrauch bei der Produktion tierischer Lebensmittel stellt einen relevanten ökologischen Belastungsfaktor dar. Rund 30 Prozent des global genutzten Wassers wird für die Produktion tierischer Lebensmittel aufgewendet (PETA, 2023). Ein Großteil dieses Wassers wird für den Futtermittelanbau benötigt. Für eine tierische Kalorie sind bis zu 30 pflanzliche Kalorien Tiernahrung notwendig. Für eine Kalorie Rindfleisch beispielsweise werden 10 Kalorien Getreide benötigt, wodurch 90% der Nahrungsenergie verloren geht (PETA, 2023).

Bezüglich des Flächenbedarfs zeigt sich eine ähnlich problematische Situation. Tierische Produkte machen etwa 75% des ernährungsbedingten Flächenverbrauchs aus, Fleisch- und Milchprodukte tragen etwa zu gleichen Teilen dazu bei (WWF, o.J.). Bei einer Umstellung auf eine vegetarische Ernährung in Österreich fällt etwa die Hälfte dieser genutzten Fläche weg (Schlatzer, 2024). Das Projekt „WeltTellerFeld“ zeigt zudem, dass der durchschnittliche Mensch in Österreich etwa 3.500 m² Fläche für den Lebensmittel-Jahresbedarf benötigt, was fast dreimal so viel ist wie im globalen Vergleich (Weißt du, wo dein Essen wohnt?, o.J.).

Der Ernährungsbereich in Österreich ist etwa für 25% - 30% der gesamten österreichischen Treibhausgasemissionen verantwortlich, stellt damit ein besonders gravierendes ökologisches Problem dar und trägt maßgeblich zum Klimawandel bei (Schlatzer, 2024). Eine vegetarische Ernährung verursacht 32% weniger CO₂-Emissionen als die durchschnittliche österreichische Ernährung (Wolbart, 2019).

Pflanzliche Produkte, im besten Fall biologisch und regional, bieten also immenses Einsparungspotential. Allein mit einer, von der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung empfohlenen, Fleischreduzierung in der Ernährung, sprich um etwa zwei Drittel weniger Fleischkonsum, können auf Österreich hochgerechnet etwa 3,7 Millionen Tonnen Treibhausgasemissionen eingespart werden (Greenpeace, 2021) (Kotrba, 2022).

Der Schutz der Biodiversität stellt auch eine relevante Anforderung an den Ernährungswandel. Die Ernährung ist weltweit für etwa 70% des Verlustes an biologischer Vielfalt und ungefähr 80% der Entwaldung verantwortlich (WWF, o.J.). Besonders problematisch ist der Ursprung großer Teile der Futtermittel für die Fleischproduktion, welcher oft in Biodiversitätshotspots wie dem Amazonas-Regenwald liegt. Ohne klare Regularien und Standards laufen diese einzigartigen Lebensräume Gefahr unwiderruflich unserem stetig steigenden Ressourcenverbrauch zum Opfer zu fallen (WWF, o.J.).

3.3 Konsumentenverhalten und Nachfrage nach vegetarischen Angeboten in Innsbruck

Eine Analyse des Konsumverhaltens in Bezug auf vegetarische Angebote in der Innsbrucker Gastronomielandschaft bildet die Grundlage für ein Verständnis der kulinarischen Dynamiken und die Entwicklung neuer pflanzenbasierter Konzepte. Um fundierte Erkenntnisse über die Nachfrage nach vegetarischer Speisen in der Innsbrucker Gastronomie zu gewinnen, wurde im Rahmen dieser Arbeit eine Umfrage durchgeführt.

3.3.1 Methodik und Durchführung einer Umfrage und Interviews

Zur Erhebung der Daten wurde eine quantitative Online-Umfrage mithilfe des Tools Findmind durchgeführt, welche 13 Fragen umfasst. Hierbei wurden demographische Angaben, Ernährungsgewohnheiten, Häufigkeit von Restaurantbesuchen, Bewertung vegetarischer Angebote und Kriterien für die Wahl und Steigerung der Attraktivität von vegetarischen Gerichten abgefragt. Insgesamt haben die Umfrage 63 Personen ausgefüllt, wobei die Teilnehmer:innen vor allem durch Mundpropaganda auf die Erhebung aufmerksam gemacht wurden.

Bei den Grafiken wurden die Daten der Kreisdiagramme in Prozent, die der Balkendiagramme jedoch in absoluten Zahlen angegeben. In den Analysen wird bei beiden Arten auf prozentuale Werte eingegangen, um eine bessere Vergleichbarkeit zu schaffen.

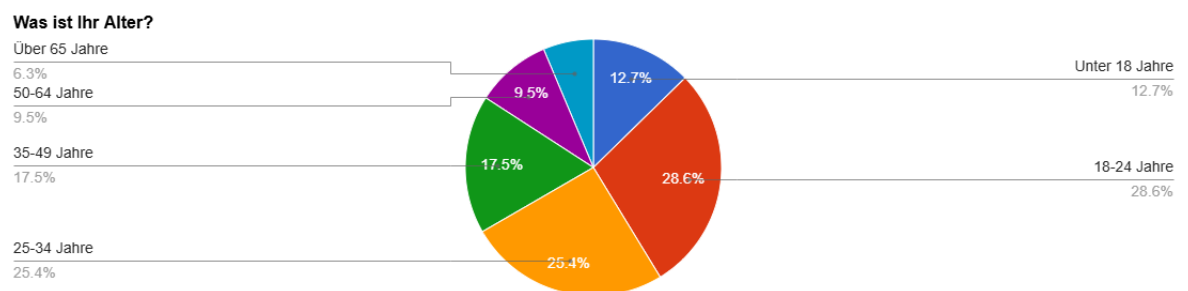


Abbildung 4: Was ist Ihr Alter?

Bei den Befragten lässt sich ein Schwerpunkt in den jüngeren Gruppen feststellen, vor allem zwischen 18 und 34 Jahren. Die Teilnahme nimmt mit zunehmendem Alter ab. Das könnte sowohl an dem Interesse am Thema der Umfrage als auch am digitalen Umfrageformat liegen.

Zur Beschaffung qualitativer Informationen wurden in zwei Betrieben Interviews durchgeführt, sowohl im Restaurant Oniriq als auch im Restaurant Blum.

Das Oniriq scheint in der Spitzengastronomie als Vergleichsobjekt zwischen vegetarischem und omnivorem Angebot optimal, deshalb wurde das Haubenlokal für ein Interview ausgewählt. Das Restaurant bietet nämlich ein Fisch & Fleisch Menü und parallel ein gleichwertiges vegetarisches Menü an. Bei beiden Menüs verspricht das Team einen hohen Anspruch an Qualität und Regionalität der Speisen. Im Oniriq standen sowohl der Restaurantleiter und Sommelier Marlon Hallmann als auch der Küchenchef Udo Hermann für ein Gespräch zur Verfügung.

Das Blum wurde wegen seines gänzlich vegetarischen Konzepts und einem ähnlichen Anspruch auf Regionalität der Produkte als Interviewpartner ausgewählt. Stellvertretend gab Matteo Wawerla, einer der Küchenchefs, das Interview, wobei Christian Melchior, der Restaurantleiter, einmal eine Ergänzung einwarf. Die Erkenntnisse aus den Expertengesprächen sind in den Schwerpunkten der verschiedenen Kapitel einbezogen und dienen teilweise als Vergleich, Relativierung oder Bestätigung bestimmter Aussagen.

3.3.2 Ernährungsformen und Besuchshäufigkeit

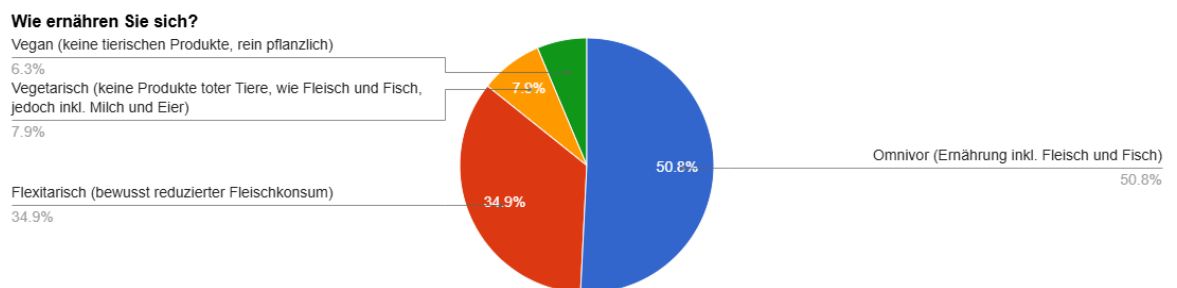


Abbildung 5: Wie ernähren Sie sich?

Bei der Abfrage der Ernährungsformen ist die omnivore Ernährung erwartungsgemäß die häufigste und liegt nur ein wenig über den nationalen Vergleichsdaten. Der Anteil der Flexitarier:innen deckt sich beinahe mit den landesweiten Werten. Vegetarier:innen und Veganer:innen sind hingegen jeweils ein wenig übervertreten (Vegane Gesellschaft Österreich, 2024).

Dieser Vergleich nationaler und lokaler Zahlen zeigt, dass die Bürger:innen Innsbrucks weder Vorreiter noch Nachzügler in Sachen pflanzlicher Ernährung sind.

Wie häufig besuchen Sie gastronomische Einrichtungen in Innsbruck?

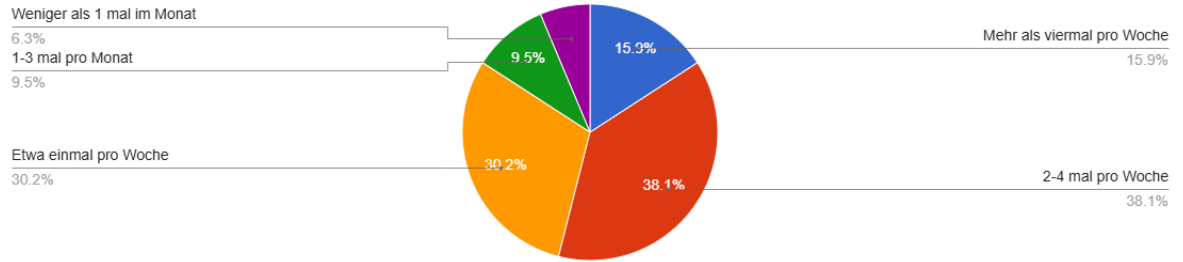


Abbildung 6: Wie häufig besuchen Sie gastronomische Einrichtungen in Innsbruck?

Mehr als die Hälfte der Teilnehmer:innen besuchen mindestens zweimal pro Woche gastronomische Einrichtungen in Innsbruck, wodurch das aktive Konsumverhalten deutlich gemacht wird. Etwa ein Drittel geht immerhin einmal pro Woche in Restaurants, Cafés oder Bars.

Diese hohe Frequenz unterstreicht, wie wichtig die gastronomischen Angebote für Bürger:innen im Alltag sind und zeigt, wie viel Potential die Etablierung von mehr Vegetarischem in der Gastronomie hat.

3.3.3 Verfügbarkeit und Qualität vegetarischer Angebote

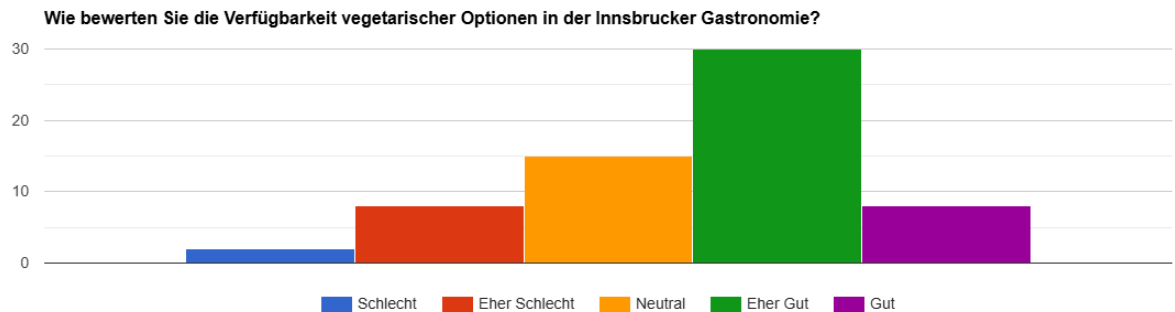


Abbildung 7: Wie bewerten Sie die Verfügbarkeit vegetarischer Optionen in der Innsbrucker Gastronomie?

Die Verfügbarkeit vegetarischer Speisen wird von der Mehrheit positiv bewertet. Knapp ein Viertel äußert sich neutral. Besonders hervorzuheben ist, dass nur 3% die Verfügbarkeit als „Schlecht“ bezeichnen.

Diese Daten stehen im Gegensatz zu den Erkenntnissen aus den Experteninterviews, in denen die Gastronomen eher auf Defizite in der Verfügbarkeit vegetarischer Angebote hingewiesen haben (Hallmann, 2025).

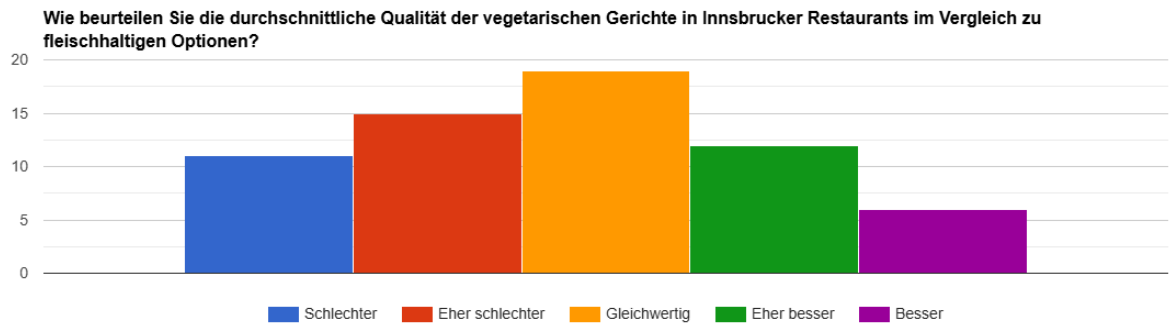


Abbildung 8: Wie beurteilen Sie die durchschnittliche Qualität der vegetarischen Gerichte in Innsbrucker Restaurants im Vergleich zu fleischhaltigen Optionen?

Die Qualität vegetarischer Gerichte wird von den Teilnehmer:innen hingegen etwas kritisch gesehen. Knapp über 30% nehmen vegetarische Speisen im Vergleich zu fleischhaltigen Optionen als gleichwertig wahr. Jedoch ist besonders auffällig, dass mehr Personen die Qualität negativ bewerten als positiv.

Das Restaurant Blum widmet sich diesem Problem und verfolgt die Strategie, qualitativ höchstwertige vegetarische Speisen anzubieten. „[...] wir wollen auch zeigen, [...] dass man eigentlich auf nichts verzichten muss.“ (Wawerla, 2025)

3.3.4 Entscheidungsfaktoren für vegetarische Gerichte

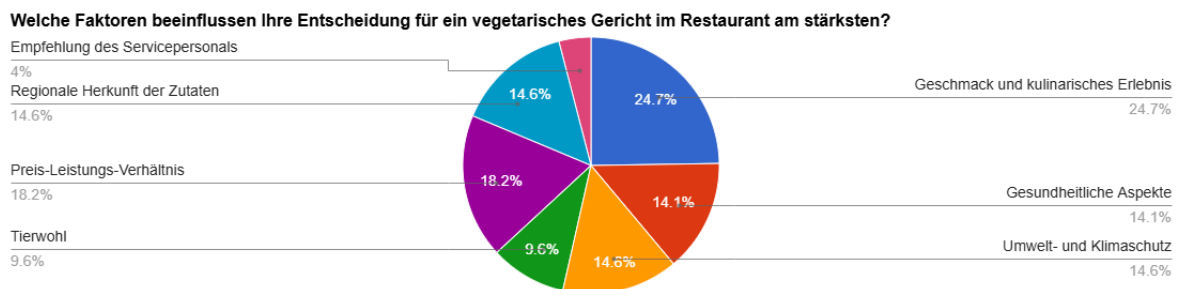


Abbildung 9: Welche Faktoren beeinflussen Ihre Entscheidung für ein vegetarisches Gericht im Restaurant am stärksten?

Der wichtigste Faktor, welcher die Entscheidung für ein fleischloses Gericht beeinflusst, ist „Geschmack und kulinarisches Erlebnis“. Dies deckt sich mit den Beobachtungen der Interviewpartner. Diese bestätigen, dass ein vegetarisches Produkt mit verschiedenen Techniken verarbeitet werden muss, um Gäste zufriedenzustellen (Wawerla, 2025) (Hermann, 2025).

„Preis-Leistungs-Verhältnis“ steht an zweiter Stelle und verdeutlicht damit die Nachfrage nach vegetarischem Angebot, das sich in den Alltag integrieren lässt. Empfehlungen des Servicepersonals scheinen nicht sehr wirksam zu sein. Das bedeutet jedoch nicht, dass geschultes Servicepersonal keinerlei Einfluss auf den Gast hat.

3.3.5 Kommunikationsstrategien und regionale Produkte

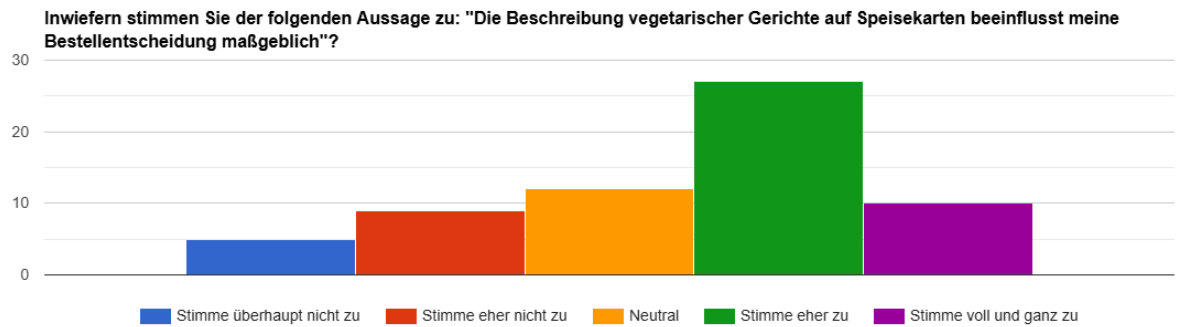


Abbildung 10: Inwiefern stimmen Sie der folgenden Aussage zu "Die Beschreibung vegetarischer Gerichte auf Speisekarten beeinflusst meine Bestellentscheidung maßgeblich"?

Über die Hälfte der Befragten stimmen der Aussage „Die Beschreibung vegetarischer Gerichte auf Speisekarten beeinflusst meine Bestellentscheidung maßgeblich“ eher oder voll und ganz zu, nur je etwa 20% sind neutral gegenüber der Aussage oder stimmen dieser nicht zu.

Diese hohe Zustimmung unterstreicht die Wichtigkeit einer ansprechenden Menügestaltung, bei welcher Vegetarisches attraktiv präsentiert wird. Im Restaurant Oniriq wird das Fisch & Fleisch Menü gleichwertig wie das vegetarische dargestellt.



Abbildung 11: Beispiel Menü: Restaurant Oniriq (Fooddesign Mitterbauer, o.J.)

Diese, für die Wahrnehmung des Gastes identische, Darstellung ist optimal, um vegetarische Gerichte gleich wie fleischhaltige Speisen anzupreisen.

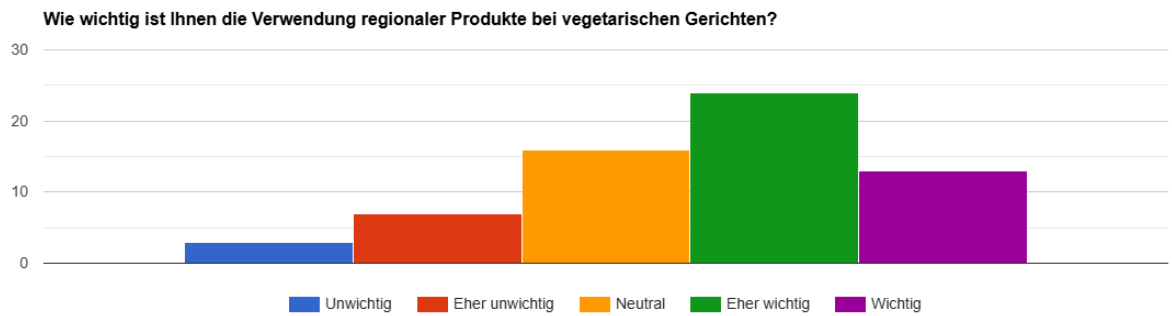


Abbildung 12: Wie wichtig ist Ihnen die Verwendung regionaler Produkte bei vegetarischen Gerichten?

Knapp 60% der Personen, welche die Umfrage ausgefüllt haben, finden, dass die Verwendung regionaler Produkte bei vegetarischen Gerichten eher wichtig oder wichtig ist. Das offenbart die Möglichkeit, die Regionalität von Produkten und Produzent:innen in der Kommunikation hervorzuheben, um die Identifikation der Gäste mit dem Angebot zu stärken.

3.3.6 Präferenzen bei vegetarischen Angebotsformen

Welche der folgenden vegetarischen Optionen auf Speisekarten würden Sie am ehesten bestellen?

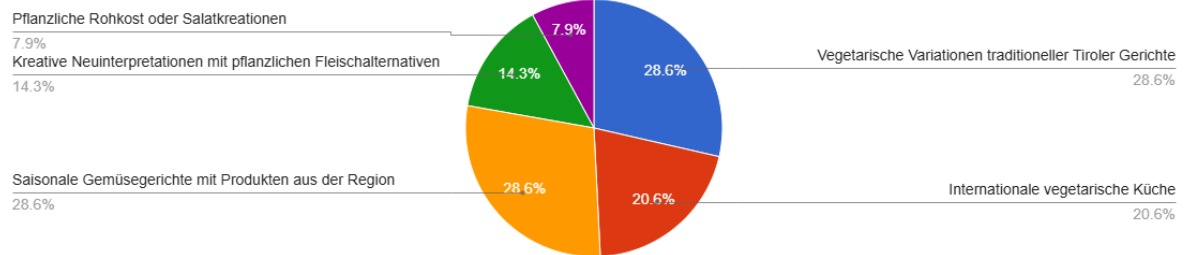


Abbildung 13: Welche der folgenden vegetarischen Optionen auf Speisekarten würden Sie am ehesten bestellen?

„Saisonale Gemüsegerichte mit Produkten aus der Region“ und „Vegetarische Variationen traditioneller Tiroler Gerichte“ werden von jeweils fast 30% präferiert. „Internationale vegetarische Küche“ zählt mit über 20% ebenfalls zu den Favoriten.

Die hohe Bewertung von saisonalen Gemüsegerichten korrespondiert mit der wahrgenommenen Wichtigkeit der Verwendung regionaler Produkte.

3.3.7 Handlungsempfehlungen aus Konsument:innensicht

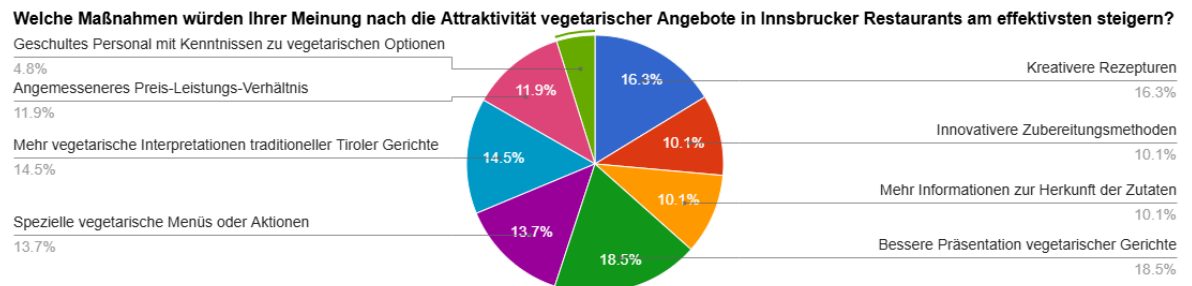


Abbildung 14: Welche Maßnahmen würden Ihrer Meinung nach die Attraktivität vegetarischer Angebote in Innsbrucker Restaurants am effektivsten steigern?

Eine bessere Präsentation scheint die wichtigste Maßnahme zur Steigerung der Attraktivität pflanzenbetonter Gerichte zu sein. Durch die sehr unterschiedlich verteilten Antworten merkt man, dass dies ein sehr subjektives Thema ist.

Gastronom:innen sollten jedoch nicht versuchen, alle bedienen zu können, sondern mit einem bestimmten Konzept einige wenige Maßnahmen umzusetzen. Durch verschiedene Techniken versucht beispielsweise das Blum seine Gerichte ästhetisch anzurichten. Zum Einsatz kommt dabei unter anderem ein Lauchöl, um mehr Kontrast und Farbe zu bringen (Wawerla, 2025).

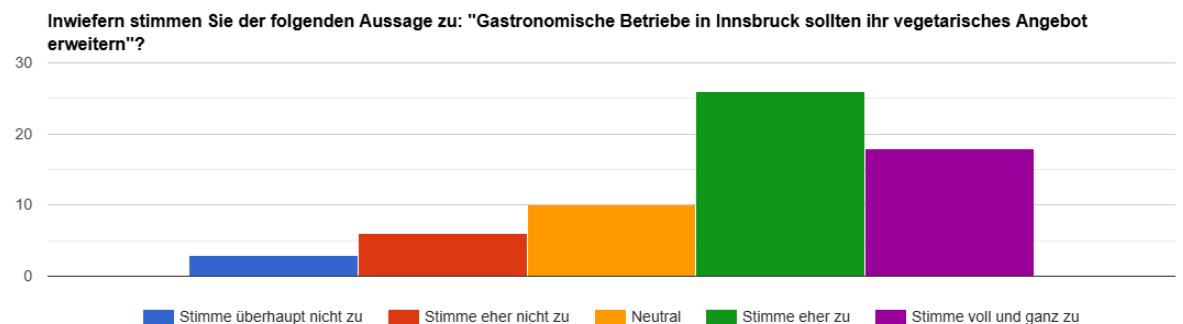


Abbildung 15: Inwiefern stimmen Sie der folgenden Aussage zu "Gastronomische Betriebe in Innsbruck sollten ihr vegetarisches Angebot erweitern"?

Ein Großteil der Befragten stimmt der Aussage „Gastronomische Betriebe in Innsbruck sollten ihr vegetarisches Angebot erweitern“ eher zu beziehungsweise zu. Diese hohe Zustimmung deutet auf ein unausgeschöpftes Potential in der Innsbrucker Gastronomielandschaft hin.

Hallmann relativiert dieses Ergebnis mit seiner Ansicht jedoch. „Dann machst du mal was Anderes oder was Neuartiges, dann sind die Gäste halt verwirrt.“ (Hallmann, 2025) Der Restaurantleiter und Sommelier hofft für die Zukunft auf ein Umdenken und mehr Offenheit diesbezüglich (Hallmann, 2025).

3.3.8 Interesse und Konsum

Wie häufig wählen Sie in Innsbrucker Restaurants vegetarische Gerichte anstelle von fleischhaltigen Optionen?

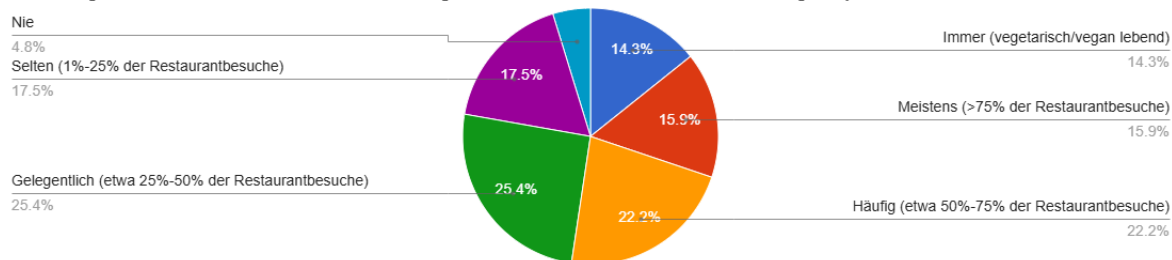


Abbildung 16: Wie häufig wählen Sie in Innsbrucker Restaurants vegetarische Gerichte anstelle von fleischhaltigen Optionen?

Die Ergebnisse verdeutlichen klar die Diskrepanz zwischen artikuliertem Interesse an vegetarischen Speisen und dem tatsächlichen Konsumverhalten. Während knapp 70% eine Erweiterung des pflanzlichen Angebotes befürworten, so essen nur etwa 30% immer oder meistens vegetarisch. Die Mehrheit isst in Restaurants häufig oder gelegentlich vegetarisch, jedoch isst über ein Fünftel der Befragten selten oder nie vegetarisch.

3.4 Vegetarische Angebotsvielfalt in Innsbrucker Gastronomien

Das vegetarische Angebot in der gastronomischen Landschaft Innsbrucks zeigt sich in unterschiedlichen Konzepten und kulinarischen Ansätzen. Traditionelle Betriebe setzen oft auf klassische und weit verbreitete fleischlose Gerichte, wie beispielsweise Käsespätzle und Knödel. Innovativere und modernere Küchen setzen auf neu entwickelte Gerichte und Konzepte, welche die vegetarischen Gerichte in den Mittelpunkt stellen. Diese Vielfalt spiegelt die verschiedenen Philosophien, Strategien und Positionierungen der Unternehmen wider und schafft Abwechslung für den Gast.

3.4.1 Konzeptionelle Ausrichtungen vegetarischer Angebote

In der gehobenen Gastronomie Innsbrucks ist das Restaurant Oniriq ein gutes Beispiel für die Integration vegetarischer Optionen in der normalerweise fleischorientierten Spitzengastronomie. Das Konzept des 4-Hauben Lokals basiert auf zwei parallelen Menüs, einem Fisch & Fleisch Menü und einer direkten vegetarischen Alternative.

Küchenchef Udo Hermann beschreibt, dass bei der Entwicklung des Menüs bei den fisch- und fleischhaltigen Gerichten angesetzt wird, wobei danach zu den Gerichten, welche Fleisch oder Fisch beinhalten, eine gleichwertige, zu den Beilagen passende Alternative, welche das tierische Produkt ersetzt, gesucht wird (Hermann, 2025). Diese Herangehensweise und die Tatsache, dass einige Gerichte auch im fleisch- und fischhaltigen Menü vegetarisch sind, verdeutlicht, dass das pflanzliche Menü keinen Kompromiss, sondern eine äquivalente Alternative bietet.

Einen anderen Ansatz verfolgt das Restaurant Blum, welches sich gänzlich auf die vegetarische Küche spezialisiert hat. Wie Matteo Wawerla, einer der Küchenchefs, beschreibt, wollen sie mit ihrem, von der levantinischen Küche geprägten, Sharing-Konzept zeigen, dass man bei vegetarischer Ernährung auf nichts verzichten muss. „Das war der Anspruch.“ (Wawerla, 2025)

Dieser Ansatz steht im deutlichen Kontrast zu Restaurants, welche vegetarische Gerichte ausschließlich als Ergänzung zu anderen Hauptgerichten bieten.

Die pflanzenorientierte Vielfalt in der Innsbrucker Gastronomie reicht also von der Integration einiger weniger vegetarischer Optionen in der Speisekarte, über eine parallele vegetarische und omnivore Menüstruktur bis hin zu eigenständigen, vollständig vegetarischen oder veganen Restaurantkonzepten. Diese Bandbreite an verschiedenen Angeboten veranschaulicht die zunehmende Relevanz vegetarischer Gerichte in der lokalen Gastronomie, obwohl, wie auch verschiedene Interviewpartner bestätigen, die Nachfrage und Akzeptanz pflanzlicher Angebote in Innsbruck und vor allem in gesamt Tirol deutlich hinter jenen in großen urbanen Zentren wie beispielsweise Berlin liegt (Wawerla, 2025) (Hallmann, 2025).

3.4.2 Kulinarische Techniken und Produktqualität

Die Entwicklung komplexer Geschmacksprofile, ohne die Verwendung von Fleisch und Fisch, ist eine der zentralen Herausforderungen für Gastronom:innen beim Entwickeln vegetarischer Angebote. Die Interviewpartner geben verschiedene Techniken an, um dieser Schwierigkeit entgegenzutreten.

Matteo Wawerla im Blum legt besonderen Wert auf Röstprozesse, Fermentationen und Reduktionen. „Rösten zum Beispiel ist essenziell, weil es die Struktur bricht und das funktioniert einfach gut. [...] Eingelegtes, Fermentiertes, das macht eben auch viel, weil das wird einfach viel komplexer [...]. Trotzdem hast du Abschnitte, wenn du die einfach in den großen Topf schmeißt mit Wasser und wirklich fast bis zu einem Lack runter reduzierst, das sind so deine Zaubermittelchen.“ (Wawerla, 2025)

Ähnliche Ansätze hat auch Udo Hermann im Oniriq, wo er die aufwendige Alternative zu dem aktuellen Rehgericht beschreibt. „Du musst dann das Produkt schon bearbeiten. So eine Artischocke kann man vom Aufwand her schon vergleichen mit dem Reh, weil du musst die zuputzen, du musst die garen und das [...] ist wahrscheinlich doppelt so viel Arbeit wie jetzt ein Reh zuzuputzen“ (Hermann, 2025) Die Zubereitung eines Kohlrabis im Salzteigmantel, welcher im Ofen gegart und über Nacht in diesem auskühlt und dann auf dem Green Egg grilliert wird, verdeutlicht ebenfalls den Aufwand, den das Team um Hermann betreibt, um vegetarische Gerichte auf ein Spitzenniveau zu heben (Hermann, 2025).

Die Bedeutung von regionalen und saisonalen Produkten betonen alle Interviewpartner. Im Oniriq spielt Regionalität und Qualität eine massive Rolle. „Wert auf Regionalität legen wir auf jeden Fall. Das fängt beim Salz an. Da haben wir Alpen-Salz aus Hall, das ist so eine ganz kleine Produzentin.“ (Hermann, 2025) Das Blum bezieht sein Hauptgemüse vom Lumpererhof, „[...] der ist ja nicht weit weg von hier, das ist schon sehr regional, die liefern zweimal im Monat.“ (Wawerla, 2025) Die Menügestaltung wird auch nach der Saison ausgelegt. „[...] wir schauen eben dann den Saisonkalender, den für Österreich, für Tirol, für die Region an, das ist die Grundlage.“ (Wawerla, 2025)

Dieser Fokus auf qualitative, regionale und saisonale Produkte und auf verschiedene handwerkliche Techniken veranschaulicht, dass Gastronom:innen in Innsbruck Vegetarismus nicht als Einschränkung, sondern als kreative Herausforderung sehen, welche zu geschmacksvollen Ergebnissen führen kann.

3.5 Strategien zur Steigerung der Akzeptanz vegetarischer Angebote bei Gästen

Eine erfolgreichere Integration vegetarischer Gerichte in der Tiroler und Innsbrucker Gastronomie erfordert verschiedene durchdachte Strategien, welche psychologische, kommunikative sowie kulinarische Aspekte beachten. Im Folgenden werden einige Maßnahmen vorgestellt, welche direkt von gastronomischen Betrieben in Innsbruck umgesetzt und implementiert werden können, um die Nachfrage und Akzeptanz pflanzlicher Gerichte bei den Gästen zu steigern.

3.5.1 Sensorik-Orientierte Menügestaltung

Die sensorische Komponente spielt eine entscheidende Rolle bei der Akzeptanz von vegetarischen Angeboten. Gäste entscheiden sehr häufig nach visuellen und geschmacklichen Eindrücken und viel weniger nach ideologischen Überzeugungen oder nach rationalen Argumenten (Koster, 2009). Das Augenmerk von Gastronom:innen sollte daher auf der Optimierung von Geschmack, Textur und Präsentation liegen. Knusprige Konsistenzen, umami-reiche Komponenten und eine visuell ansprechende Anrichteweise können die Akzeptanz signifikant steigern.

Traditionelle Zubereitungstechniken wie das Rösten von Gemüse oder die Fermentation bieten sich in der Tiroler Küche hierfür an. Dadurch können auch mit einfachen Zutaten komplexe Geschmacksprofile erzeugt werden (Wawerla, 2025).

Professionelle Küchen verwenden zunehmend verschiedene Gartechniken, um sensorische Aspekte pflanzlicher Gerichte zu verbessern. Durch die Verwendung von Niedertemperatur-Garmethoden wie beispielsweise Sous-Vide werden Aromen und Textur erhalten. Die Maillard-Reaktion spielt ebenfalls eine besondere Rolle. Dieser chemische Prozess fördert beim Anbraten oder Rösten die Bildung von Aromen, welche oft mit Fleischgerichten assoziiert werden. Da Pilze, ähnlich wie Fleisch, von Natur aus Glutaminsäure enthalten, werden diese häufig verwendet, um den herzhaften Umami-Geschmack von Fleisch zu ersetzen.

Eine multisensorische Gestaltung von Gerichten umfasst ebenfalls akustische Elemente. Speisen, welche beim Verzehr Geräusche erzeugen, etwa durch knusprige Elemente wie beispielsweise gepufftem Buchweizen, aktivieren zusätzliche Sinnebenen und erhöhen die Zufriedenheit beim Gast.

In der Erlebnisastronomie kann diese Multisensorik auch von außen künstlich erzeugt werden, etwa durch Licht- und Toneffekte (FAFGA, 2025). Kontrastierende oder ergänzende Texturen, Temperaturen und Farben werben Gerichte automatisch auf. Durch das Ansprechen der verschiedenen Sinne wird das Essen zu einem richtigen Erlebnis, auch ohne Fleisch (Leinenlos, 2025).

Bei der Gestaltung vegetarischer Menüs muss zwingend auch die Schwankung in der Nachfrage mitbedacht werden. Im Restaurant Oniriq sagt der Küchenchef, dass ein Großteil der vegetarischen Komponenten relativ gut haltbar sein muss, denn „Wir haben Wochen, in denen wir 50:50 brauchen, dann haben wir auch Wochen, wo man fast gar keine vegetarischen Menüs braucht.“ (Hermann, 2025)

3.5.2 Strategische Kommunikation

Die Wortwahl in Speisekarten und der Gästekommunikation beeinflusst maßgeblich die Wahrnehmung vegetarischer Gerichte und damit auch die Entscheidungen in der Nachfrage. Verschiedene Untersuchungen belegen, dass Begriffe wie „fleischfrei“, „vegetarisch“ oder „vegan“ Vorurteile in Gästen hervorrufen können (Vegane Gesellschaft Österreich, 2019).

Stattdessen empfiehlt sich eine positive, auf das Geschmackserlebnis fokussierte Beschreibung. Anstatt ein Gericht als "vegane Alternative" zu bezeichnen, sollten attraktive Formulierungen wie etwa "Knusprig gebratene Steinpilze auf cremiger Polenta mit Tiroler Bergkräuter-Öl" verwendet werden. Diese Strategie betont die kulinarische Qualität und vermeidet die Kategorisierung als "Spezialessen" (Rümmele, 2023). Zudem kann man durch die Hervorhebung regionaler Zutaten und Produzenten die Akzeptanz steigern, da an die lokale Identität angeknüpft wird.

Die Kommunikationsstrategie sollte sich ebenfalls auf die Schulung des Servicepersonales erstrecken. Mitarbeiter:innen müssen in der Lage sein, vegetarische Gerichte fachmännisch anzupreisen und Empfehlungen zu geben (Ciapponi, 2023).

Forschungen zum „Menu Engineering“ haben unter anderem gezeigt, dass die Position des Gerichtes auf der Speisekarte die Wahrnehmung des Gastes und somit die Auswahl beeinflusst. Daher sollten vegetarische Hauptgerichte prominent im oberen Drittel oder an erster Stelle platziert werden (Andruszków, 2024).

Digitale Kommunikationskanäle wie Soziale Medien eröffnen zusätzliche Möglichkeiten. Diese können gezielt eingesetzt werden, um ästhetisch ansprechende Bilder vegetarischer Kreationen zu teilen und diese in die Corporate Identity einzugliedern (Gastro Academy, o. J.).

Einige erfolgreiche Innsbrucker Restaurants nutzen auch kurze Videos für die Außenkommunikation, in welchen die Zubereitung vegetarischer Gerichte gezeigt und dadurch beworben wird. Sprachlich empfiehlt sich die Verwendung sensorischer Begriffe wie „aromatisch“ und „intensiv“ aber auch handwerklicher Begriffe wie „fermentiert“ oder „langsam gegart“ um Qualität und Geschmack zu kommunizieren. Das soll Bilder und Geschmackserwartungen schaffen, welche die Wahrnehmung bei der Speisenauswahl durch den Gast positiv beeinflussen können (Ciapponi, 2023).

3.5.3 Platzierung und Präsentation im Gästeraum

Die räumliche Präsentation vegetarischer Angebote beeinflusst ebenfalls die Wahrnehmung des Gastes und kann bei der Auswahlentscheidung unterstützend wirken. Bei Buffets sollten pflanzliche Gerichte an prominenten Stellen angeboten werden. In à-la-carte-Restaurants empfiehlt es sich, die vegetarischen Optionen in die Hauptmenülinie zu integrieren, anstatt der Auflistung in einem separaten Menübereich (Attwood, S. u.a., 2020, S. 43).

Eine Hervorhebung als „Menü des Tages“ oder „Der Küchenchef empfiehlt...“ ist ebenfalls eine erfolgreiche Strategie, um den Wahrnehmungsstatus der pflanzlichen Gerichte beim Gast zu erhöhen (Attwood, S. u.a., 2020, S. 44).

3.5.4 Innovative Servicekonzepte und Atmosphäre

Innovative Servicekonzepte können ein Begeisterungsfaktor sein und wesentlich zur Akzeptanzsteigerung vegetarischer Optionen führen. Im Restaurant Blum setzt man auf ein Sharing-Konzept, welches das gemeinschaftliche Erlebnis in den Vordergrund stellt. „Die levantinische Familie ist da unsere Idee. Alle sitzen am Tisch, alle teilen und jeder darf nochmal probieren.“ (Wawerla, 2025) Dieses Konzept ermöglicht es zudem, flexibler auf unterschiedliche Hunger- und Sättigungsgefühle der Gäste einzugehen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Atmosphäre, in welcher vegetarische Gerichte präsentiert werden. Marlon Hallman, Restaurantleiter im Oniriq, beschreibt den Trend in der Spitzengastronomie allgemein hin zu einer entspannteren Atmosphäre. „Die Leute haben keine Lust mehr auf dieses Steife. [...] viele Gäste mögen es nicht, wenn sie reinkommen und nicht wissen, wie sie sich verhalten sollen.“ (Hallmann, 2025)

3.5.5 Preisgestaltung und Wertwahrnehmung

Die Preise vegetarischer Gerichte sollte deren kulinarischen Wert widerspiegeln. Eine häufige Fehleinschätzung in der Preisgestaltung besteht darin, pflanzliche Optionen als billigere Alternative anzubieten, was die Wahrnehmung als minderwertig gegenüber Fleischgerichten verstärken kann. Pflanzliche Hauptgerichte sollten preislich auf Augenhöhe zu den fleischhaltigen Pendanten angeboten werden, müssen jedoch auch diese Qualität liefern (Rümmele, 2023).

Bei der Preispolitik vegetarischer Angebote ist eine kundenorientierte Preisbildung besonders wichtig. Da der Wareneinsatz oft geringer ausfällt als bei Fleischgerichten, würde eine Kostenorientierung im Preis eher zu günstigeren Angeboten führen, was nicht immer vorteilhaft ist. Stattdessen sollte die Zielgruppe definiert werden und der Preis anhand dieser gestaltet werden. Der wahrgenommene Wert des kulinarischen Erlebnisses sollte im Vordergrund stehen. Für die Rechtfertigung eines höheren Preises kann beispielsweise ein angenehmer Service durch geschultes Personal ausreichen (StudySmarter, o.J.).

Wichtig bei der kundenorientierten Preisgestaltung ist die kontinuierliche Überprüfung der Reaktionen und Zahlungsbereitschaft der Gäste und eine Flexibilität, um langfristig bestehen zu können (StudySmarter, o.J.). Die Annahme vieler Gäste, dass vegetarische Gerichte aufgrund des häufig niedrigeren Wareneinsatzes grundsätzlich auch günstiger sein müssten, kann Gastronom:innen jedoch auch vor Herausforderungen stellen.

Um den wahrgenommenen Wert auf ein gleiches Niveau zu heben wie bei Fleischgerichten, erklärt Hermann, dass man beispielsweise mit einem Pilz mehr machen muss, als ihn einfach anzubraten, man müsse das Produkt schon bearbeiten (Hermann, 2025). Hallmann beschreibt, dass vegan zu arbeiten diese Thematik noch verstärkt. „[...] das ist einfach total schwer auf dem Level vegan zu arbeiten.“ (Hallmann, 2025) Durch den gesteigerten Arbeitsaufwand, den Hallmann beschreibt, rechtfertigt sich auch der gehobene Preis. „[...] weil Erbsen und Bohnen sind halt einfach wesentlich billiger wie jetzt ein Kaviar, ein Hamachi oder eine Garnele [...]“ (Hallmann, 2025)

Der Preis vegetarischer Menüs erfordert auch eine Balance zwischen Wirtschaftlichkeit und Kundenakzeptanz. In Zusammenhang mit der Spitzengastronomie beschreibt Marlon Hallmann hier die Herausforderung des Preis-Leistungs-Verhältnisses. (Hallmann, 2025)

Der Preis muss auch mit der Erwartungshaltung und dem Sättigungsgefühl der Gäste übereinstimmen. Gerade am Anfang waren die Portionsgrößen, unter anderem als Folge des Sharing-Konzepts, eine Herausforderung des Küchenteams im Blum, weil „[...] Gemüse und Spitzkohl dich weniger satt macht als ein Steak [...] und kürzer wahrscheinlich.“ (Wawerla, 2025)

Die transparente Kommunikation bei den Portionsgrößen und über die zu erwartende Sättigung sind demnach relevante Strategien bei der Steigerung der Gästezufriedenheit.

3.5.6 Demographische Aspekte und Gästeerwartungen

Eine weitere Erkenntnis aus den Interviews ist die demographische Varianz in der Nachfrage und Akzeptanz vegetarischer Gerichte, vor allem im Haubenlokal Oniriq. „[...] das ältere Publikum, die sind eher noch auf der Fisch- und Fleisch Seite und die junge Generation, die ist schon mehr offen für das Vegetarische [...]“ (Hermann, 2025)

Restaurantleiter Marlon Hallmann bestätigt diese Beobachtung und beschreibt diesbezüglich teilweise schwierige Erwartungshaltungen. „[...] Gäste, die [...] älter sind, die kommen dann rein. Ich lege ja dann immer beide Menüs hin und erklär das auch und oft hörst du dann so: ‚Nein, nein, das Vegetarische kannst du gleich wieder mitnehmen.‘ [...] Also da merkst du dann sofort, da ist gar nicht diese Offenheit da.“ (Hallmann, 2025) Diese anfängliche Skepsis zu überwinden, ist eine der Herausforderungen und erfordert gezielte Kommunikationsstrategien.

Die demographischen Beobachtungen werden durch Erfahrungen im Restaurant Blum noch gestützt, wobei hier das Alter der Gäste durchmischer ist, so der Restaurantleiter Christian Melchior. „Größtenteils weiblich aber sehr gemischt, also der Durchschnitt ist ab 18 bis Mitte 40.“ (Melchior, 2025)

3.6 Wissensvermittlung als Ansatz zur Steigerung von pflanzlicher Ernährung in der Gesellschaft

Die Vermittlung fundierten Wissens über pflanzenorientierte Ernährungsformen ist ein relevanter Ansatz, um den gesellschaftlichen Wandel zu einer stärker pflanzenbasierten Ernährung zu fördern. Eine systematische Wissensvermittlung kann helfen, beharrliche Fehlvorstellungen zu beseitigen, zu korrigieren und dabei noch eine evidenzbasierte Entscheidungsgrundlage zu schaffen. Dieser Ansatz kann jedoch nicht die einzige Strategie darstellen, wie in Kapitel 3.6.5. ausgeführt wird.

2023 lebten etwa 5% der österreichischen Bevölkerung vegetarisch und ähnlich viele vegan (Vegane Gesellschaft Österreich, 2024). Dabei lässt sich ein höherer Anteil bei weiblichen Personen und eine Häufung bei jungen Erwachsenen und höher Gebildeten feststellen (ProVeg International, 2023).

3.6.1 Individuelle Vorteile einer pflanzenbetonen Ernährung

Vegetarisch lebende Menschen weisen ein signifikant geringeres Risiko für zahlreiche Zivilisationskrankheiten auf. Die Risikoreduktion von bis zu 24% für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist bei einer vegetarischen Ernährung besonders hervorzuheben (BZfE, 2017). Zudem profitieren Vegetarier:innen und Veganer:innen von niedrigeren Cholesterinwerten, günstigeren Blutzuckerwerten und im Durchschnitt von einem geringeren BMI (Dikarlo, o.J.). Interventionsstudien zeigen außerdem, dass sich eine bewusst zusammengestellte vegetarische Nahrung positiv auf die Körpergewichtsentwicklung auswirken kann, eine Metaanalyse errechnete ein mittleres Gewichtsminus von 3,4 Kilogramm (BZfE, 2017).

Eine differenzierte Wissensvermittlung in Bezug auf die Nährstoffversorgung ist notwendig, um einen langfristigen Ernährungswandel zu unterstützen. Dabei sollte jedoch das verbreitete Missverständnis, eine pflanzliche Ernährung führe zwangsläufig zu Nährstoffmangel, beseitigt werden. Eine durchdachte vegane Ernährung kann alle essenziellen Nährstoffe, bis auf das Vitamin B12 und eventuell Vitamin D, in ausreichenden Mengen bereitstellen und liefert zusätzlich höhere Anteile gesundheitsfördernder Stoffe wie Ballaststoffe und ungesättigte Fettsäuren.

Die Nährstoffe, welche mit pflanzlicher Kost schwierig abzudecken sind, können Vegetarier:innen mit Eiern und Milchprodukten zu sich nehmen. Nahrungsergänzungsmitteln können Veganer:innen darin unterstützen sich mit allen wichtigen Nährstoffen ausreichend zu versorgen (Vegane Gesellschaft Österreich, 2015).

3.6.2 Gesellschaftliche Dimensionen der Ernährung des Einzelnen

Die Wissensvermittlung sollte neben individuellen Gesundheitsvorteilen auch die ökologischen und sozialen Aspekte pflanzlicher Ernährung umfassen. Verbraucher:innen müssen verstehen, dass ihre Ernährungsentscheidungen weitreichende Konsequenzen haben.

Wie bereits in Kapitel 3.2 ausgeführt, reduziert eine vegetarische Ernährungsweise Treibhausgasemissionen um bis zu 48% und verringert den Flächenverbrauch um etwa 50% im Vergleich zur durchschnittlichen Ernährung in Österreich. (Kotrba, 2022)

Besonders wichtig ist der Aspekt, dass eine pflanzenbetonte Ernährung zu einer gerechteren globalen Ressourcenverteilung beiträgt. Da Tiere mehr Nahrungsenergie aufnehmen, als sie abgeben können, geht mit tierischen Lebensmitteln eine immense Verschwendung dieser einher. Eine omnivore Ernährung und die damit einhergehende Ineffizienz trägt zur Verschärfung der weltweiten Ungleichverteilung von Lebensmitteln bei, unter anderem deswegen, weil Futter für Vieh in Europa zum Großteil nicht in Europa angebaut wird (swissveg, 2023).

3.6.3 Soziale Kräfte in der Wissensvermittlung

Soziale Dynamiken haben einen erheblichen Einfluss auf die Essgewohnheiten, wenn also beispielsweise Familienmitglieder vegetarisch leben, erhöht dies die Wahrscheinlichkeit, dass Andere nachziehen. Dieser „Ansteckungseffekt“ sollte nicht unterschätzt und bei Bildungsmaßnahmen berücksichtigt werden (Animal Equality Germany, 2019). Obwohl sich die Mehrheit der Vegetarier:innen gut sozial integriert und auch unterstützt fühlt, darf die Befürchtung vor sozialer Isolation als Hindernis zur Ernährungsumstellung dennoch nicht übersehen werden (Gebauer, 2016).

Soziale Medien und andere digitale Kommunikationswege bieten eine vielversprechende Möglichkeit, zielgruppengerecht zu informieren und bei der praktischen Umsetzung einer Ernährungsumstellung zu unterstützen (Freitag-Ziegler, 2023). Gleichzeitig zeigt sich jedoch auch eine sehr hohe Effektivität persönlicher Beratungsgespräche und individueller Unterstützung bei der Beseitigung von Wissensdefiziten und Planung der pflanzenbetonten Ernährung (Dieg, 2025).

3.6.4 Überwindung von Wissensbarrieren

Ein relevantes Hindernis für eine Verbreitung pflanzenbetonter Ernährungsformen in der Gesellschaft ist die Vielzahl an Fehlinformationen und falschen Vorstellungen rund um das Thema. Obwohl pflanzliche Eiweißquellen wie Hülsenfrüchte und Nüsse bei richtiger Kombination eine vollwertige Versorgung gewährleisten können, ist die Sorge um die ausreichende Proteinversorgung in pflanzenbetonten Ernährungsweisen weit verbreitet (WWF, 2023).

Wissenslücken müssen geschlossen werden, jedoch ohne unrealistische Erwartungen zu schaffen. Eine ausgewogene und gesunde vegetarische Ernährung erfordert eine bewussteren Planung, sie kann dann aber, entsprechendes Wissen vorausgesetzt, auch deutlich gesünder sein als eine omnivore Ernährung (Dikarlo, o.J.).

Eine Förderung der schrittweisen Änderung bestehender Einstellungen stellt einen effektiven Anknüpfungspunkt für die Informationsverbreitung dar. Der zunehmend starke Trend zum Flexitarismus wirkt dahingehend vielversprechend, weil dieser einen niedrighwelligen Einstieg in eine pflanzenorientierte Ernährungsweise bietet. Die Bereitschaft zur Ernährungsumstellung kann, durch detaillierte Informationen bezüglich der Vorteile einer fleischlosen oder -reduzierten Nahrung, signifikant erhöht werden (Mensink, Barbosa, & Brettschneider, 2016).

3.6.5 Relativierung der Effektivität von Wissensvermittlung

Man darf sich, wenn man begünstigen möchte, dass Menschen sich mehr pflanzenbetont ernähren, nicht nur auf Wissensvermittlung als Strategie fokussieren. Wie das Phänomen der Intention-Action-Gap belegt, gibt es eine Diskrepanz zwischen gedachtem und artikuliertem Interesse oder Bereitschaft die Ernährung umzustellen und tatsächlichem Wandel in der Ernährung (Pilat & Krastev, o.J.).

Gäste sind durch Anreize, wie Geschmack und Textur, oder auch unterbewusste Entscheidungsanstöße, wie die höhere Platzierung vegetarischer Gerichte in der Karte, viel eher bereit, diese auch zu wählen (Koster, 2009). Hier müssen Gastronom:innen vor allem ansetzen, die Wissensvermittlung ist als zweitgereichte Strategie zu sehen.

3.7 Zukunftsperspektiven für die vegetarische Gastronomie in Tirol

Die Zukunft vegetarischer Gastronomie in Tirol wird von verschiedenen Trends geprägt sein und sowohl Chancen als auch Herausforderungen liefern. Die Experteninterviews geben interessante Einblicke in mögliche Entwicklungsrichtungen.

3.7.1 Trends und Entwicklungen in der gehobenen Gastronomie

Eine Entwicklung, welche die Offenheit für innovative Konzepte in der Spitzengastronomie, wie pflanzliche Angebote, begünstigen könnte, sei der Trend zu einem entspannteren Ambiente, beschreibt Hallmann. „Ich glaube was wichtig ist, dass generell so ein bisschen Umdenken stattfindet, was Fine-Dining heißt. Die Leute haben keine Lust mehr auf dieses Steife.“ (Hallmann, 2025)

In Bezug auf rein vegane Restaurants in der Spitzengastronomie sieht Hallmann auch internationale Vorreiter. „Es gibt jetzt [...] das erste drei Sterne Restaurant in Amerika, das rein vegan kocht [...]. Das gab es halt auch noch nie [...] das sind dann schon so Meilensteine in der Gastronomie [...]“ (Hallmann, 2025) Durch dieses Vorbild könnte auch hier in Tirol die Akzeptanz pflanzlicher, gehobener Gastronomieangebote steigen.

Hermann sieht in regionalen Haubenlokalen noch keine erkennbaren Trends Richtung Vegetarismus. „[...] ich gehe auch viel essen, auch viel Sterne-Essen und so weiter und gehobene Restaurants und ich kann den Trend nicht wirklich erkennen vom Angebot her.“ (Hermann, 2025) Diese unterschiedlichen Einschätzungen heben die Langsamkeit des regionalen Wandels im globalen Vergleich hervor.

3.7.2 Ausbildung und Nachwuchsförderung

Mit der im Juni 2025 kommenden vegetarisch-veganen Kochlehre setzt Österreich einen wichtigen Schritt im Bereich Ausbildung. Das Restaurant Blum zeigt sich grundsätzlich sehr offen gegenüber Lehrlingen. „Mir ist es wichtig, ich habe auch den Ausbilderschein, ich würde das auch gerne weitergeben das Handwerk. Gerade auch diese Perspektive auf die Gastronomie, du musst kein Fleischfresser sein um Koch zu werden [...]“ (Wawerla, 2025)

Diese Möglichkeit und auch Bereitschaft zur Ausbildung vegetarischer und veganer Köch:innen könnte langfristig zu einer Steigung des pflanzlichen gastronomischen Angebots führen. Die Weitergabe von spezifischen Techniken und Wissen könnte außerdem die Qualität nachhaltig verbessern.

3.7.3 Herausforderungen und Chancen

Marlon Hallmann beschreibt die generelle lokale Situation als Herausforderung für die Zukunft. „Innsbruck ist auch noch mal ein eigenes Thema, es ist viel schwieriger hier, weil es ja doch ein sehr kleines Städtchen ist. Es ist in vielen Dingen noch sehr weit hinten, gerade in der Gastronomie [...]“ (Hallmann, 2025) Diese Einschätzung wird durch Beobachtungen konservativen Essverhaltens in der regionalen Gastronomie untermauert. „Klar, du hörst immer wieder, dass sich alle beschweren, alle hätten mehr Lust auf coole Restaurants. Dann machst du was Cooles und die Leute wollen trotzdem ihr Schnitzel.“ (Hallmann, 2025)

Der Restaurantleiter nimmt jedoch den demographischen Wandel und Innsbruck als Studentenstadt als positiven Faktor und Chance wahr. „[...] ohne die Studenten wäre sowieso glaube ich gar nichts. Ich glaube die Studenten beleben das, weil die das annehmen [...]“ (Hallmann, 2025) Diese Offenheit jüngerer Generationen könnte langfristig einen starken Einfluss auf das gastronomische Angebot haben.

Die regionalen Zukunftsperspektiven erscheinen also ambivalent. Während demographische Entwicklungen sowie internationale Trends und Vorreiter für eine positive Entwicklung sprechen, so stellen regionale Essgewohnheiten und konservative Einstellungen und Erwartungshaltungen Schwierigkeiten dar. Diese Herausforderungen können durch herausragende Qualität und Innovation aber auch durch gezielte Kommunikation überwunden werden.

3.8 Schlussfolgerungen

Durch die verschiedenen primären Untersuchungen sowie sekundären Recherchen konnte in der gastronomischen Landschaft eine Analyse des vorhandenen vegetarischen Angebots und eine Abfrage der Akzeptanz bei Gästen vorgenommen werden. Es offenbarte sich ein Wechselspiel zwischen gastronomischer Innovation, gesellschaftlicher Entwicklung und lokaler Besonderheiten. Diese Arbeit zeigt deutlich, dass die vegetarische Küche in Innsbruck zwar zunehmend an Bedeutung gewinnt, jedoch noch immenses Potential aufweist.

Eine der zentralen Erkenntnisse ist die Abweichung zwischen artikuliertem Interesse an Neuem und innovativem Angebot und dem tatsächlichen Konsumverhalten. Dieses Phänomen, welches als Attitude-Behaviour-Gap oder auch Intention-Action-Gap bezeichnet wird, tritt oft in Zusammenhang mit nachhaltigem Verhalten auf (Pilat & Krastev, o.J.). Diese Inkonsistenz, die in Kapitel 3.3.8 und 3.6.5 weiter ausgeführt wird, stellt Gastronom:innen vor verschiedene Herausforderungen, sowohl in der Konzeptentwicklung, im operativen Geschäft als auch in der wirtschaftlichen Tragfähigkeit.

Die Experteninterviews verdeutlichen, wie wichtig die Qualität der Speisen für die Akzeptanz und Offenheit bei Gästen ist. Die aufwendigen Zubereitungsmethoden sind hervorzuheben, diese sollen den Preis rechtfertigen aber vor allem komplexe Geschmacksprofile und Texturen erzeugen. Es zeigt sich auch aus der Umfrage, dass Geschmack und kulinarisches Erlebnis andere Entscheidungsfaktoren, wie ethnische, gesundheitliche oder ökologische, übertrumpfen.

In der strategischen Ausrichtung zeigt sich ein besonders wichtiger Fokus auf Regionalität, sowohl von dem Anspruch der Gastronom:innen als auch von den Erwartungen der Gäste her. Das untermauern sowohl die Interviews als auch die Umfrage.

Anzumerken ist auch, dass Wissensvermittlung allein nicht reicht, um eine Ernährungsumstellung in der Gesellschaft zu begünstigen, dafür müssen Angebote nicht nur geschaffen, sondern mit kommunikativen Mitteln angepriesen und vor allem einfach zugänglich gemacht werden.

Die Zukunft pflanzlicher Angebote in der Innsbrucker Gastronomie wird maßgeblich von der Verbindung zwischen kulinarischer Innovation und regionaler Authentizität abhängen. Die identifizierten Herausforderungen, von Essgewohnheiten bis zu preislichen Erwartungshaltungen, fordern die Kreativität der Gastronom:innen, diesen entgegenzutreten. Der demographische Wandel, wie auch ein zunehmendes Umweltbewusstsein sowie internationale Trends, wie der Megatrend Gesundheit, sind jedoch vielversprechende Aspekte, welche eine positive Entwicklung befürworten.

4 Zusammenfassung

Die Diplomarbeit analysiert die Entwicklung des Fleischkonsums in Tirol, seine historischen Hintergründe sowie die aktuellen und zukünftigen Trends einer vegetarischen Ernährung. Ziel ist es, ein Verständnis für den Wandel der Ernährungsgewohnheiten zu schaffen und mögliche nachhaltige Alternativen vorzustellen.

Die Tiroler Küche war traditionell stark von saisonalen und regionalen Gegebenheiten geprägt. Während die Hofküche aus Norditalien und Frankreich beeinflusst war, basierte die Bauernküche vorwiegend auf Milchprodukten, Getreide und haltbaren Lebensmitteln. Der Fleischkonsum war früher begrenzt, da Fleisch als Luxusgut galt. Erst mit der Industrialisierung und dem Wirtschaftswunder nach dem Zweiten Weltkrieg wurde Fleisch zum zentralen Bestandteil der Ernährung.

Kriegszeiten bedeuteten eine starke Einschränkung der Lebensmittelversorgung. Besonders im Ersten und Zweiten Weltkrieg waren Rationierungen und Alternativprodukte notwendig. Nach dem Krieg wurde Fleisch aufgrund seiner Knappheit wertgeschätzt, aber die steigende Produktion und die Mechanisierung der Landwirtschaft führten zu einem Überangebot, das den Fleischkonsum erheblich steigerte.

Der Aufstieg des Tourismus seit den 1950er Jahren brachte eine starke Nachfrage nach traditioneller Tiroler Küche mit sich, wobei Fleischgerichte zum Aushängeschild wurden. Gleichzeitig ermöglichte die Globalisierung den Import günstigerer Fleischprodukte, was heimische Produzenten unter Druck setzte.

Heute liegt der Fleischkonsum in Österreich weit über den gesundheitlichen Empfehlungen. Die Produktion tierischer Lebensmittel verursacht hohe Treibhausgasemissionen und verbraucht immense Ressourcen. Kritik an der Massentierhaltung und die wachsende Bewegung hin zu nachhaltigen Ernährungsformen haben in den letzten Jahren zu einem Umdenken geführt. Traditionelle vegetarische Gerichte wie Käsespätzle, Spinatknödel oder Tiroler Gerstensuppe zeigen, dass fleischlose Speisen tief in der Tiroler Kultur verwurzelt sind. Alte Zubereitungstechniken wie Fermentieren und die Nutzung vergessener Zutaten bieten eine Grundlage für kreative vegetarische Gerichte.

Eine durchgeführte Umfrage zeigte, dass die Nachfrage nach vegetarischen Gerichten in Innsbruck stetig steigt. Konsument:innen legen Wert auf Geschmack, Preis-Leistungsverhältnis und Nachhaltigkeit. Die Gastronomie kann durch ansprechende Menübeschreibungen, innovative Rezepturen und die Verwendung regionaler Produkte die Attraktivität pflanzenbasierter Gerichte steigern.

Die Tiroler Küche steht vor einer Transformation. Vegetarische und vegane Optionen werden zunehmend gesellschaftsfähig, während technologische Entwicklungen wie kultiviertes Fleisch neue Möglichkeiten bieten. Gleichzeitig rücken regionale und nachhaltige Produkte stärker in den Fokus. Die Fusionsküche bietet zudem die Chance, traditionelle Tiroler Gerichte mit internationalen Einflüssen zu kombinieren.

Durch verschiedene historische Ereignisse war die regionale kulinarische Identität stets im Wandel und musste sich anpassen. Die aktuelle Entwicklung hin zu einer nachhaltigeren Ernährung ist eine Rückbesinnung auf frühere Traditionen und zugleich eine Antwort auf moderne Herausforderungen. Durch den Mix aus traditionellen Rezepten sowie innovativen, kreativen und vegetarischen Konzepten kann die Tiroler Küche weiterhin ihre Identität bewahren und gleichzeitig zukunftsfähig werden, womit die Wirtschaftlichkeit gewährt wird.

5 Reflexion der gesamten Arbeit

Die Arbeit hat eine umfassende Möglichkeit, das Spannungsverhältnis zwischen Tiroler Ernährungsgewohnheiten und modernen Trends zu analysieren. Die Recherche zeigte, dass die Tiroler Küche stark von verschiedensten Fleischgerichten geprägt ist, jedoch schon lange einige traditionell vegetarische Gerichte existieren. Außerdem ist deutlich hervorgegangen, dass der Fortschritt hin zu einer pflanzenbasierten Ernährung in Tirol schleppend verläuft.

Die methodische Herangehensweise, vor allem die Kombination aus Literatur- und Onlinerecherche, Befragungen von Expert:innen und quantitativer Umfragen, erwies sich als zielführend und geeignet. Die Gespräche mit den Gastronom:innen gaben einerseits Einblicke in die gegenwärtigen Schwierigkeiten aber auch Chancen pflanzenorientierter Angebote in Tiroler Gastronomien, andererseits ließen sich Hindernisse bei der Umsetzung feststellen.

Die Struktur dieser Diplomarbeit erwies sich inhaltlich als sinnvoll, weil sie sowohl historische Entwicklungen als auch aktuell relevante Trends sowie Verbesserungsvorschläge beinhaltet. Dadurch wurde verdeutlicht, dass eine Umstellung oder Anpassung durchaus möglich ist, aber eine verstärkte Sensibilisierung sowohl auf Konsument:innen- als auch Gastronomieebene erforderlich wäre.

Die Untersuchung der Nachfrage nach vegetarischen Gerichten zeigte, dass es zwar ein wachsendes Interesse gibt, jedoch die Umsetzung in der Gastronomie oft hinterherhinkt. Vor allem kleinere Betriebe tun sich schwer, vegetarische Alternativen wirtschaftlich sinnvoll und geschmacklich ansprechend in ihr Angebot zu integrieren. Hier können gezielte Konzepte und Schulungen Abhilfe schaffen.

Mögliche Verbesserungen der Arbeit hätten eine noch detailliertere Marktanalyse sowie weitere Fallstudien sein können. Auch eine noch größere Anzahl an Befragten hätte die Aussagen zur Nachfrageentwicklung noch präziser untermauern können. Nichtsdestotrotz schafft diese Arbeit eine Grundlage für mögliche weitergehende Auseinandersetzungen mit dem Thema Vegetarismus und zeigt Gastronom:innen konkrete Möglichkeiten zur Erweiterung des vegetarischen Angebots in der Tiroler auf.

6 Ergebnis des Arbeitsprozesses

Als Ergebnis dieser Arbeit entstand ein einmaliges Kochbuch, welches sich der vegetarischen Seite Tirols Küche widmet. Es vereint klassische, oftmals in Vergessenheit geratene Speisen mit kreativen Neuinterpretationen und modernen Kompositionen. Die Sammlung umfasst eine breite Palette an Rezepten – von herzhaften Klassikern, die bereits historisch vegetarisch waren, über abgewandelte Varianten ehemals fleischlastiger Speisen bis hin zu völlig neuen Kreationen, die sich an den regionalen Zutaten und der Tiroler Kochtradition orientieren.

Besonderen Wert legt das Kochbuch auf Regionalität und Saisonalität, sodass Leserinnen und Leser nicht nur köstliche vegetarische Gerichte entdecken, sondern auch ein Gespür für nachhaltiges Kochen entwickeln können. Neben den Rezepten enthält das Buch zahlreiche Tipps & Tricks für die vegetarische Küche: Es vermittelt Wissenswertes zu pflanzlichen Alternativen, gibt Hinweise zur optimalen Zubereitung und Lagerung von Lebensmitteln und zeigt auf, wie sich Reste kreativ verwerten lassen.

Dieses Kochbuch soll aber auch mit kleinen Denkanstößen und Inspirationen zum bewussteren Umgang mit Lebensmitteln anregen. Verschiedene Aspekte einer nachhaltigeren Ernährung werden beleuchtet, es wird zum Wandel in Richtung dieser eingeladen, alte Gewohnheiten zu hinterfragen, neue Geschmackserlebnisse zu entdecken und eine gesunde, umweltfreundliche Esskultur zu fördern.

Das Buch ist somit mehr als eine einfache Rezeptsammlung. Dieses soll aber nicht nur Inspiration und Einblicke in eine bisher wenig beachtete kulinarische Seite Tirols bringen, sondern könnte sich auch für viele Köchinnen und Köche als interessante Quelle zur Wissenserweiterung erweisen.

Quellenverzeichnis

- 2000, U. G. (2017). *Fleischkonsum Österreich*. Abgerufen am 02. März 2025 von <https://www.global2000.at/fleischkonsum-oesterreich>
- Altenburger, A. (24. Feber 2002). *Verpflegung des Soldaten*. Abgerufen am 10. August 2024 von www.lexikon-der-wehrmacht.de
- Andruszków, K. (24. 09 2024). *Wie macht man Menu Engineering?* Von BOWWE : <https://bowwe.com/de/blog/menu-engineering> [04.03.2025] abgerufen
- Animal Equality Germany. (23. 12 2019). *Sozialstudie: Vegan leben ist ansteckend* Von Animal Equality Germany: <https://animalequality.de/blog/sozialstudie-vegan-leben-ist-ansteckend/> [04.03.2025] abgerufen
- Arts & Culture*. (2024). Abgerufen am 10. August 2024 von Ernährung im Ersten Weltkrieg: www.artsandculture.google.com
- Atterbury, H. (17. November 2015). *Die kulturelle Geschichte der österreichischen Küche*. Abgerufen am 10. August 2024 von Kristallspaces: www.immobilienintirool.de
- Attwood, S. u.a. (2020). *Playbook for Guiding Diners Toward Plant-Rich Dishes in Food Service*. WRI.
- Baues, F. (2022). *Ist Veganismus nur ein Trend?* Abgerufen am 02. März 2025 von <https://www.studysmarter.de/magazine/veganismus-trend-europa-worldwide-fakten/>
- Berger, J., & Abele, H. (2011). *Der Brockhaus Ernährung : gesund essen, bewußt leben*. Gütersloh: Brockhaus.
- Berghofer, E., Schönlechner, R., & Schmidt, J. (2016). *Trends in der Lebensmittelherstellung und Lebensmittelversorgung*. Wien: Bundesministerium für Gesundheit.
- Blickle, F. (2018). *Tiroler Spezialitäten: Die besondere Tiroler Küche*. Abgerufen am 10. August 2024 von www.tirol.ch

- BZfE. (11. 12 2017). *Gesünder mit vegetarischer Ernährung!? – Fakten und Fiktionen*. Von Bundeszentrum für Ernährung :
<https://www.bzfe.de/ernaehrung-im-fokus/unsere-highlights/gesuender-mit-vegetarischer-ernaehrung-fakten-und-fiktionen/> [03.03.2025] abgerufen
- Ciapponi, D. (23. 11 2023). *Warum ist Storytelling die zukünftige Hospitality-Kompetenz?* Von Hospitality Insights EHL:
<https://hospitalityinsights.ehl.edu/de/storytelling-hospitality-kompetenz-zukunft> [02.03.2025] abgerufen
- Culture, M. o. (2021). *Ernährung der Soldaten im Kampfeinsatz*. Abgerufen am 10. August 2024 von www.archeologie.culture.gouv.fr
- Deter, A. (24. 03 2015). *Wasserverbrauch von Kartoffeln beträgt 135 l/kg*. Von top agrar: <https://www.topagrar.com/acker/news/wasserverbrauch-von-kartoffeln-betraegt-135-l-kg-9863419.html> [03.03.2025] abgerufen
- Dieg, S. (25. 02 2025). *Sicherheit, Unterstützung und Motivation für deine Ernährungsumstellung auf vegan*. Von plantwise:
<https://www.plantwise.de/vegane-ernaehrungsberatung> [03.03.2025] abgerufen
- Dikarlo, P. (o.J.). *Vegetarier*innen: Vorteile und Nachteile*. Von Biomes:
<https://biomes.world/de/wissenswertes/ernaehrung/vegetarisch/vegetarisch-pro-und-contra/> [03.03.2025] abgerufen
- Elmadfa, I., & Leitzmann, C. (2023). *Ernährung des Menschen*. Stuttgart: utb GmbH.
- FAFGA. (05. 02 2025). Von Erlebnisgastronomie: Innovative Konzepte & immersive Erlebnisse: <https://www.fafga.at/de/news/erlebnisgastronomie> [02.03.2025] abgerufen
- Fluck, U., & Groll, N. (22. März 2023). *Alles über Vegetarismus*. Abgerufen am 02. März 2025 von <https://www.bad-reichenhaller.de/de/selenblog/vegetarismus.html#:~:text=Vegetarismus%20liegt%20im%20Trend%3A%202021,oder%20Fisch%20keine%20Rolle%20mehr>

- Flückiger, S. (01. Mai 2020). *Der Zweite Weltkrieg beeinflusst unsere Essgewohnheiten bis heute*. Abgerufen am 10. August 2024 von www.srf.ch
- Fooddesign Mitterbauer. (o.J.). Von Restaurant Oniriq: <https://www.oniriq.at/menü> [05.03.2025] abgerufen
- Freitag-Ziegler, G. (11. 01 2023). *Digitale Kommunikation zu Ernährung und Lebensmitteln*. Von Bundeszentrum für Ernährung: <https://www.bzfe.de/ernaehrung/ernaehrungskommunikation/erfolgreich-kommunizieren/digitale-kommunikation-zu-ernaehrung-und-lebensmitteln/> [04.03.2025] abgerufen
- Gastro Academy. (o. J.). Von Was ist Storytelling?: <https://www.gastro-academy.com/wachsen/online-marketing/storytelling/> [02.03.2025] abgerufen
- Gebauer, G. F. (11. 09 2016). *Veganer sind meistens sozial gut integriert*. Von vegan.eu: <https://www.vegan.eu/vegan-sozial/> [04.03.2025] abgerufen
- Greenpeace. (17. 11 2021). *Wie man mit seiner Ernährung das Klima schützen kann*. Von Greenpeace: <https://greenpeace.at/news/blog-klimaschutz-und-ernaehrung/> [04.03.2025] abgerufen
- Gruber, M. (28. September 2024). Schwierigkeiten bei der Gestaltung vegetarische Gerichte und Speisekarten. (S. Klotz, Interviewer)
- Hallmann, M. (21. 01 2025). Zwischen Tradition und Innovation: Vegetarische Spitzengastronomie in Innsbruck. (E. Paul, Interviewer)
- Haslinger, J. (2023). *Fleischkonsum - Unser großer Hunger*. Abgerufen am 02. März 2025 von www.wwf.at
- Hermann, U. (21. 01 2025). Zwischen Tradition und Innovation: Vegetarische Spitzengastronomie in Innsbruck. (P. Erler, Interviewer)
- Hirsch, P. (18. Januar 2014). *Essen in Zeiten des Ersten Weltkriegs*. Abgerufen am 09. August 2024 von ÖÖ Nachrichten: www.nachrichten.at

- Innsbruck, U. (17. Mai 2022). *Tourismus trifft Landwirtschaft*. Abgerufen am 02. März 2025 von <https://www.uibk.ac.at/de/newsroom/2022/tourismus-trifft-landwirtschaft/>
- Josua, B. E. (2020). *Der erste Weltkrieg - 1914 bis 1918*. Abgerufen am 10. August 2024 von www.hanisauland.de
- Kirk-Mechtel, M. (02. Februar 2022). *Die Zukunft is(s)t vegan und pflanzenbasiert*. Abgerufen am 02. März 2025 von <https://www.bzfe.de/service/news/aktuelle-meldungen/news-archiv/meldungen-2022/februar/die-zukunft-isst-vegan-und-pflanzenbasiert/>
- Klotz, S. (20. Dezember 2024). Bekanntheit alter Tiroler vegetarischer Gerichte. Internet.
- Kollmann-Oberwegeser, S. (20. Oktober 2020). *Lebensmittel in der Nachkriegszeit*. Abgerufen am 10. August 2024 von www.rankweil.at
- Kostenzer, D. . (1985). *Tiroler Küche*. Innsbruck - Wien: Tyrolia Verlag.
- Koster, E. (2009). *Diversity in the determinants of food choice: A psychological perspective*. Oxford: Elsevier Ltd.
- Kotrba, D. (28. 10 2022). *Ganz Österreich isst vegan: Was das für das Klima bringen würde* . Von Futurezone: <https://futurezone.at/science/ernaehrung-reduktion-fleisch-auswirkung-oesterreich-klima-emissionen-tierhaltung/402197667> [03.03.2025] abgerufen
- Leinenlos. (19. 02 2025). Von Erlebnisgastronomie und multisensorische Erfahrungen – Ein Blick in die Zukunft des Genusses: <https://www.leinenlos-blog.de/erlebnisgastronomie-und-multisensorische-erfahrungen-ein-blick-in-die-zukunft-des-genusses/> [02.03.2025] abgerufen
- Leitzmann, C., & Keller, M. (2020). *Vegetarische und vegane Ernährung*. Stuttgart: utb GmbH.
- Leitzmann, Claus u.a. (2018). *Veganismus: Grundlagen, Vorteile, Risiken*. München: C.H.Beck.

- Marecek, S. (27. März 2024). *Sieben Vegane Food-Trends für 2024*. Abgerufen am 02. März 2025 von <https://www.falstaff.com/at/news/sieben-vegane-food-trends-fuer-2024>
- Melchior, C. (22. 01 2025). Gemüse im Rampenlicht: Ein neues Konzept für vegetarische Küche in Tirol. (P. erler, Interviewer)
- Mensink, G., Barbosa, C., & Brettschneider, A.-K. (2016). *Verbreitung der vegetarischen Ernährungsweise in Deutschland*. Robert Koch-Institut, Berlin.
- Nuding, J. (27. September 2024). Kreieren von Speisen und dessen Abwandlungen zum Vegetarischen. (S. Klotz, Interviewer)
- Oswalder, G. (Januar 2020). *Vegetarier und Veganer als Zielgruppe für Handel und Gastronomie*. Abgerufen am 10. August 2024 von Studien: www.marktmeinungmensch.at
- Perwanger, H. (1986). *Südtiroler Leibgerichte*. Bozen: Verlagsanstalt Athesia.
- PETA. (15. 02 2023). *Wasserverbrauch für Fleisch: Wie hoch ist er wirklich?* Von PETA: <https://www.peta.de/themen/wasserverbrauch-fleisch/> [03.03.2025] abgerufen
- Pfaundler, W. (1981). *Fasnacht in Tirol - Telfer Schleicherlaufen*. Österreich: Perlinger.
- Pilat, D., & Krastev, S. (o.J.). *Intention-Action Gap*. Von The Decision Lab: <https://thedeclaration.com/reference-guide/psychology/intention-action-gap#> [04.03.2025] abgerufen
- Plaikner, A., & Haid, M. (02. Februar 2022). *Gasthäusersterben in Tirol*. Abgerufen am 02. März 2025 von <https://tourismusforschung.online/2022/02/02/gasthaussterben-in-tirol-eine-evaluierung-der-hintergruende-und-herausforderungen/>
- ProVeg International. (2023). *Evolving appetites: an in-depth look at European attitudes towards plant-based eating*.

Reinthal, D. u.a. (o.J.). *Tiroler Gemüse*. Von BML:

<https://info.bml.gv.at/themen/lebensmittel/trad-lebensmittel/feldfruechte/tiroler-gemuese.html> [03.03.2025] abgerufen

Reisinger, G. (2020). *Festtagstraditionen in der Bauernhofküche*. Abgerufen am 10. August 2024 von www.urlaubambauernhof.at

Rümmele, T. (18. 12 2023). Von Was Vegetarier Wollen: <https://www.was-vegetarier-wollen.at/mehr-umsatz-vegetarisch/> [02.03.2025] abgerufen

Sackmann, K. (2015). *Waldläufer Wissen 3 - Essbare Wildpflanzen und Wildfrüchte*. Norderstedt: Jessica Sackmann.

Schatzler, M. (27. 06 2024). *Pflanzenbetonte Ernährungsweisen als Win-Win-Situation für Klima, Flächenverbrauch und Tierwohl*. Von Vegane Gesellschaft Österreich: <https://www.vegan.at/ernaehrung-fuer-klima-flaechenverbrauch-und-tierwohl> [04.03.2025] abgerufen

Scriba, A. (13. Mai 2015). *Der Zweite Weltkrieg*. Abgerufen am 10. August 2024 von Alltagsleben: www.dhm.de

Stadler, M., Wakolbinger, F., & Haigner, S. (2016). *Bedeutung des Tourismus für Tirol*. Innsbruck: Gesellschaft für Angewandte Wirtschaftsforschung KG.

Steininger, M. (2010). *Die Industrialisierung der Landwirtschaft*. Graz: Mark Steininger.

StudySmarter. (o.J.). *Preispolitik Gastronomie*. Von StudySmarter:

<https://www.studysmarter.de/ausbildung/ausbildung-in-gastronomie-und-tourismus/gastgewerbe-ausbildung/preispolitik-gastronomie/> [04.03.2025] abgerufen

swissveg. (17. 05 2023). *Was hat Veganismus mit sozialer Gerechtigkeit zu tun?* Von swissveg: <https://www.swissveg.ch/veganismus-soziale-gerechtigkeit?language=de> [04.03.2025] abgerufen

Tappeser, B., Baier, A., Ebinger, F., & Jäger, M. (1999). *Globalisierung in der Speisekammer*. Freiburg: Öko-Institut e.V.

- Vegane Gesellschaft Österreich. (17. 06 2015). *Gesund leben - pflanzliche Ernährung macht's möglich*. Von Vegane Gesellschaft Österreich: <https://www.vegan.at/inhalt/gesund-leben-pflanzliche-ernaehrung-machts-moeglich> [03.03.2025] abgerufen
- Vegane Gesellschaft Österreich. (20. 02 2019). *Die 5 goldenen Regeln des veganen Marketings*. Von Vegane Gesellschaft Österreich: <https://www.vegan.at/inhalt/marketing> [02.03.2025] abgerufen
- Vegane Gesellschaft Österreich. (10. 09 2024). *Österreich als Spitzenreiter beim Anteil von vegan und fleischlos lebenden Menschen*. Von Vegane Gesellschaft Österreich: <https://www.vegan.at/zahlen> [04.03.2025] abgerufen
- Verdier, L., & Huwart, J.-Y. (2014). *Die Globalisierung der Wirtschaft*. OECD Publishing.
- Wagner, C. (2014). *Tiroler Küche*. Abgerufen am 10. August 2024 von www.ichkoche.at
- Wawerla, M. (22. 01 2025). Gemüse im Rampenlicht: Ein neues Konzept für vegetarische Küche in Tirol. (E. Paul, Interviewer)
- Weinlein, T. (27. Mai 2024). *Megatrend Ernährung*. Abgerufen am 02. März 2025 von [union-investment.de](https://www.union-investment.de): https://www.union-investment.de/blog/megatrend_ernaehrung
- Weißt du, wo dein Essen wohnt?* (o.J.). Von Stadt Wien: <https://www.wien.gv.at/spezial/klimatour/ernaehrung/weisst-du-wo-dein-essen-wohnt/> [04.03.2025] abgerufen
- Welser, P. (1543/44). *Kochbuch*. Tirol: Phillipine Welser.
- Weltbild. (2006). *Tiroler Küche*. Augsburg: Komet Verlag.
- Willersdorfer, T. (2013). *Der Fleischverbrauch in Österreich von 1950-2010*. Wien: Alpen-Adria Universität.

Wolbart, N. (2019). *Treibhausgasemissionen österreichischer Ernährungsweisen im Vergleich. Reduktionspotentiale vegetarischer Optionen*. BOKU, Wien.

WWF. (20. 03 2023). *Vegane Ernährung: Ich ess' Blumen?! Vegan kochen, backen und einkaufen*. Von WWF: <https://www.wwf.de/aktiv-werden/tipps-fuer-den-alltag/tipps-fuer-ernaehrung-und-einkauf/vegane-ernaehrung> [03.03.2025] abgerufen

WWF. (o.J.). *Ernährung und Klimaschutz - Wie wir mit unserer Ernährung unseren Planeten retten können*. Von WWF: <https://www.wwf.at/nachhaltig-leben/ernaehrung-und-klimaschutz/> [04.03.2025] abgerufen

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 - Bekanntheit von Schwarzplentenknödel in Tirol (Klotz, 2024)	29
Abbildung 2 – Befragung zur Bekanntheit von Tirtlen (Klotz, 2024) 	30
Abbildung 3 - Befragung zur Auswirkung auf die Kaufentscheidung von Pilzen (Klotz, 2024).....	33
Abbildung 4: Was ist Ihr Alter?	42
Abbildung 5: Wie ernähren Sie sich?	43
Abbildung 6: Wie häufig besuchen Sie gastronomische Einrichtungen in Innsbruck?	44
Abbildung 7: Wie bewerten Sie die Verfügbarkeit vegetarischer Optionen in der Innsbrucker Gastronomie?.....	44
Abbildung 8: Wie beurteilen Sie die durchschnittliche Qualität der vegetarischen Gerichte in Innsbrucker Restaurants im Vergleich zu fleischhaltigen Optionen? ..	45
Abbildung 9: Welche Faktoren beeinflussen Ihre Entscheidung für ein vegetarisches Gericht im Restaurant am stärksten?.....	45
Abbildung 10: Inwiefern stimmen Sie der folgenden Aussage zu "Die Beschreibung vegetarischer Gerichte auf Speisekarten beeinflusst meine Bestellentscheidung maßgeblich"?	46
Abbildung 11: Beispiel Menü: Restaurant Oniriq (Fooddesign Mitterbauer, o.J.) ..	46
Abbildung 12: Wie wichtig ist Ihnen die Verwendung regionaler Produkte bei vegetarischen Gerichten?	47
Abbildung 13: Welche der folgenden vegetarischen Optionen auf Speisekarten würden Sie am ehesten bestellen?	47
Abbildung 14: Welche Maßnahmen würden Ihrer Meinung nach die Attraktivität vegetarischer Angebote in Innsbrucker Restaurants am effektivsten steigern?	48
Abbildung 15: Inwiefern stimmen Sie der folgenden Aussage zu "Gastronomische Betriebe in Innsbruck sollten ihr vegetarisches Angebot erweitern"?	48
Abbildung 16: Wie häufig wählen Sie in Innsbrucker Restaurants vegetarische Gerichte anstelle von fleischhaltigen Optionen?	49

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 - Rationierung der Soldaten im 2. Weltkrieg (Altenburger, 2002).....	16
Tabelle 2 - Rationierung in der Nachkriegszeit (Kollmann-Oberwegeser, 2020) ...	19

Anhang

Transkripte der Interviews

Kreieren von Speisen und dessen Abwandlungen zum Vegetarischen - Johannes Nuding

Anfrage

„Sehr geehrter Herr Nuding, im Zuge meiner Diplomarbeit zum Thema „Die Tiroler Küche – Im Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation durch die Ernährungsweise „Vegetarismus““, erstelle ich ein Konzept zum „Kreieren und Abwandeln von Speisen“ Wären Sie bereit ein Interview zu geben zu diesem Thema, da Sie durch Ihr Restaurant eine große Expertise haben, sind Sie der perfekte Partner. Ich freue mich auf Ihre Antwort und hoffe auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit. Mit freundlichen Grüßen Simon Klotz.“

Herzlich Willkommen. Danke dass Sie sich die Zeit genommen haben. Erste Frage. Merken Sie einen Anstieg an vegetarische Gäste, hier im Restaurant oder generell in Ihrer Laufbahn. Oder ist es eigentlich konstant oder kommt es auch ein bisschen auf den Standort an?

Wahrscheinlich Standort, wahrscheinlich. Ganz ehrlich. I glaub die meisten Vegetarier haben wir in London gehabt. Wir haben aber auch seit jeher schon in London und auch in Paris, äh, also schon von 20/25 Jahre, also da war ich noch nicht einmal dort, immer vegetarische Menüs angeboten. Das war damals, der Chef hat, ah, wie gesagt vor 30 Jahren also schon die Idee gehabt, nicht für die Vegetarier, sondern ein rein ... ein reines Menü mit Gemüse machen. Das war eher der Ansporn. Wahrscheinlich hat er mit einem Fleischfond gekocht oder so Zeug, aber die Idee war immer schon da, das Gemüse in den Vordergrund zu stellen und das war dann auch sehr leicht zu adaptieren natürlich für Vegetarier. Das ist damals nicht angenommen worden, in Paris zum Beispiel. Deswegen hat er es nach einer Zeit wieder gelassen, weil er gesagt hat, er macht die ganze Vorbereitung mit seinem Gemüse aber keiner isst es, weil jeder hat damals ein Fleisch wollte. Und in London ganz klar, dort haben wir immer, also immer immer immer, ein

vegetarisches Menü gehabt, also ein komplettes Degustationsmenü vegetarisch. Äh. Weil dort einfach immer wieder einmal die Nachfrage war. Generell ist es in London auch nicht mehr oder weniger geworden. Also das war immer konstant in London. Da bei uns ist ab und zu, dass es Vegetarier gibt. Da bei uns, also in Tirol oder in Österreich, kommt mir aber vor, viele Vegetarier essen gern Fisch. Und das ist bei uns so vegetarisch. Ist irgendwie so die Meinung, dass Vegetarier Fisch essen. Also das ist eher dann die Pescetarier. Da gibt es mehr, würde ich sagen, als die Vegetarier. Also die Leute eher auf Fisch verzichten. In Russland, also in Moskau damals, glaube ich, habe ich in zwei Jahren überhaupt nur einen oder zwei Vegetarier gehabt. Dort ist es einfach eher nicht so das Ding gewesen.

Und wenn jetzt jemand kommt. Sie bieten ja jedem, der eine Unverträglichkeit hat oder eben vegetarisch ist, auch dann das an. Wie ist da Ihr Ansatz, also versuchen Sie das Fleisch zu ersetzen oder versuchen Sie komplett neue Gerichte zu kreieren für Vegetarier oder was wäre zum Beispiel eine gute Alternative anstatt eines Fleisches?

Das kommt jetzt immer auf unser Menü drauf an. Wenn das Menü so gemacht ist, dass man eigentlich das Fleisch einfach weglassen kann und einfach ein kleines Element, halt dass man die Sättigung zusammenbekommt, ersetzen kann. Dann ist ja das für uns leichter zu produzieren. Wenn das Gericht aber das nicht zulässt, dann müssen wir dort etwas neues erfinden. Du warst eh hier, dort haben wir das Perlhuhn geschickt, mit einer Cremesauce und mit den Auberginen. Und dann haben wir das ersetzt mit einer Tortiere oder eine Chausson. Dort haben wir einen Pate Teig gemacht, dann haben wir da eigentlich die Elemente Aubergine, getrocknete Tomate, Pilze. Das haben wir mit Kartoffeln gebunden, eingeschlagen in einen Teig. Schön, schön gebacken und eine eigene Sauce dazu gemacht. Das war eine Sauce, ähm, ein bisschen geröstetes Gemüse, Soja Sauce und dann mit Creme Fraiche aufgemixt. Das war so die Sauce. Ja also eigentlich wieder komplett neu, neu erfunden. So ungefähr. Es kommt immer drauf an. Es muss für einen Hauptgang zum Beispiel, vegetarisch, muss es schon spektakulär genug aussehen, dass man merkt, es ist ein Hauptgang. Weil einfach nur eine Karotte hinlegen und sagen, weißt eh. Oder den berühmten Gemüseteller. Ok, es kann wirklich gut sein. Aber halt, wie gesagt, ich glaube, jeder Vegetarier ist einfach komplett, äh. Die bekommen das Risotto einfach in jedem Restaurant. Ja, so nach dem

Motto: „Wenn du schon nichts essen willst, dann iss eben ein Risotto“. So ungefähr. Ähm. Ich meine, wenn wir zufällig ein Risotto schicken, dann bekommt er bei uns auch ein Risotto, aber wenn es jetzt eben so fällt und wir haben die Zeit und wir haben die, wie gesagt, wenn es unangemeldet ist, dann muss man spielen. Dann bekommt er eben das, was gerade da ist. Aber wenn man es vorher weiß. Wenn man es eine Woche vorher wissen, dann können wir uns schon etwas überlegen.

Aber was wäre so etwas Kleines, wo Sie sagen, ok wir können des Fleisch ersetzen. Wodurch zum Beispiel?

Supercool ist einfach Sellerie. Sellerie ist so ein Ding, mit dem man einfach irrsinnig viel arbeiten kann. Anbraten, du hast die Röstaromen, du bekommst eine Kruste zusammen, du bekommst, äh, die Leute sind satt, du kannst es wie ein Steak braten. Das ist super. Karfiol ist genauso cool. Geht super mit Gewürzen, kannst auch eine Sauce machen, ähm, wir haben in London auch viele, viele Saucen, also richtig Gemüse geröstet, wie einen Jus und das dann eben irgendwie mit Sojasauce oder Pilzwasser, so etwas gearbeitet, dass man eben komplett die Proteine eben weckbekommt. Das funktioniert alles, also solche Sachen sind hier wirklich gut. Wenn die Leute auch Ei essen. Ei ist immer super. Ei ist immer cool zum Arbeiten. Wie gesagt, das ist immer... Solche Sachen, weil dann bekommt man auch immer ein paar Proteine zusammen, dass man sagt, das ist cool. Tofu ist immer gut, wenn man einen guten hat. Tofu ist richtig cool, aber einen ganzen Block Tofu ist ein bisschen zu einfach, aber Tofu als Element ist immer cool. Ja. Also da gibt es einige Sachen. Pasta ist ja auch super. Ravioli, Gemüseravioli ist ja auch super. Das ist ja dann, dass die Leute auch wieder satt werden.

Und zum Schluss noch. Sie haben ja sehr oft ausgefallene oder spezielle Gerichte. Wie kommen Sie da darauf, haben Sie irgendwelche Hintergrundgedanken oder ist einfach irgendetwas zu verbrauchen oder wie kreieren Sie circa ihre Gerichte?

Boah, es ist ein Zusammenspiel aus allem. Meistens schauen wir, wir gehen ja selber einkaufen und dann sehen wir eben am Markt so, was liegt jetzt gerade herum bei denen? Was ist jetzt gerade in Saison? Wenn sie jetzt coole Bohnen aus Frankreich haben oder coole Artischocken aus Italien, sagen wir, das ist jetzt

in Saison. Das schaut richtig gut aus, das können wir auch angreifen, können wir dran riechen, können wir schauen, ob das auch wirklich gut ist und dann können wir sagen, bauen wir das einmal ein. Und dann kann das zum Beispiel die Idee sein für ein Gericht. Dass wir sagen, ok, im Frühling fangt es an alles grün, die ersten Bohnen sind da, die ersten Erbsen sind da, grün, grün, grün, die ersten Kräuter sind da. Machen wir ein richtig grünes Gericht, dann kann es zum Beispiel die Farbe ausschlaggebend sein. Da haben wir einmal etwas gemacht, dort haben wir Erbsencreme mit Wasabi gemacht. Bohnen waren dabei. Es war Zucchini dabei, es waren Gurken dabei und dann noch eine rohe Jakobsmuschel. Handgetaucht, roh, einfach geschnitten. Richtig erfrischendes, das haben wir glaube ich im Mai gemacht. Kräuteröle, Minze, weißt eh, da spielen wir alles was grün ist und dann ein schönes nobles Element mit der Jakobsmuschel. Aber zum Beispiel, dort ist wieder eine Farbe ausschlaggebend. Dann eben heute haben wir das Durok-Schwein. Durok-Schwein, das ist der Timo, den kenn wir, der hat, letztes Jahr angefangen, Schweine zu züchten. Der hat uns ein Halbes gegeben. Jetzt gibt es heute einen Kopf, das ist jetzt wieder so. Ist es zu verbrauchen, ja, nein, wurst. Das halbe Schwein ist zu klein, dass man jedem nur einfach ein Filet gibt, also sagen wir, wir machen die Lende, wir machen das Filet, wir machen einen Rücken konfiert. Daneben machen wir aus dem Kopf eine Terrine. Äh. Wir können jetzt aus der Blutwurst, von dem Schwein eine Sauce machen und dann haben wir das alles eine bisschen so verbraucht. Das ist jetzt auch, wir haben es verwendet, verbraucht ist jetzt ein bisschen ein minderwertiges Wort in diesem Fall. Aber wir haben alles verwendet, um genug Portionen zu machen. Damit man auch dann aus einem halben Schwein genug machen für ein Wochenende oder für zwei. Und dann ist es einfach, dass man erstens einmal das Produkt respektiert. Der lässt sie aufwachsen, ohne Ende, die haben viel, viel Zeit um sich zu bewegen. Der Kopf ist genauso gut wie ein Rücken. Auch wenn jeder nur den Rücken will. Aber es ist genauso gut, ist genauso geschmacksvoll. Wir können dadurch eben das ganze bisschen, bisschen großzügiger Gestalten, in der Variation auch. Ich meine, wir machen eine Terrine kalt, aus dem Kopf. Wir machen ein Gelee aus den Füßen. Wir machen eine Blutwurst. Also alle wird verwendet. Äh. Und ich glaube das ist wichtig. Das ist gut und es ist da Time eben ausschlaggebend bei dem Gericht und manchmal haben wir einfach keine Idee, dann sagen wir, wir machen einen Klassiker. Machen wir einfach irgendetwas, was wir schon einmal gemacht haben.

Weißt eh. Und dann sagen wir, ah, wir haben jetzt gerade das Kraut nicht oder das Ding nicht. Ok. Wie können wir es ersetzen und dann wird das einfach ein bisschen abgeändert, sagen wir mal so. Aber das passiert auch natürlich. Immer kreativ sein, so gezwungen, das ist ja, ist ja auch nicht gut. Manchmal sagen wir einfach: Hey, die Leute haben das Tomatengericht sehr gefeiert, wir sind voll in den Tomaten, machen wir das noch einmal. Ok. Aber wir könnten das vielleicht so und so und so machen, dann ist es ein bisschen anders und auf die Gegebenheiten angepasst, weil eben irgend ein Kraut aus ist oder irgend eine Variation von eine Käse aus ist. Dann machen wir eben etwas anders. Dann tut man es eben anpassen. Das kann so ein manchmal hat man irgendwo etwas gegessen und dann sagt man, boa das könnten wir so bei uns interpretieren. Wenn man in Italien irgendwo was gegessen und dann sagt man, ah, komplett andere Idee, aber das war eben der ausschlaggebende Punkt. Manche Leute hören Musik und sind inspiriert, manche schauen ein Bild an und sind inspiriert. Das weiß ich nicht, ob mich so etwas inspiriert, das weiß ich nicht. Manchmal reden wir darüber, mit Thomas und dann sagt er, ich würde schon lange gerne einmal eine Birne in Miso einlegen. Ja passt, dann machen wir das eben einmal und dann muss, dann probiert man das und dann sagt man auch, das könnte gut gehen mit dem und dem. Und dann passiert sowas zum Beispiel.

Vielen Dank fürs Interview, dass Sie sich die Zeit genommen haben.

Immer wieder gerne.

Schwierigkeiten bei der Gestaltung vegetarische Gerichte und Speisekarten – Michael Gruber

Anfrage

„Sehr geehrter Herr Gruber, im Zuge meiner Diplomarbeit zum Thema „Die Tiroler Küche – Im Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation durch die Ernährungsweise „Vegetarismus““, schreibe ich über die Gestaltung vegetarischer Gerichte. Wären Sie bereit ein Interview zu geben zu diesem Thema, da Sie durch Ihre langjährige und weltweite Erfahrung eine große Expertise haben. Ich freue mich auf Ihre Antwort und hoffe auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit. Mit freundlichen Grüßen Simon Klotz.“

Herzlich Willkommen Herr Gruber, danke, dass Sie sich die Zeit genommen haben.

Gerne

Gleich zur ersten Frage. Merken Sie an Anstieg, an der Nachfrage von vegetarischen Gerichten während Ihrer Laufbahn in Tirol.

Also eindeutig, dass vegetarische Gerichte sich um vieles vermehrt haben, jetzt die letzten fünf Jahre. Vor allem bei den Jungen. Bei den jungen Leuten ist es, glaube ich, ein Trend geworden, die letzten fünf Jahre. Es wird auch immer mehr kommen, weil jeder umweltbewusster wird und weißt eh, Viehzucht und so. Das ist ja alles eher negativ gesehen. Aber auf alle Fälle ist ein Trend und es wird immer mehr. Vegane wird schwierig, aber im vegetarischen Bereich auf alle Fälle.

Und wie schwierig ist es vegetarische Gerichte oder ganze Speisekarten zu erstellen, ohne eben auf die alten, bekannten Kasspatzeln oder Knödel zurückzugreifen.

Heutzutage überhaupt kein Problem, weil man hat eigentlich die ganze Welt, also steht einem offen übers Internet. Also vor allem extrem, was ich dir empfehlen kann ist die indische Küche im vegetarischen Bereich. Dadurch, dass die ja generell von der Kultur her schon religiöse Verbote haben, Fleisch zu essen und so, sind die extrem stark in der vegetarischen Küche. Vor allem vom Geschmacklichen her. Deswegen habe ich eben bei mir immer eben, äh, immer indische Gerichte. Weißt eh, wie das Linsencurry zum Beispiel. Und das werden auch dann

herzhafte, super Gerichte, da brauchst gar kein Fleisch, so gut sind diese. Und auch in der heimischen Küche. Weißt eh, man kann so viel machen. Heutzutage. Mit Gemüse, Gararten, vom Grillen bis zum Schmoren bis zum Sous-Vide Garen. Zum Beispiel auch aus dem Krautkopf auch ein Steak machen. Wenn du den in einen Boiler reinhaust, schöne Gewürzmischung machst, und das richtig einreibst mit dem und dann langsam im Boiler schmorst, dann ist das auch richtig, kann das richtig etwas geiles sein. Kommt sogar auf ein Steak hin. Also da ist echt. Da hat sich viel getan in den letzten Jahren. Das ist auch Blödsinn, dass man jetzt nur Kasspatzeln und Käsepressknödel machen muss. Überhaupt nicht. Das ist überhaupt nicht der Fall.

Und wie gehen Sie vor, wenn Sie so vegetarische Gerichte erstellen oder Gerichte abwandeln. Nehmen Sie da etwas Altbekanntes her und versuchen das Fleisch einfach wegzulassen oder ersetzen. Oder gibt es irgendwelche speziellen Produkte, die sich gut eignen.

Ja, oft ist zum Beispiel jetzt, was wir jetzt einmal gehabt haben, ist äh... Gut da ist jetzt wieder Fisch dabei, ge. Aber viele Ideen hole ich mir auch aus Büchern und, und mir ist einfach das normale Vegetarische, das ist mir einfach zu langweilig. Das war immer schon so. Ich habe das, so wie normal gekochtes Gemüse und Kartoffeln als Beilage, das ist sowieso ein alter Hut. Das würde ich nie machen und deswegen bin ich auch in dieses Indische hineingekommen, weil einfach der Geschmack so intensiv und grell ist und da habe ich mir auch viele Inspirationen geholt. Und beim Heimischen ist halt so, Burgerpatty. Was ich hasse, ist, wenn jetzt ein Kartoffelrösti zum Beispiel in einen Burger reingehauen wird. Das ist so richtig oberflächlich. Da hole ich mir ein Burgerpatty und hauen zwischen zwei Brotdings rein, einen Käsepressknödel zwischen einem Burger rein. Das ist ja alles, weißt eh. Da kann ich gleich einen „Kaspres“ mit einem Salat geben. Und da haben wir geschaut. Wir haben dann selber ein Burgerpatty gemacht. Mit einem selbergemachten Brot und das war dann wirklich. Da gibt es wirklich super Rezepte auch. Da kommt dann Beete rein, Zucchiniestreifen, ist eben alles ein bisschen Arbeit. Zwiebel, Haferflocken und das lässt irgendwann dann quellen und viel Gewürze und da hast dann wirklich ein geschmackvolles Patty und so. Und es kommt eben alles aus Büchern von Ideen. Man muss sich schon ein bisschen einlesen, wie man sich da inspirieren lassen kann. Aber wenn man „Guat'z Essen“

schaut im Zillertal, der baut sich auch viel selber an und da kommen dann auch viele Ideen auch viel.

Vielen Dank fürs Interview, dass Sie sich die Zeit genommen haben.

Es gibt auch spezielle Köche schon, weißt eh, so wie der in Frankreich, der LeSuperche oder wie der auch immer heißt. Der war ja Pionier in dem. Der hat zuerst nur Fleisch gekocht und dann hat er komplett aufgehört. Der war eigentlich der Erste, was vegetarisch dann auf Sternenniveau gekocht hat. Wie heißt der jetzt? Gan ein bekannter. Französisches Restaurant, da kann man auch viel. Der hat eben angefangen si ganze Selleries zu schmoren im Ofen. Langsam, weißt eh, dann hat er so Scheiben abgeschnitten und diese noch einmal karamellisiert in einer Pfanne. Oder ein Jus kann man machen aus vegetarischer Küche. Da brauchst du ganz viel Zucchini, aber schön geröstet, stundenlang mit Pilzen fürs Umami. Pilze geben Umami. Und dann hast du da zum Beispiel, wenn ein Rezept jetzt machen musst, bei deinem Zeug da. Weißt eh, dann schau einmal dort, weil da bekommst du richtig geile Rezepte und nicht das Typische, irgendeinen Scheißdreck Kasspatzeln. Musst halt haben bei uns da wegen den Touristen, aber eigentlich ist es ja oft gar nicht richtig vegetarisch, weil viele hauen eine Rindsuppe hinein. Jederzeit, wenn du etwas brauchst.

Danke Ihnen

Zwischen Tradition und Innovation: Vegetarische Spitzengastronomie in Innsbruck – Marlon Hallmann & Udo Hermann

Anfrage

Sehr geehrter Herr Hallmann, sehr geehrter Herr Hermann, ich schreibe aktuell meine Diplomarbeit zum Thema „Die Tiroler Küche – Im Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation durch die Ernährungsweise "Vegetarismus", wobei mein individueller Themenbereich „Die Vielfalt der vegetarischen Küche und die Akzeptanz der Angebote bei Konsument:innen“ umfasst.

Sie, vom Restaurant Oniriq, würden sich perfekt für ein Interview eignen, da gerade durch das parallele Menükonzept Fleisch & Fisch und Vegetarisch eine sehr gute Vergleichbarkeit entsteht. Informationen aus der Spitzengastronomie könnten zudem meine Arbeit immens bereichern und einige interessante Einblicke bringen. Ich freue mich, wenn Sie Zeit finden und sich für ein Gespräch bereitstellen!

Vielen Dank und freundliche Grüße,

Erlor Paul

Gespräch mit Marlon Hallmann:

Vielen Dank für das Gespräch. In meiner Diplomarbeit geht es vor allem um die vegetarische Seite, die vegetarischen Optionen in der Tiroler Küche. Jetzt für dich, wie ist denn das? Ihr habt ein vegetarisches Menü und eines mit Fleisch. Beeinflusst das die Getränkeauswahl oder ist es ähnlich gestaltet? Du kannst auch voll gern kurz das Menü erklären und die Unterschiede hervorheben.

Unserer Menüs sind ja eh so aufgebaut, dass sich vegetarisch und Fisch/Fleisch wirklich nur, die Beilage ist dann meistens dieselbe, aber der Hauptfokus von der Speise ändert sich halt. Wir haben halt immer eben das Fisch UND Fleisch, das heißt Fischen und Fleisch gemischt immer in einem Menü und eben ein rein vegetarisches. Wenn man sich jetzt mal die Menü Reihenfolge anschaut: Im ersten Gang haben wir jetzt zum Beispiel bei Fisch und Fleisch haben einen Waller Filet und beim vegetarischen ist es halt der Sellerie. Aber die Beilagen bleiben halt gleich. Also wir haben weiterhin den Rosenkohl obendrauf, wir haben den gepickelten Rettich und auch den Miso-Lack, mit dem wir den Waller bzw. den Sellerie halt einstreichen und das bleibt relativ gleich und dann wird wirklich einfach nur

diese Hauptzutat vom Vegetarischen gewechselt. Also die Beilagen bleiben die gleichen, dadurch passen die Getränke dann wieder auch relativ gut.

Beim Kreationsprozess quasi, bei den Entwicklungen von den Rezepten: Startet ihr dann mit der Beilage oder mit der Basis?

Da musst du den Udo fragen. Wie gesagt, ich bin da meistens wirklich nur für die Getränkeauswahl zuständig, eben die Weine. Also beim Prozess bin ich jetzt gar nicht dabei. Irgendwann steht dann halt das neue Gericht da, das wird dann probiert, daraufhin tue ich dann mir was ausdenken was eventuell passen könnte. Meistens haben wir schon ein paar Sachen da, wo ich weiß, das könnte jetzt eventuell passen – und dann tastet man sich halt dran. Dadurch, dass ich natürlich auch gerade bei der Weinbegleitung lieber Weine drin habe, die halt bisschen spannender sind oder Weine, die jetzt nicht alltäglich sind, die man sonst so nie probieren würde, probiere ich dann immer wieder auch mal bisschen was Trübere oder halt ein bisschen was, was man einfach so nicht kennt mit einzubauen. Es kann aber auch mal sein, dass er einfach der Wein nicht passt. Das sieht man auch beim Feedback bei den Gästen natürlich. Das heißt, wenn ich merke bei den ersten zehn Tischen ist das Feedback einfach nicht so gut wie es mir erhoffe, dann wechsele ich den Wein halt aus und dann probiere ich etwas Neues, bis es halt passt. Das ist mir dann schon wichtig, also da ist es mir lieber, dass die Gäste dann eine coole Erfahrung haben und sagen „geil, das ist wirklich was gutes“, als wie, dass ich da jetzt irgendwie meinen Willen durchsetze und das muss jetzt irgendwie ein krasser Orangewein sein.

Also das ist schon auch das Hauptaugenmerk, wie die Gäste es dann annehmen.

Genau, es muss halt harmonisch sein. Es muss halt zum Gericht passen, es muss das Gericht hervorheben. Es darf nicht übertönen und es soll unterstützend sein. Es soll einfach harmonieren mit dem Gericht und dann macht es halt Spaß. Dann wird das Getränk fast Teil von dem Gericht und dann macht es halt wirklich Spaß. Abwechselnd immer ein bisschen trinken und ein bisschen vom Essen probieren, so macht es dann auch wirklich Spaß.

Hast du dann oft auch direkt so eine Idee im Kopf wenn du wenn du was probierst was gut dazu passen könnte?

Ja, jetzt das beste Beispiel war jetzt gerade eines unserer neuen Gerichte, der Zander bzw. Kohlrabi. Bevor ich überhaupt irgendwas von dem Gericht probiert hatte war halt die Petersiliensoße fertig und das war das allererste was ich von der von dem Gericht probiert habe. Ich habe die Petersiliensoße probiert und die war so intensiv aber halt auch gleichzeitig so frisch und auch konzentriert und da ist mir halt sofort ein Wein halt in den Kopf geschossen. Ich wollte unbedingt in Richtung Sauvignon Blanc, weil es auch immer manchmal dieses Grüne hat bisschen dieses Grasige und auch das sehr Frische einfach und ich habe gerade mal vorgestellt, dass es extrem gut passt. Lustigerweise hatten wir halt ein paar oder eine Woche davor hatten wir halt ein Tasting, wo wir einen richtig schönen Sauvignon Blanc von der Loire probiert haben, und ich wusste halt instantly, dass das richtig gut passen könnte. Wir haben es auch dazu probiert und es war dann halt so ein One-Hit-Wonder, das war direkt von Anfang an, da hat es halt gepasst. Das passiert manchmal. Manchmal ist es dann aber auch ein bisschen schwieriger, weil meistens geht's meiner Meinung nach nie unbedingt um diese Hauptzutat. Wie jetzt beim Hauptgang haben wir Taube, dass ich jetzt nur davon ausgehe, okay Taube, was passt jetzt natürlich. Sondern ich gehe dann eher davon aus, was servieren wir dazu oder welche Sauce ist es. Ist die eher bisschen süßlicher? Ist die eher ein bisschen kräutiger oder würziger, ist die scharf? Das heißt eigentlich willst du gar nicht unbedingt jetzt auf die Hauptzutat gehen, sondern wirklich um das was drumherum passiert, weil das manchmal auch eine Geschmacksintensität beiträgt und darauf willst du dann eigentlich den Wein abstimmen.

Also es geht quasi um das Gesamte, und da dann den Wein dazu, damit es nicht nur die Hauptzutat ergänzt?

Klar, es muss natürlich dann mit allem harmonieren, aber meistens ist es wirklich dann eher die Sauce, die dann ausschlaggebend ist, welchen Wein ich dann dazu serviere.

Wie ist denn so das Verhältnis zwischen vegetarischen und fleischartigen Menüs?

Ja, es geht wesentlich mehr Fisch/Fleisch, also vegetarisch geht wirklich nicht viel. Also wenn ich jetzt grob schätzen würde, sind es vielleicht 90% Fisch/Fleisch und 10% vegetarisch. Also viel leider nicht, aber es wird auf jeden Fall genommen und

es ist auch nicht so, dass die Leute dann spontan entscheiden, sondern die Fragen schon vorab oder gehen auch wirklich nur her, weil sie wissen, dass sie ein vegetarisches Menü kriegen. Wir haben auch schon oft überlegt man das vielleicht rausnimmt und nur Fisch/Fleisch anbietet. Das würde es natürlich wesentlich einfacher machen, aber wir haben schon das Gefühl, dass es viel genommen wird das Vegetarische.

Wahrscheinlich ist es ja dann auch oft die Kombination, dass eine Gruppe kommt, wo ein paar das Vegetarische und ein paar das Fisch/Fleisch nehmen.

Das braucht es heute auch. Gerade in so einem Restaurant, wenn du bisschen zeitgemäß arbeiten willst, brauchst du einfach eine vegetarische Alternative, finde ich. Im besten Fall vegan, aber das ist einfach total schwer auf dem Level vegan zu arbeiten. Vor allem dann auch gerechtfertigt, dass es halt preislich auch passt, weil Erbsen und Bohnen sind halt einfach wesentlich billiger wie jetzt ein Kaviar, ein Hamachi oder eine Garnele, was jetzt zwar nicht hernehmen aber im Vergleich ist es natürlich wesentlich günstiger.

Gibt es da irgendwie mal negative Reaktionen wegen dem Preis?

Nein, gar nicht. Also was wir haben ist durch unser Zenchef Reservierungssystem haben wir ein richtig cooles Feedback, weil du als Gast direkt, wenn du das Restaurant verlässt, eine E-Mail kriegst wo du halt direkt Feedback hinterlassen kannst. Entweder nur über Sterne oder du kannst auch gerne was dazu schreiben. Also da kann man dann schon immer so ein bisschen rausfiltern was dem Gast jetzt eher weniger gepasst hat. Da haben wir recht gutes Feedback und fast nie eigentlich wirklich schlechte Kritiken. Was man merkt, ist schon immer Preis-Leistung. Preis-Leistung ist halt schwierig, weil es ist halt einfach viel Geld für Essen gehen. Das macht man auch nicht so oft und ich glaube bei den meisten Leuten hinterlässt das schon immer so einen leicht bitteren Nachgeschmack.

Ja ich glaube, es ist auch immer schwierig die Erwartungshaltung zu treffen oder, weil es gibt sicher unterschiedliche Erwartungshaltungen von unterschiedlichen Gästegruppen, oder?

Auf jeden Fall. Ich habe halt das Glück, dass ich vor dreieinhalb Jahren, wo ich noch nicht hier gearbeitet habe, da war ich halt privat hier Essen mit meinem

Freund, da saß ich da drüben, und für mich war es eine sehr geile Erfahrung. Gerade für Innsbrucker Verhältnisse gibt es das halt nicht und wir waren beide hin und weg, weil Ambiente, Service aufmerksam, allein, wie es angerichtet ist, es war jeder Teller ein Kunstwerk. Das ist halt eine sehr, sehr geil Erfahrung. Das machst du halt auch nicht jedes Wochenende, das machst halt vielleicht einmal im Jahr, wenn du es dir leisten kannst. Also jetzt nach drei, vier Jahren habe ich das immer noch im Kopf. Das ist die schöne Erfahrung. Ich glaube das ist was viele Leute verstehen müssen. Da geht es nicht nur um Essen, weil ich glaube viele Leute die sich nicht her trauen, oder schon im Vorhinein sagen „Das es mir viel zu teuer.“, die denken halt wirklich nur ans Essen. Aber die verstehen ja gar nicht, was das heißt. In dem Moment wo du hier rein gehst ins Restaurant, ist erstmal die Außenwelt komplett abgeschottet und du begibst dich halt in unsere Hände und wir kümmern uns jetzt drei Stunden um dich und du musst dir um nichts Gedanken machen. Du kannst einfach nur genießen. Du kannst du Musik genießen, du kannst die Kunst an der Wand genießen, du kannst die Kunst am Teller genießen und einfach mal wirklich abschalten. Du zahlst eigentlich am Ende des Tages nicht nur für das Essen, sondern für die gesamte Erfahrung.

Ich glaube das ist auch oft ein Missverständnis in der Erwartung, oder?

Ja, man muss sich darauf einlassen und ich verstehe auch, für viele Leute ist es einfach viel Geld. Gerade heute, in der momentanen Wirtschaftslage ist das alles fast nicht plausibel, dass man sich jetzt sagt, ich gebe pro Person 250 Euro für ein Abend nur essen gehen. Das ist halt für viele ein Drittel der Miete oder irgendwie sowas und dann setzt man die Prioritäten woanders.

Vielleicht auch von deiner Seite aus interessant: siehst du irgendwelche Trends in der Spitzengastronomie auf vegetarisch/vegane Küche bezogen?

Ja schon, auf jeden Fall. Wie vorhin schon gesagt, es ist wichtig, finde ich, dass man vegetarische Gerichte einbaut. Es gibt jetzt glaube ich ein das erste drei Sterne Restaurant in Amerika, das rein vegan kocht, also nur vegan. Das gab es halt auch noch nie, dass ein Restaurant drei Sterne kriegt, das nur vegan kocht. Also das sind dann schon so Meilensteine in der Gastronomie die halt zeigen: Aha, es ist möglich und es ist auch wichtig, aber am Ende des Tages muss das offen bleiben und man darf sich da nicht versteifen und nicht irgendwelchen Trends

nachgehen. Ich glaube was wichtig ist, dass generell so ein bisschen Umdenken stattfindet, was Fine-Dining heißt. Die Leute haben keine Lust mehr auf dieses Steife. Gastronomie ist immer noch ein menschenbezogener Beruf und ich finde, was ich halt merke, viele Gäste mögen es nicht, wenn sie reinkommen und nicht wissen, wie sie sich verhalten sollen. Sie fangen dann an zu flüstern, weil sie dürfen nicht laut sprechen, oder? Wissen nicht wie sich verhalten sollen oder fühlen sich underdressed, oder so. Das ist uns ganz wichtig, dass wir denen das direkt nehmen, dass es hier einfach nur darum geht Spaß zu haben und dass es nicht darum geht wie du dich jetzt benimmst. In vielen Restaurants, wenn jetzt jemand auf dich zukommt, also in vielen zwei Sterne, drei Sterne Restaurants, die tragen dann alle Sakko und Handschuhe und das ist alles dann so steril. Mir persönlich taugt das nicht. Ich glaube manchen Leuten gefällt das sehr, ich will jetzt auch nicht verallgemeinern. Aber Ich glaube das ist etwas, was die Mehrheit der Menschen weniger wollen. Die wollen halt ist lockere, aber immer noch professionell. Da ist halt die Schwierigkeit diese Balance zu finden.

Das ist, glaube ich, auch in Innsbruck vor allem wichtig, dass es lockerer ist.

Innsbruck ist auch noch mal ein eigenes Thema, es ist viel schwieriger hier, weil es ja doch ein sehr kleines Städtchen ist. Es ist in vielen Dingen noch sehr weit hinten, gerade in der Gastronomie, in Innsbruck passiert da leider viel zu wenig, aber ich glaube auch einfach, weil die Nachfrage auch nicht wirklich besteht. Klar, du hörst immer wieder, dass sich alle beschweren, alle hätten mehr Lust auf coole Restaurants. Dann machst du was Cooles und die Leute wollen trotzdem ihr Schnitzel. Dann machst du mal was Anderes oder was Neuartiges, dann sind die Gäste halt verwirrt. Ich glaube das ist auch so ein bisschen der Tiroler an sich, der da einfach noch sehr engstirnig ist und dem ganzen noch sehr mit Scheuklappen gegenübertritt. Wir haben Glück, dass wir Studenten haben in Innsbruck, ohne die Studenten wäre sowieso glaube ich gar nichts. Ich glaube die Studenten beleben das, weil die das annehmen, wenn mal ein bisschen was Cooles und Neuartiges passiert. Ich hoffe, dass sich da in Zukunft noch ein bisschen was tut, weil so ist das schon sehr konservativ.

Wie ist es dann bei euch mit der Zielgruppe?

Querbeet, querbeet. Ich würde gar nicht sagen, dass wir jetzt eine genaue Zielgruppe haben. Wir sind da sehr offen für alle. Bevor ich angefangen habe, dachte ich, wir haben jetzt wirklich nur die Leute die in San Tropez und Kitzbühel oder so was unterwegs sind, die wirklich hier mit dem Ferrari vorgefahren kommen. Das denkt man sich glaube ich auch so ein bisschen von so einem Restaurant am Anfang, wenn man sich nicht auskennt. Wir haben wirklich von A bis Z alles dabei. Also von den Studenten, Leute aus dem Umland, die sich das einfach mal gönnen wollen, die da wirklich auch darauf gespart haben, und null arrogante Menschen.

Wie nehmen verschiedene Gäste das vegetarische Menü an?

Also wir haben dann Gäste, die vielleicht auch schon ein bisschen älter sind, die kommen dann rein. Ich lege ja dann immer beide Menüs hin und erklär das auch und oft hörst du dann so: „Nein, nein, das Vegetarische kannst du gleich wieder mitnehmen.“ Das sind immer so diese kleinen Witze, die sie dann machen. Was sollen wir jetzt mit dem Vegetarischen? Also das ist dann für die so der Gedanke: „Hä, warum sollte ich mir jetzt das Vegetarische gönnen?“ Also da merkst du dann sofort, da ist gar nicht diese Offenheit da.

Gespräch mit Udo Hermann:

Von dir jetzt vielleicht noch ein bisschen wie Produktionsabläufe und die Abläufe in der Küche. Wie ist das denn, wenn ihr die Gerichte entwickelt? Es ist ja die Beilage im Endeffekt immer gleich, nur die Hauptkomponente unterscheidet sich quasi zwischen dem vegetarischen und dem fleischhaltigen Menü. Habt ihr als Basis zuerst die Beilage und entwickelt dann quasi die vegetarische und Fleisch/Fisch Hauptkomponente dazu oder entwickelt ihr zuerst das komplette Fleischgericht und sucht dann nach einer vegetarischen Alternative?

Genau, also wir entwickeln immer das Fisch-/Fleischgericht. Dann schauen wir eben, welches vegetarische Produkt praktisch das Fleisch gut ersetzen und halt da sehr gut zu den Beilagen dann passt. Wir haben aktuell im Hauptgang gerade eben das Reh. Da passt statt dem Reh zum Beispiel die Artischocke perfekt zu den Beilagen dazu und so gehen wir das eigentlich an. Wir versuchen auch je nachdem, wie es möglich ist, ein bis zwei ausschließlich vegetarische Gerichte auf der Karte zu haben, das ist auch immer gut. Im Moment die Zwiebel zum Beispiel,

also die haben wir eh immer drauf und die ist komplett rein vegetarisch, das machen wir schon auch ab und zu.

Von den Produkten her, schaut ihr da auch, dass ihr viel regional bezieht? Ist da auch ein Augenmerk auf die klassische tirolerische Küche als Inspiration?

Also ich würde sagen, klassisch tirolerisch würde ich unsere Küche jetzt nicht bezeichnen. Aber Wert auf Regionalität legen wir auf jeden Fall. Das fängt beim Salz an. Da haben wir Alpen-Salz aus Hall, das ist so eine ganz kleine Produzentin, die macht das eben. Alpen-Garnelen haben wir ab und zu auf der Karte. Den Alpen-Kaviar haben wir ab und zu, jetzt auch im Moment eben bei der Vorspeise dabei. Vom Steixner Toni haben wir einmal Forellen gehabt. Aus Thaur, dort gibt es auch eine Fischzucht, Forellen, Saibling und Tigerfisch haben wir von dort gehabt. Also da legen wir schon sehr viel Wert darauf. Wir nehmen auch zum Beispiel keinen schwarzen Pfeffer her, Meeresfische haben wir nie auf der Karte eigentlich. Das ist ein Augenmerk, auf jeden Fall.

Ist es dann schwierig manchmal die vegetarischen Gerichte auf das gleiche Niveau zu heben oder auf das gewollte Niveau?

Ja, man muss dann schon schauen, dass man eben jetzt nicht einfach einen Pilz hernimmt zum Beispiel, den halt kurz anbratet und auf den Teller tut. Das kann man natürlich nicht vom Preis her rechtfertigen, weil das Fleisch oder der Fisch natürlich viel mehr kostet als jetzt ein Pilz zum Beispiel. Du musst dann das Produkt schon bearbeiten. So eine Artischocke kann man vom Aufwand her schon vergleichen mit dem Reh, weil du musst die zuputzen, du musst die garen und das ist alles schon viel Arbeit. Das ist wahrscheinlich doppelt so viel Arbeit wie jetzt ein Reh zuzuputzen und damit kann man es dann wieder ein bisschen rechtfertigen.

Sind da oft Nachfragen von Gästen, warum das vegetarische Menü teurer ist?

Nein, das haben wir jetzt noch nicht wirklich gehabt. Was auch ein gutes Beispiel ist, ist der Kohlrabi, den es anstatt dem Zander gibt. Den tun wir in einen Salzteig einpacken und dann bei 180 Grad im Ofen eine Stunde ungefähr garen. Der muss dann noch über Nacht im Salzteig drin auskühlen, dass das Salz ein bisschen reinzieht. Dann packen wir den aus, wir schälen den, dann tun wir den noch mal

auf dem Green Egg hinten angrillen. Das ist dann auch schon mal ziemlich aufwendig, so kann man das dann auch wieder ein bisschen rechtfertigen.

Wie hat sich das in den letzten Jahren so entwickelt oder siehst du da irgendwelche Trends für die nächste Zeit mit der vegetarischen Küche in der Spitzengastronomie? Oder auch vegan?

Also um ganz ehrlich zu sein, ich gehe auch viel essen, auch viel Sterne-Essen und so weiter und gehobene Restaurants und ich kann den Trend nicht wirklich erkennen vom Angebot her. Also es gibt wenige Ausnahmen finde ich, die jetzt vegetarisch oder vegan kochen.

Also ist der Trend eher in den normalen Restaurants erkennbar und in der Spitzengastronomie bleibt ein bisschen beim Fleisch?

Ja, würde ich schon sagen. Also da sind wir schon relativ die einzigen, würde ich sagen in Tirol die das so machen.

Ist das auch schwierig von der Annahme von Gästen, dass man sich überlegt in Richtung vegetarisch umzustellen? Bei euch ist das Verhältnis ja ungefähr 90 zu 10 von Fleisch/Fisch-Menüs zu den vegetarischen.

Ja es schwankt immer, würde ich sagen. Wir haben Wochen, in denen wir 50:50 brauchen, dann haben wir auch Wochen, wo man fast gar keine vegetarischen Menüs braucht. Es ist unterschiedlich, je nachdem, was für eine Klientel man gerade hat. Ich sag mal, das ältere Publikum, die sind eher noch auf der Fisch- und Fleisch Seite und die junge Generation, die ist schon mehr offen für das Vegetarische, die nehmen das ein bisschen besser an.

Ist es hier in Innsbruck auch schwierig mehr Akzeptanz zu schaffen oder generell in Tirol?

Ja, Innsbruck, ich meine, durch die relativ vielen Studenten oder auch das junge Publikum ist es eben so unterschiedlich, dass man mal eine Woche hat, in der mehr Junge kommen und die dann eben mehr vegetarisch essen oder dann im Sommer, meistens ist es dann das ältere Publikum, da brauchen wir dann fast gar nichts.

Die Produktion ist ja sehr aufwendig, von Teilkomponenten zumindest. Wie ist das mit der Planung, weil du meinst das Verhältnis zwischen den Menüs schwankt sehr, ist das eine Herausforderung teilweise?

Ja, man muss es schon gut vorausplanen. Also die Komponenten muss man schon so produzieren, dass man sie relativ lange lagern kann, ohne dass irgendwas passiert. Zum Beispiel einlegen tun wir viel, fermentieren, dadurch machen wir das ganze halt haltbar, vakuumieren, manche Sachen kann man natürlich auch gut einfrieren. Wenn jetzt mal was übrigbleibt, was Vegetarisches, was wir nicht brauchen, dann tun wir das uns am Samstagabend selber noch anbraten dann essen wir das halt selber zur Not.

Gemüse im Rampenlicht: Ein neues Konzept für vegetarische Küche in Tirol – Matteo Wawerla & Christian Melchior

Anfrage

Sehr geehrter Herr Wawerla, sehr geehrter Herr Melchior, ich schreibe aktuell meine Diplomarbeit zum Thema „Die Tiroler Küche – Im Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation durch die Ernährungsweise "Vegetarismus", wobei mein individueller Themenbereich „Die Vielfalt der vegetarischen Küche und die Akzeptanz der Angebote bei Konsument:innen“ umfasst.

Sie, vom Restaurant Blum, als komplett vegetarisches Restaurant, würden sich hier perfekt für ein Interview eignen. Einblicke in Ihre operative und strategische Arbeit können meine Diplomarbeit immens bereichern und viele interessante Erkenntnisse bringen.

Ich freue mich, wenn Sie Zeit finden und sich für ein Gespräch bereitstellen!

Vielen Dank und freundliche Grüße,

Erlor Paul

Erst einmal vielen Dank für das Gespräch, das wird auf jeden Fall sehr interessant glaube ich. Vielleicht für den Start: Wie seid ihr auf das Konzept gekommen? Wie hat sich das angebahnt bzw. entwickelt?

Das ist eine gute Frage. Raul und ich haben ja schon zusammen in der Martha gekocht, wir sind ja nun für die kulinarische Gestaltung hier zuständig. Da haben wir auch noch beide sehr klassisch gelernt, also klassisch französisch meine ich damit, ich habe tatsächlich auch in einem Steakhouse gelernt. Ja das Produkt Fleisch und auch Fisch ist klassischer Bestandteil der ganzen französischen Küche. Aber mich hat es eben schon damals, also besonders im privaten Bereich, seitdem immer interessiert: Was kann man aus Gemüse machen? Das ist ja auch eine klassische Postenaufteilung dann auch, was macht der Entremetier, das hat mich immer am meisten gereizt. Genau so hat das für mich angefangen und dann bin ich eben mehr gekommen, habe Raul kennengelernt. Erstmal die Selbständigkeit, das war für uns der ausschlaggebende Punkt, dass wir uns selbstständig machen wollen. Dann eben zu schauen mit der Location hier, hat sich das Ganze eben ein bisschen verfestigt, weil wir haben gesagt gut, das ist ein Standort der vorher komplett vegan war bzw. ein komplett veganes Angebot hatte. Drunter ist

auch noch die Meow-Pizza, die ist auch noch vegan. Aus der einen Perspektive ist es einfach interessant und von der anderen Perspektive ist es einfach so, dass wir natürlich auch gucken, dass wir hier Gäste halten wollten, die vielleicht nicht streng vegan leben, sondern eben vegetarisch. Damit wir da einfach Leute abholen. So eine Mischung aus Wirtschaftlichkeit und eben Interesse daran. Eben für mich auch und ich glaube auch für Raul, wir sind in der Gastronomie auch an einer Position, in der man sehr stark darüber entscheiden kann: Welche Produkte wählst du aus? Welche Produkte beziehst du? Damit hast du natürlich auch einen relativ großen Impact auf Nachhaltigkeit. Das ist für uns eben auch in Anspruch gewesen. Wir wollen ja unseren Teil dazu beitragen und wir wollen auch zeigen, dass die vegetarische Ernährung, dass man eigentlich auf nichts verzichten muss. Das war der Anspruch genau, so sind wir dahin gekommen.

Weil du jetzt die Produkte auch angesprochen hast: Bezieht ihr da auch hauptsächlich aus Tirol?

Es ist unterschiedlich, also wir sind schon immer noch bei einem Großhändler. Jetzt gerade so für die Basisprodukte wie Trockenware und so weiter, das kommt alles von der Metro. Aber wir haben den Lumpererhof als Hauptgemüselieferant und der ist ja nicht weit weg von hier, das ist schon sehr regional, die liefern zweimal im Monat. Die sind auch Lieferant von einem befreundeten Gastronomen in der Wilderin. Ja wir versuchen schon eben möglichst regional zu bleiben, aber ich merke eben auch jetzt, wir sind noch am Anfang, uns gibt's jetzt erstmal halbes Jahr. Es baut sich eben auf, diese Struktur, dass man eben auch die Zeit hat mal hinzufahren und zu gucken: Was bietet ihr an? Welche Kondition könnt ihr uns bieten? Wie sind die Lieferzeiten? Das ist eben ganz wichtig, dass man auch eine Verfügbarkeit hat.

Gerade auch als so ein junges Unternehmen muss die Wirtschaftlichkeit noch ein großes Augenmerk sein, oder?

Richtig, genau. Eben und das macht eben auch einen großen Unterschied dann. Aber wir wollen auf jeden Fall noch ausbauen, aber bisher ist es nur der Lumpererhof und Kartoffeln beziehen wir von der Patateria, die kommen auch aus Telfs glaube ich, also sind auch näher dran.

Die Ausbildung hast du in einem Steakhaus absolviert. Das ist ja ein bisschen ein Kontrast, kam das vegetarische Kochen dann einfach aus Eigeninteresse, oder auch durch eine Überreizung mit so viel Fleisch zu arbeiten?

Ja, ich würde schon sagen. Ich habe Ernährungslehreabitur gemacht, da haben wir schon auch den gesundheitlichen Faktor natürlich dabeigehabt und dann auch familiäre Aspekte gehabt, Übergewicht und so weiter, das waren immer Themen. Die Überreizung auch bei dem Ganzen. A ist es der handwerkliche Anspruch und B ist so ein bisschen das Produkt selbst. Das hat man in so einer Masse bearbeitet, dass man sich so denkt: Gut, brauche ich erstmal nicht mehr. Übersättigung und Gesundheit sind für mich gleichgewichtet würde ich sagen. Eben auch privat, ich verzichte immer mal ein bisschen, es tut mir gut und ich mag es gerne, warum nicht?

Ist es dann, weil du das Handwerkliche erwähnt hast, wenn man komplett vegetarisch kocht, handwerklich schwieriger auf ein Niveau zu kommen, wenn man nur mit Gemüse, Eiern und Milch arbeitet?

Ja, ich würde schon sagen, weil auch mit der Gemüseküche willst du ja gewisse Geschmäcker erzielen und ein Fleisch zum Beispiel, da hast du ja natürliches Umami. Wenn du es einfach mit Salz und Öl anbrätst, dann hast du ja noch eine Konsistenz und Geschmack, da musst du nichts mehr machen. Das ist ein sehr einfacher Prozess. Natürlich kannst du auch ein Gemüse, einfach Salzen, ölen und rösten. Aber trotzdem musst du dem Ganzen mehr dazugeben, ob es eine Marinade ist oder ein längerer Garprozess und so, das meine ich schon. Also von meiner handwerklichen Perspektive ist es schon anspruchsvoller.

Aber auch interessanter dann, oder?

Genau das ist eben. Auch das, was du eben sagtest, dieses Österreich, Fleisch und Schnitzel. Also das wird in einem Atemzug genannt. Dem Ganzen hier in der Location entgegenzuwirken, ins Auge des Sturms quasi und machen halt was Vegetarisches. Das macht eben auch Spaß, weil man eben diese Kontroverse auch ein bisschen bedient.

Das ist dann auch noch etwas, wodurch man mehr Aufmerksamkeit erzielt, richtig?

Genau, man muss sich eben auch dementsprechend präsentieren. Wir sind jung, wir haben Bock, wir sind eben auch nicht so 0815. Das repräsentiert man ja auch so ein bisschen bei Instagram und ich glaube das ist alles miteinander ergibt einfach so ein ganz geiles Bild.

Grundlegend unterscheidet ihr euch ja schon von den meisten Restaurants, dadurch, dass ihr komplett vegetarisch kocht. Ist das Image, das ihr verkörpert noch ein Aspekt, wodurch ihr euch von anderen vegetarisch und veganen Restaurants speziell unterscheidet und abhebt?

Wenn man jetzt auf Innsbruck guckt, schon in vielerlei Hinsicht. Aber grundsätzlich ist ja diese vegetarische Küche und gerade auch, wenn du da oben mal guckst, das sind die ganzen Bücher, aus denen wir uns so bedienen. Das ist eben viel der Ottolenghi, das ist ja diese levantinische Ecke. Da gibt's in den Metropolen ja schon viele Bewegungen, die das machen. Also Hamburg, Berlin Amsterdam, so die ganzen Ecken. Aber in Innsbruck würde mir nicht wirklich jemand richtig einfallen. Ich glaube, was uns noch abhebt, ist eben auch dieses Sharing-Konzept. Das gibt's so noch nicht richtig. Das gepaart auch mit dem mit dem Tellerbild, sehr farbenfroh, ist irgendwo einzigartig. Wir lassen uns eben inspirieren von Berichten oder von Rezepten aus den Büchern und fragen uns, was kann man denn zum Beispiel anstatt dem Granatapfel substituieren. Nimmst du einen normalen Apfel, nimmst du eine Birne, nimmst du eine Marille? Was auch immer, das ist eben auch eine Art und Weise, die schon besonders ist.

Ihr habt ja zuerst in der Martha gekocht, sprich ihr seid auch schon länger in der Gastro tätig. Hast du das mitbekommen, wie in Innsbruck der Wandel ist in Richtung pflanzlicher Ernährung? Gibt es diesen Wandel? Wie stark ist dieser? In der Nachfrage aber auch im Angebot?

Ich bin jetzt seit zwei Jahren hier, gar nicht so lange. Ich habe direkt am Anfang natürlich vom Oniriq gehört, dachte mir natürlich: Spannend, so ein Haubenrestaurant mit vegetarischem Menü. Ich habe es leider bisher noch nicht geschafft dahin zu gehen, ist natürlich auch teuer. Ja aber bezogen auf diese Entwicklung, wüsste ich jetzt nicht. Ich könnte nicht sagen, dass da sich mehr getan hat. Ich weiß, dass jetzt sehr viele asiatische Restaurants aufmachen, aber da ist eben auch viel Fleisch und Fisch im Angebot. Also nein, bisher wenig, was sich in unsere

Richtung entwickelt, würde ich sagen. Also das nehme ich schon wahr, auch hier in der Region, beispielsweise auf einer Hütte, dass die vegetarischen Optionen immer noch die sind, wie vor 30 Jahren. Du hast den Schutzkräpfen, du hast deinen Käsepressknödel und worst-case ist es dann immer das TK-Gemüse mit Käse überbacken. Das ist so ein bisschen eng geblieben. Auch wenn das gute Hausmannsgerichte sind und vielleicht auch wirklich handgemacht im Haus, aber das gibt es überall im Endeffekt.

Wie ist das mit den Lieferketten? Gemüse ist ja viel saisonaler, als wenn man viel mit Fleisch arbeitet, ist das eine Herausforderung, gerade im Winter?

Wir sind nun mittendrin im Winter und dann machen wir uns natürlich Gedanken darüber. Also wir haben jetzt ein Kartenwechsel am Anfang des Jahres gehabt. Dann gucken wir eben schon, gerade mit unserem Lieferanten, mit dem Lumpenerhof. Was haben Sie wahrscheinlich bis März im Angebot? Was können sie liefern? Was haben sie eingelagert? Danach richten wir uns aus. Die Hauptkomponenten eines Gerichts sollen möglichst vom Lumpenerhof kommen. Das ist natürlich anspruchsvoll. Du denkst vielleicht jetzt nicht direkt an den Palmkohl, aber er ist halt da, also was machst du damit? Das gibt so eine gezwungene Kreativität, also was heißt gezwungen, es ist natürlich von uns auch gewollt. Was ist verfügbar, was kann ich daraus machen? Das ist der Anspruch den Raul und ich haben und auch unsere Leute in der Küche mitziehen. Deswegen macht's Spaß. Alle zwei Monate ist, glaube ich, schon auch ein strammer Wechsel der Karte. Da muss man gucken, dass man dranbleibt, dass man früh anfängt, früh immer wieder neue Inspirationen sich holt.

Gibt es Gerichte, welche sich durchziehen, die ihre immer habt, oder wechselt alles durch?

Wir haben jetzt eines, das ist jetzt zum Beispiel auch Thema Nachhaltigkeit. Das kannst du von der einen oder von der anderen Seite betrachten. Wir haben ja den Brotretter auf der Karte, weil wir hier ein Brot dazugeben und immer wieder abends Brotreste haben, auch vom Mittagsservice. Das ist eben auch schade, weil wir auch das regional beziehen von der Brotschmiede. Deswegen haben wir angefangen damit diesen Brotauflauf zu machen, inspiriert vom Armen Ritter. Das ist immer drauf, weil wir gemerkt haben, das kommt einfach gut an, das ist ein

Banger, mit dem Erdnusseis und Salzkaramell. Das ist jetzt unser Signature-Dessert, das bleibt. Aber das ist natürlich mit Erdnuss, die kommt nicht aus Europa. Vorspeisen wechseln wir, Hauptgänge wechseln wir, Beilagen und die anderen Desserts eben auch.

Ich glaube die Resonanz ist durchweg ziemlich positiv. Gibt es auch irgendwelche negativen Rückmeldungen? Oder auch irgendetwas besonders Positives, was du hervorheben möchtest?

Ja, also natürlich, du kannst nie 100% glücklich machen. Aber was man mal gehört hat, ist, auch das ist natürlich ein Faktor, den ich zumindest vorher nicht so richtig bedacht habe, dass Gemüse und Spitzkohl dich weniger satt macht als ein Steak, also macht dich anders satt als ein Steak und kürzer wahrscheinlich. Das waren so Feedbacks, gerade am Anfang, so in den ersten Wochen, da hatten wir dann noch nicht die richtigen Portionsgrößen rausgefunden. Das waren dann manchmal so das Feedback: „Okay, es war ein bisschen wenig, ich bin nicht richtig satt geworden.“ Das haben wir super schnell angepasst, das darf natürlich nicht vorkommen. Ich glaube wir benutzen eben auch viele Geschmäcker, die viele so jetzt nicht kombinieren würden oder was so nicht gekannt wird. Sehr gutes Feedback ist eben, auch von Kolleginnen und Kollegen, die selber in der Gastronomie sind, dass wir es schaffen auch eine gleichbleibende Qualität zu haben, sodass jetzt nicht ein Gericht schlecht ist und das nächste supergeil, sondern es ist einfach alles sehr gut. Für mich ist das jetzt auch die erste richtige Küchenchef-Erfahrung bei dem ganzen hier und das ist natürlich auch spannend. Rauszufinden was funktioniert, wie muss ich arbeiten? Was ist richtig? Was funktioniert besser, was funktioniert schlechter? Das Sharing-Konzept kommt einfach sehr gut an. Das bricht so ein bisschen, das aus der gehobenen Gastronomie. Das war eben auch unser Anspruch, dass es eben ein Konzept ist, was allen zugänglich ist. Wenn du jetzt mit deinen vier Leuten kommst, dass ihr einfach alles auf dem Tisch stehen habt. Die levantinische Familie ist da unsere Idee. Alle sitzen am Tisch, alle teilen und jeder darf nochmal probieren.

Wie du sagst, in Innsbruck gibt es das noch nicht, aber ich glaube, das ist auch der Punkt, der einfach sehr gut ankommt, auch wenn viele das noch nicht kennen.

Ja das schon, man merkt jedoch, vor allem auch bei Älteren, auch eine Unsicherheit oft. Dann gibt es von uns auch immer Rückfragen: Teilen die, teilen die nicht? Weil es hat natürlich auch eine Auswirkung auf das Arbeiten selber, wie richtest du an zum Beispiel. Manche trauen sich das einfach nicht, und auch nicht zu fragen. Teilweise sind Menschen so zurückgezogen und trauen sich gar nicht diese Interaktion zu suchen mit dem Service, wir haben Dani, wir haben Alex, die erklären dir alles. Aber wenn du nicht auf die Leute zugehst und sagst: „Äh, habe ich nicht verstanden, erklär mal bitte.“, dann wird's schwierig.

Wie du vorher gemeint hast, mit Gemüse muss man mehr machen, damit es in die gehobene Richtung geht. Was sind da Beispiele für Techniken oder ähnliches?

Also das ist zum Beispiel eine Sache, die Raul auch viel mit reinbringt. Du versuchst ja diesen Umami-Geschmack versuchst du irgendwie zu haben. Süß, sauer, salzig, fettig, Vollmundigkeit und so weiter, das ist es einfach. Rösten zum Beispiel ist essenziell, weil es die Struktur bricht und das funktioniert einfach gut. Ein Großteil der Gerichte auf der Karte haben mindestens einen Röstprozess mit drin. Wie du siehst hast du auch so Eingelegtes, Fermentiertes, das macht eben auch viel, weil das wird einfach viel komplexer wenn du mal beispielsweise Kimchi ein paar Wochen stehen lässt. Auch da wollen wir noch ausbauen, wir wollen mehr fermentieren im Haus, vielleicht auch mal ein Pilz ausprobieren also einen Koji, wie funktioniert das, sich mal rantasten. Das sind so die Techniken, also es steckt auch viel Trial-and-Error dahinter. Es gibt ja auch so vorreitende Positionen, ich habe beispielsweise das Buch von Noma, Fermentation, die treiben das ja auf die Spitze. Alleine die Versuchsküche ist ja riesig. Pilze sind ja auch total umami-haltig, wie kannst du da Reduktionen herstellen, eine Technik, die ich gerne benutze. Ob es Säfte sind oder ob es ein Gemüsefond ist, den man mal von 20 Litern auf 500 ml reduziert. Da reden wir auch wieder von Nachhaltigkeit, wir kaufen teures Gemüse ein und benutzen natürlich so viel wie möglich. Trotzdem hast du Abschnitte, wenn du die einfach in den großen Topf schmeißt mit Wasser und wirklich fast bis zu einem Lack runter reduziert, das sind so deine Zaubermittelchen. Da muss man gewillt sein, sich auch immer weiterzuentwickeln und immer wieder neue Techniken reinzubringen.

Auf dem Niveau spielen Texturen ja auch eine große Rolle. Beim Rezept entwickeln ist das von Anfang an ein großes Augenmerk oder habt ihr eine Basis und dann gebt ihr noch ein bisschen was rein, wenn etwas texturmäßig fehlt?

Es ist unterschiedlich. Zum Beispiel der Butternutkürbis. Der hat ein Püree darunter, dann ist der Kürbis selber geröstet aber auch eben relativ weich, du hast ein Zatar obendrauf und Salat. Frisée ist ein knackiger Salat, der Radicchio ist ein knackiger Salat. Für mich ist Knusprigkeit zum Beispiel eine ganz wichtige Komponente, das muss immer irgendwie dabei sein finde ich. Also ja, da wird von Anfang an drauf geschaut und auch bei dem Lauch zum Beispiel, das ist ein Gericht, da bin ich ganz stolz drauf, weil es eben auch da schaffen. Wir haben dieses weiße Stück, das dämpfen und rösten wir, dann haben wir die Haselnüsse, die den Knack reinbringen. Aus dem Stück zwischen grün und weiß schneiden wir Julienne und machen Stroh daraus, dann noch mal das Grün für das Lauchöl. Was Knuspriges und cremiges sollte schon drin sein.

Ich stelle mir das gerade mit dem Sharing-Konzept auch schwierig vor. Am Anfang habt ihr ja auch mit Portionsgrößensystem hin und her probiert. Gebt ihr da auch Empfehlungen, wie viel Leute bestellen sollen? Zu zweit, zu dritt, zu viert?

Da kommts total auf den Service an. Da muss man sich ein bisschen abtasten. Seid ihr gute Esser, habt ihr Hunger mitgebracht, wie sieht's aus bei euch? Beim Sharing-Menü zum Beispiel haben wir mittlerweile meistens 100 Gramm Schritte, mit denen wir uns rantasten, das funktioniert mittlerweile sehr gut. Sprich du hast zum Beispiel ein Hauptkomponente, im Menü sind jetzt gerade die Wirsingroulade und der Rotkohl, die sind ja vorportioniert. Alleine schon vom Garprozess, dann hat die Wirsingroulade 100 Gramm Schritte und der Rotkohl eben auch. Das ist dann einfach pro Person so und so viel. Kennst du mit Sicherheit auch, eigentlichen Hauptgericht mit Sättigungsbeilage, Hauptkomponente sind ungefähr 500 Gramm. Über das Menü gehen wir auf 600 Gramm pro Person und dann bist du da. Das ist einfach eine Kommunikation zwischen Service und Gast und dann eben zwischen Service und Küche. Wenn wir merken, dass es nicht reicht, hat man immer noch mehr Möglichkeiten. Das ist vielleicht auch nochmal interessant, bei den Veranstaltungen, das bieten wir ja auch an, da rechnen wir ähnlich. Gerade weil es dann eben auch ausgleichend ist. Eine Person kann sich da etwas nehmen und dann bleibt davon etwas übrig, die andere Person hat noch Hunger

und isst dann davon den Rest. Das merken wir eben auch, es gleicht sich ganz gut aus.

Ihr bietet ja auch To-Go an und verwendet ReBowls. Das ist ja an sich ein voll cooles Konzept. Welche Erfahrungen habt ihr da?

Im Mittagsgeschäft, ja. Es ist relativ wenig muss ich sagen, es wird gar nicht mal so gut angenommen, das ist ein bisschen schade. Ich glaube, dass wir einfach von der Location etwas ungünstig sind zum Mitnehmen, ich meine da drüben ist zwar die Uni und da ist dann der Hörgerätehersteller, aber die meisten Leute kommen tatsächlich her und Essen hier, es gibt pro Tag mal so ein, zwei Leute, die was mitnehmen. Wir benutzen das aber auch viel, wenn abends Leute etwas nicht aufgegessen bekommen, dann geben wir das halt mit. Die Container selber sind sehr wertig, das ist ein schönes Material und auch ein guter Image-Aspekt. Es ist auch von der Wertigkeit her auf diesem Niveau besser als Einwegschalen. Aber es ist jetzt nicht so, dass man sagen könnte, dass Leute deswegen kommen.

Das Abendgeschäft läuft glaube ich ziemlich gut, ist das Mittagsgeschäft ähnlich?

Das variiert viel, von Tag zu Tag und dann auch natürlich ob Ferien sind oder nicht. Aber das sind normale Schwankungen in der Gastronomie. Das ist aber auch die Erfahrung von mir, von Raul und befreundeten Gastronomen, dass das Mittagsgeschäft viel schwerer zu etablieren ist und viel länger braucht, bis das dann mal auf dem Punkt ist. Aber ich glaube die Tendenz ist leicht steigend. Der Weg ist ja auch das Ziel.

Ab 2025 im Juni gibt es die vegetarisch-vegane Kochlehre. Zieht ihr da in Erwägung Lehrlinge einzustellen?

Wir haben schon ganz am Anfang eine Bewerbung von einem potenziellen Azubi bekommen, haben uns jedoch da noch dagegen entschieden, einfach weil es darum ging, dass es, auch aus eigener Erfahrung, schön ist in der Küche ausgebildet zu werden, wo es gewisse Routinen schon gibt. Die sind vorgegeben und da musst du einfach nur folgen. Gerade am Anfang muss du das alles auch erstmal etablieren. Mir ist es wichtig, ich habe auch den Ausbilderschein, ich würde das auch gerne weitergeben das Handwerk. Gerade auch diese Perspektive auf die Gastronomie, du musst kein Fleischfresser sein um Koch zu werden, das finde ich

auch wichtig. Also in der Hinsicht auf jeden Fall. Es gibt auch genug Möglichkeiten zur Entfaltung, das muss man aber den Leuten einfach an die Hand geben. Denk auch außerhalb der klassischen Ausbildung, nimm das alles mit was du da lernst, mehr wissen schadet nie. Du musst eben auch nicht diesen Weg gehen.

Habt ihr eine Hauptzielgruppe oder ist komplett durchmischt?

Es ist gar nicht mal so leicht zu sagen. Es ist sehr durchwachsen, witzigerweise sehr weiblich. Also vegetarisch scheint eben auch eine eher weibliche Person anzusprechen. Das merken wir auf jeden Fall. Ansonsten sind es aber auch junge Gruppen in unserem Alter. Dann gibt es auch Leute, die mit 60 hierher kommen mit ihren Partnern und einfach zu zweit ihr Dinner genießen. Also es ist komplett durchwachsen und das ist schon cool, dass wir irgendwie alle ansprechen. Wir dachten eben auch es wäre viel jünger. Korrigiere mich, wenn ich da falsch liegt Christian, aber das Publikum ist sehr gemischt, oder, sehr weiblich und trotzdem sehr gemischt?

Christian Melchior: Größtenteils weiblich aber sehr gemischt, also der Durchschnitt ist ab 18 bis Mitte 40.

Wenn ihr jetzt, gerade für die neue Karte, Rezept entwickelt, ist Ottolenghi ja eine große Inspiration. Gibt es auch Tiroler Bezüge und regionale Inspirationen?

Natürlich, wir schauen eben dann den Saisonkalender, den für Österreich, für Tirol, für die Region an, das ist die Grundlage. Was ich meinte, diese Basisprodukte, die wir verwenden, sollen eben aus der Region kommen. Was ich damit meinte, ist eben die Gewürzwelt, dass man im Ras el Hanout benutzt, dass man Sumach benutzt, das sind die Sachen, die wir viel einfließen lassen. Ich meine, Guat'z Essen, der ist natürlich brutal konsequent mit seiner Permakultur, das finde ich auch total interessant. Aber der kocht eben auch nochmal auf einem anderen Detail-Niveau.

Ist das dann auch einfacher umzusetzen mit einer Permakultur? Wenn die Menge auf dem Teller kleiner ist und der Aufwand noch höher ist?

Ja, auf jeden Fall. Eben da die Menge kleiner ist und der Arbeitsaufwand für jede Komponente nochmal deutlich größer ist, kannst du aber immer noch gewisse Preise nehmen. Dadurch rechnet es sich wahrscheinlich auch für ihn. Wir

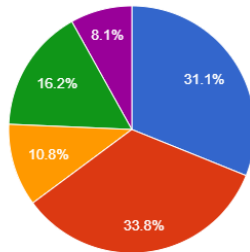
orientieren uns schon auch in Tirol von den Gerichten her, also wir hatten Buchteln schon auf der Karte, eine Zillertaler-Krapfen Version von uns. Wir haben jetzt beispielsweise Mac and Cheese auf der Karte, da hatte ich so ein bisschen die Assoziation mit Käsespätzle. Das ist natürlich eine ganz andere Richtung mit der Jalapeño-Marmelade und so weiter. Also es sind viele Inspirationen teilweise und oft geht es jedoch geschmacklich dann in neue Richtungen.

Vielen Dank für das Gespräch!

Umfrageergebnisse

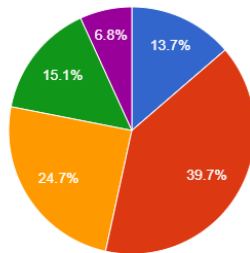
„Die alte Tiroler Küche“

Wie gern mögen Sie Sellerie?



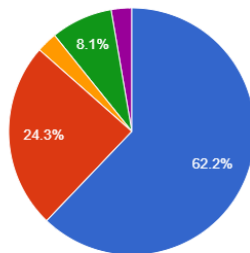
- Sehr gerne
- Geme
- Mir egal
- Nicht so gerne
- Mag ich gar nicht

Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie sich für ein Gericht damit entscheiden?



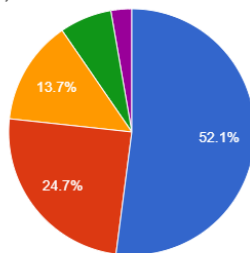
- 1 - sehr wahrscheinlich
- 2 - wahrscheinlich
- 3 - keine Auswirkung
- 4 - eher gegenteilig
- 5 - gegenteilig

Wie gerne mögen Sie Pilze?



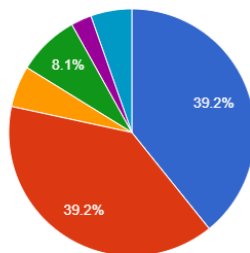
- Sehr gerne
- Geme
- Mir egal
- Nicht so gerne
- Mag ich gar nicht

Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie sich für ein Gericht damit entscheiden?



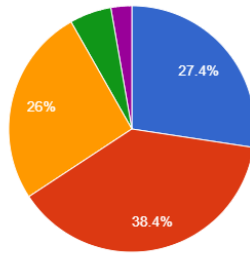
- 1 - sehr wahrscheinlich
- 2 - wahrscheinlich
- 3 - keine Auswirkung
- 4 - eher gegenteilig
- 5 - gegenteilig

Wie gerne mögen Sie Weiß- und Rotkraut?



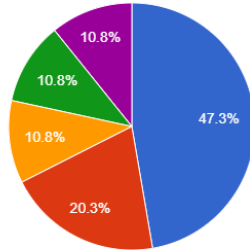
- Sehr gerne
- Geme
- Mir egal
- Nicht so gerne
- Mag ich gar nicht
- Beides unterschiedlich

Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie sich für ein Gericht damit entscheiden?



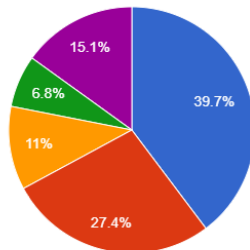
- 1 - sehr wahrscheinlich
- 2 - wahrscheinlich
- 3 - keine Auswirkung
- 4 - eher gegenteilig
- 5 - gegenteilig

Wie gerne mögen Sie rote Beete?



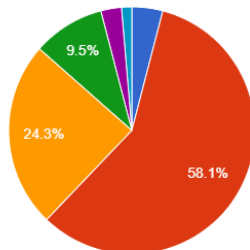
- Sehr gerne
- Gerne
- Mir egal
- Nicht so gerne
- Mag ich gar nicht

Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie sich für ein Gericht damit entscheiden?



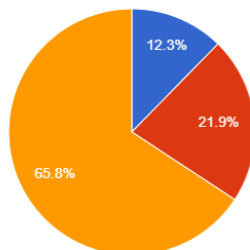
- 1 - sehr wahrscheinlich
- 2 - wahrscheinlich
- 3 - keine Auswirkung
- 4 - eher gegenteilig
- 5 - gegenteilig

Wie oft die Woche essen Sie Fleisch oder Fisch?



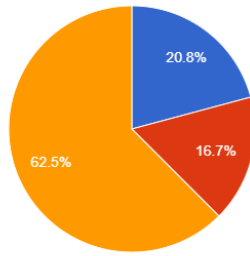
- nie
- 1-3x in der Woche
- 4-6x in der Woche
- 7-9x in der Woche
- 10-12x in der Woche
- mehr als 12 mal

Kennen Sie Schwarzplentenknödel?



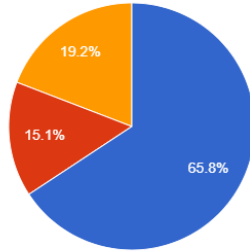
- Ja, bereits gegessen
- Schon davon gehört oder gelesen
- Nein

Kennen Sie Tirtlen?



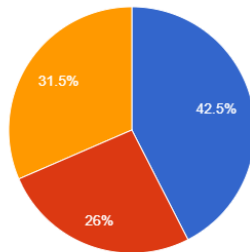
- Ja, bereits gegessen
- Schon davon gehört oder gelesen
- Nein

Kennen Sie Melchermuas?



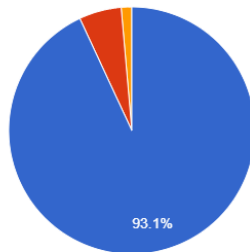
- Ja, bereits gegessen
- Schon davon gehört oder gelesen
- Nein

Kennen Sie Weinpaunzen?



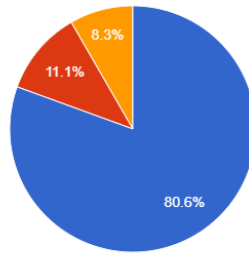
- Ja, bereits gegessen
- Schon davon gehört oder gelesen
- Nein

Kennen Sie Krautfleckerl?



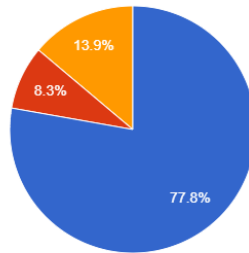
- Ja, bereits gegessen
- Schon davon gehört oder gelesen
- Nein

Kennen Sie Kartoffelpaunzen?



● Ja, bereits gegessen
● Schon davon gehört oder gelesen
● Nein

Kennen Sie Kartoffelwirler?



● Ja, bereits gegessen
● Schon davon gehört oder gelesen
● Nein

Was halten Sie vom vegetarischen Angebot der Tiroler Gastronomie? Ist es ausreichend und abwechslungsreich?

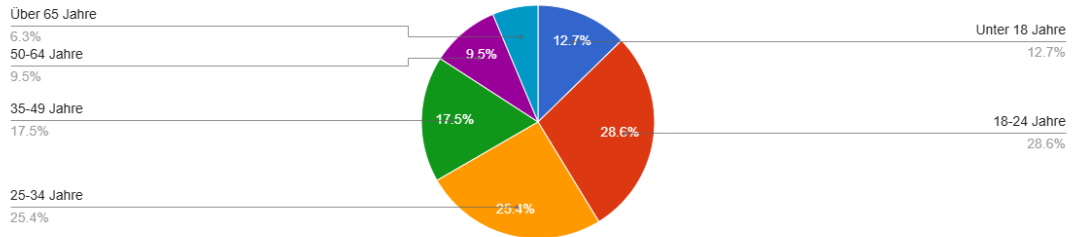
- 1.. Zu wenig und eintönig
- 2.. Sehr schlecht
- 3.. Ja , könnt mehr gemüselastig sein
- 4.. Kommt drauf an, wo man isst...
- 5.. Ausreichend find ich es schon, aber es könnte definitiv abwechslungsreicher sein, da man so viel - gerade mit Gemüse - machen kann.
- 6.. Es ist in dem Sinne abwechslungsreich, dass sie verschiedene Zutaten hat, meistens werden die Speisen aber im Fett gebacken, weshalb sie dann doch wieder nicht sehr abwechslungsreich sind.
- 7.. Könnte besser sein, nicht ausreichend und auch nicht abwechslungsreich genug
- 8.. Bei den meisten Orten nicht abwechslungsreich, fühlt sich an als wäre es auf dem Menü weil es irgendeine vegetarische Option geben muss
- 9.. Nicht Abwechslungsreich genug
- 10.. Nein!!! Immer und überall das selbe außer von sehr ausgewählten vereinzelt Restaurants
- 11.. Ich glaube, es gäbe sehr viele vegetarische Gerichte in Tirol, jedoch sind viele davon Suessspeisen und/oder einseitig (e.g. Paunzen, etc.). Es wäre schön zu sehen, wenn mehr Gemüse-basierende Gerichte in der Tiroler Gastronomie angeboten werden könnten.
- 12.. Ich glaube dass es ausreichend ist!
- 13.. Kann ich nicht beurteilen
- 14.. Ja finde ich schon
- 15.. Man findet immer etwas vegetarisches wenn man kein Fleisch essen will.
- 16.. Für mich ausreichend

- 17.. Es gibt gute vegetarische Restaurants, aber in einem Tiroler Wirtshaus ist man als Vegetarier auf Käsespätzle, Schlutzkrapfen, Spinatknödel und div. Salate angewiesen. Mit Abwechslung hat dies nichts zu tun
- 18.. Könnte def mehr forciert werden und Licht nur das übliche Tris oder die Kassapzln. Es gibt viel mehr
- 19.. Meistens auf Kasspatzeln und Salat beschränkt. Noch ausbaufähig
- 20.. Ist auf alle Fälle noch ausbaufähig
- 21.. Wird in den Häusern sehr unterschiedlich angeboten. Könnte mehr angeboten werden
- 22.. Ausreichend, im Gasthaus esse ich gerne Fleisch, da zu Hause wenig Fleisch gekocht wird
- 23.. Nix
- 24.. Wenig erfahrung mit vegetarischem
- 25.. Ja find ich gut, und ist auch genug
- 26.. ausreichend
- 27.. Es ist ausbaufähig, aber grundsätzlich ausreichend vorhanden, jedoch mit wenig Auswahl.
- 28.. Ich denke ja
- 29.. Bin kein Vegetarier, kenne somit die Vielfalt nicht
- 30.. Ausreichend
- 31.. Ja ausreichend!
- 32.. Sicher für jeden was dabei
- 33.. Da ist teilweise noch Luft nach oben.
- 34.. Ausreichend
- 35.. Kann ich leider nicht beurteilen, da ich in Restaurants nie darauf achte
- 36.. Bin der Meinung, dass es generell zu wenig qualitativ hochwertige Tiroler Restaurants gibt.
- 37.. Absolut nicht ausreichend, begrenzt sich oft auf Käsespätzle
- 38.. Nein, Knödel Tris , Käsespätzle ist a bissl einseitig
- 39.. Kommt drauf an in welchem gepit oder in welcher Gastronomie man ist
- 40.. ja
- 41.. 4 Jahre vegan gelebt und im Gasthaus seit 8 Jahren vegetarisch. Die Tiroler Gastronomie ist absolut einfallslos. Knödel, Schlutzkrapfen und Kasspatzln hängen mir schon zum Hals heraus. Weiche daher oft auf die asiatische Küche aus. Selbst im Burgerladen hat man mehr Auswahl
- 42.. In der „Tiroler Küche“ ist mir zu wenig vegetarisches Angebot. Meist nur Kässpätzle, Fisch oder Salat. In der „Tiroler Gastro“ gibt es mittlerweile ein großes vegetarisches Angebot.
- 43.. Nicht ausreichend vertreten in Tirol
- 44.. Moderne Restaurants gute Auswahl. Alte Gasthäuser eher wenig Auswahl..
- 45.. Viel zu wenig Auswahl und meist keine Qualität
- 46.. Eher nicht, aber betrifft mich nicht
- 47.. Unnötig
- 48.. Könnte mehr sein. Ebenso "Alttiroler" Gerichte sollten ins Angebot aufgenommen werden.
- 49.. Das Angebot ist schon auf einem guten Weg, aber immer noch ausbaufähig

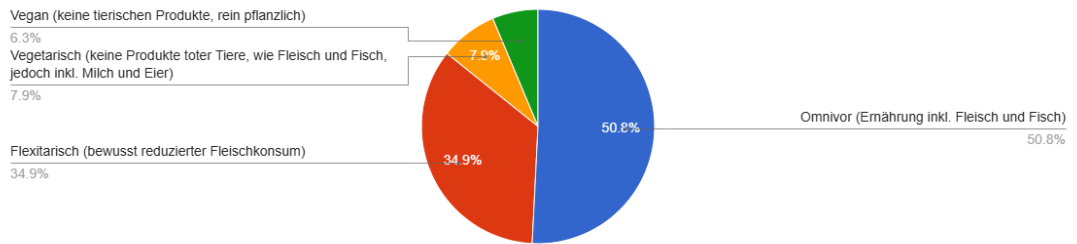
- 50.. Ja ich finde das vegetarische Angebot ausreichend und abwechslungsreich
- 51.. Bestimmt noch ausbaufähig mit traditionellen Gerichten
- 52.. Ja ist es
- 53.. Könnte viel abwechslungsreicher sein - da würden dann bestimmt mehr leute ein vegetarisches gericht wählen
- 54.. Ausbaufähig
- 55.. Gerade in der Tiroler Küche finde ich, ist die vegetarische Auswahl noch sehr ausbaufähig.
- 56.. Keine Ahnung, hab mich nicht damit befasst
- 57.. Ich finde es ausreichend
- 58.. Leider gibt es in den meisten Restaurants immer nur die gleichen 3 Gerichte zum aussuchen ,tries halt ohne speckknödel,kasspatzeln schlutzkrapfen und dann noch na ja schon schwierig, also zu wenig abwechslungsreich,...
- 59.. Meist nur Käsespätzle, Knödel oder etwas Süßes. Also eher nicht abwechslungsreich und im Vergleich zu Fleischhaltigen Speisen nicht ausreichend!
- 60.. Ja
- 61.. Geht so.... ;)
- 62.. Ausreichend
- 63.. Ausreichend und abwechslungsreich
- 64.. sehr abwechslungsreich, vegetarische Küche ist jedoch ein Stiefkind
- 65.. Könnte umfangreicher sein
- 66.. Leider nicht, oft nur ein Gericht und selbst bei Gerichten wie Kaspressknödeln ist das angebotene Kraut mit Speck

Akzeptanz und Nachfrage vegetarischer Angebote in der Innsbrucker Gastronomie

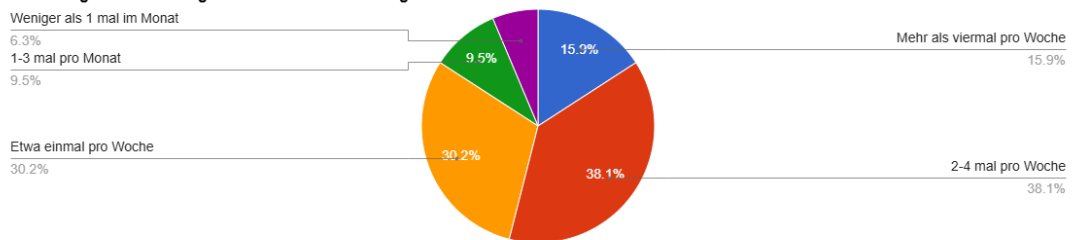
Was ist Ihr Alter?



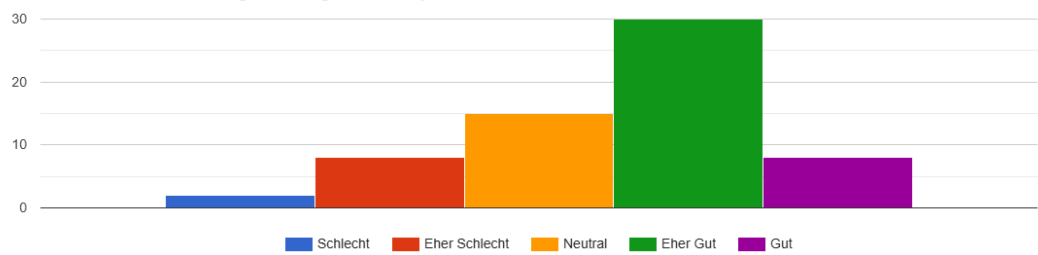
Wie ernähren Sie sich?



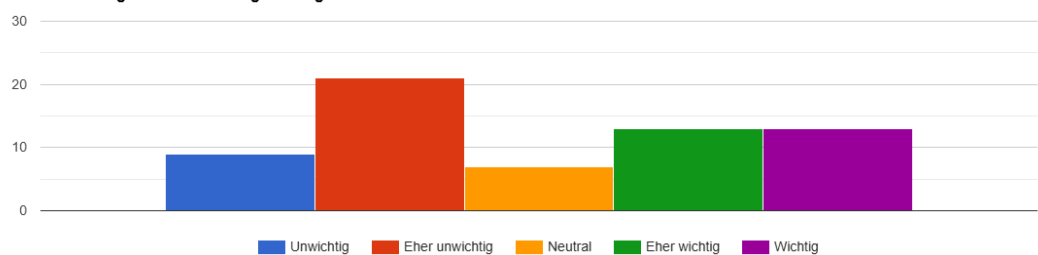
Wie häufig besuchen Sie gastronomische Einrichtungen in Innsbruck?



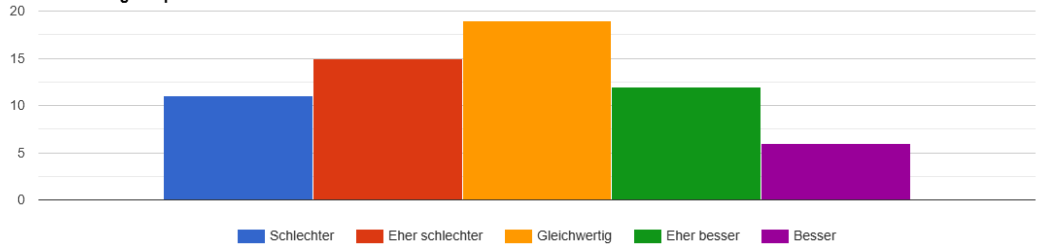
Wie bewerten Sie die Verfügbarkeit vegetarischer Optionen in der Innsbrucker Gastronomie?



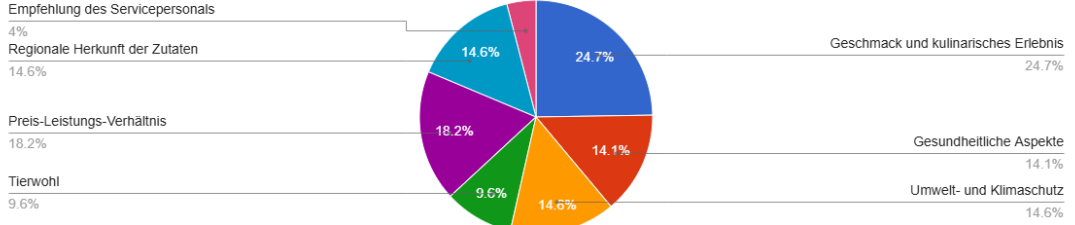
Wie wichtig ist Ihnen das Angebot vegetarischer Gerichte bei der Auswahl eines Restaurants?



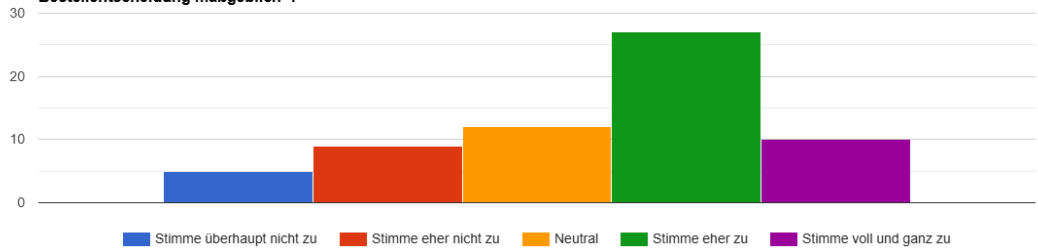
Wie beurteilen Sie die durchschnittliche Qualität der vegetarischen Gerichte in Innsbrucker Restaurants im Vergleich zu fleischartigen Optionen?



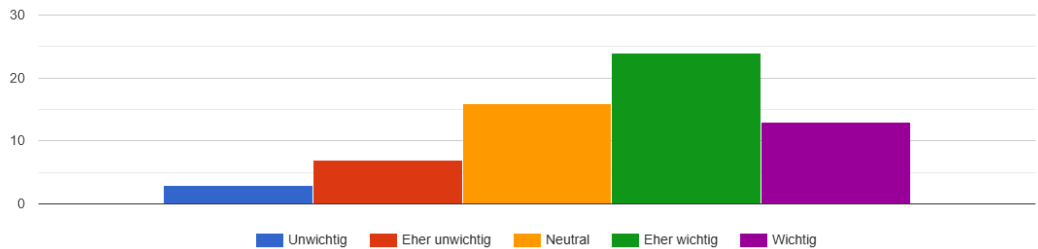
Welche Faktoren beeinflussen Ihre Entscheidung für ein vegetarisches Gericht im Restaurant am stärksten?



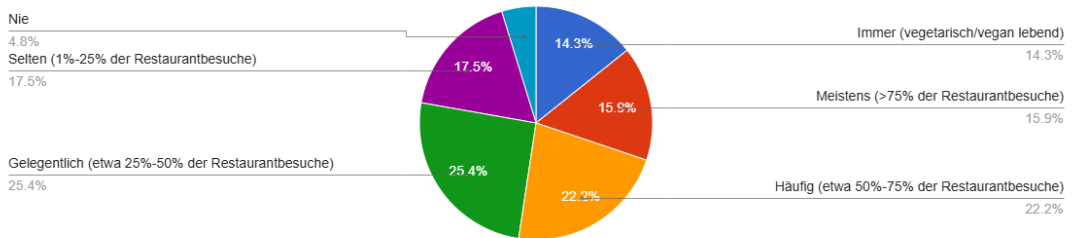
Inwiefern stimmen Sie der folgenden Aussage zu: "Die Beschreibung vegetarischer Gerichte auf Speisekarten beeinflusst meine Bestellentscheidung maßgeblich"?



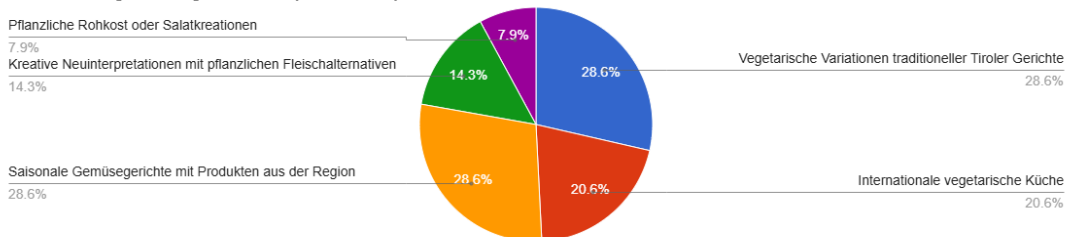
Wie wichtig ist Ihnen die Verwendung regionaler Produkte bei vegetarischen Gerichten?

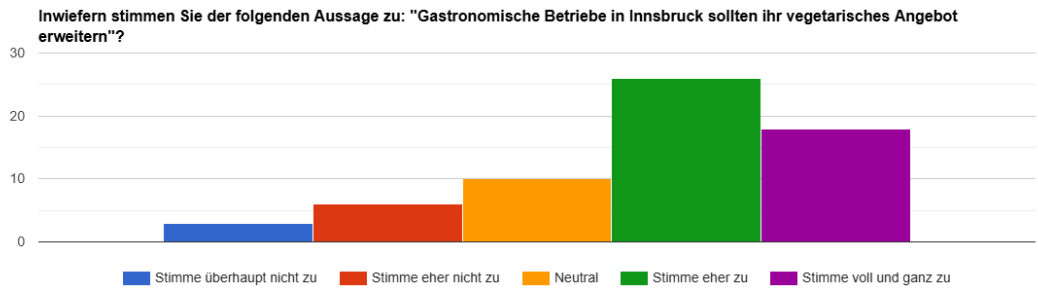


Wie häufig wählen Sie in Innsbrucker Restaurants vegetarische Gerichte anstelle von fleischartigen Optionen?

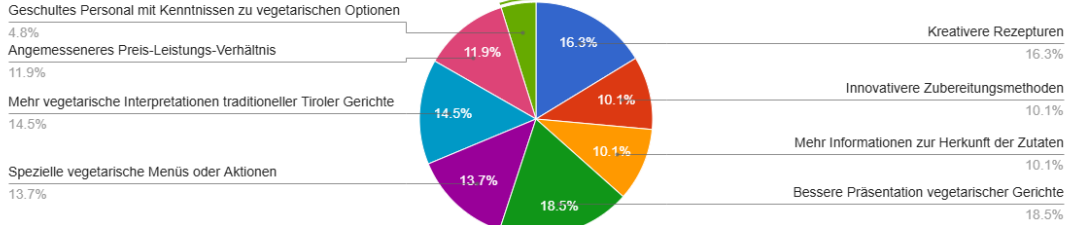


Welche der folgenden vegetarischen Optionen auf Speisekarten würden Sie am ehesten bestellen?





Welche Maßnahmen würden Ihrer Meinung nach die Attraktivität vegetarischer Angebote in Innsbrucker Restaurants am effektivsten steigern?



Projektdokumentation

Projektprofil

Projekttitel

Die Tiroler Küche im Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation durch die Ernährungsweise "Vegetarismus"

Themenbeschreibung

Die Tiroler Küche ist seit jeher stark von Fleischgerichten geprägt. In den letzten Jahren zeichnet sich jedoch ein deutlicher Trend hin zu pflanzenbasierter und pflanzenbetonter Ernährung ab, darunter Ernährungsformen wie Vegetarismus, Veganismus und Flexitarismus. Obwohl sich die regionale Küche langsam an diesen Wandel anpasst, geschieht dies nur in geringem Umfang und mit begrenztem Tempo. Einige traditionelle Gerichte sind von Natur aus vegetarisch oder sogar vegan, der Großteil entspricht jedoch nicht den Anforderungen einer fleischlosen Ernährung. Ziel dieser Arbeit ist es, die vegetarischen Wurzeln der Tiroler Küche zu beleuchten und innovative Konzepte zur Erweiterung des vegetarischen Angebots in der Tiroler Gastronomie zu entwickeln.

Ziele

- Analyse des Ursprungs und der vegetarischen Aspekte der Tiroler Küche
- Entwicklung neuer vegetarischer Rezeptideen zur Erweiterung der Tiroler Gastronomie
- Vorschläge zur Steigerung der Nachfrage nach vegetarischen Gerichten in Tirol
- Untersuchung der aktuellen Marktlage und Akzeptanz vegetarischer Gerichte in Tirol
- Bereitstellung von praktischen Anleitungen für Köch:innen, Gastronom:innen sowie Konsument:innen

Beteiligte Personen

Projektteam:

Simon Klotz (Hauptverantwortlicher)

Paul Eler

Betreuende Lehrkräfte

OStR Prof. Mag. Beatrix Kirchler

KM Martin Aigner, BEd

Wirtschaftspartner

Michael Gruber

Johannes Nuding

Matteo Wawerla & Christian Melchior

Marlon Hallmann & Udo Herrmann

Relevanz und Nutzen

Dieses Projekt wird im Rahmen unserer Diplomarbeit durchgeführt und bietet eine umfassende Auseinandersetzung mit der Geschichte und Entwicklung der Tiroler Küche im Kontext vegetarischer Ernährung. Es sollen Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie traditionelle Fleischgerichte in vegetarische Alternativen umgewandelt werden können. Zudem werden die aktuelle Marktsituation und Nachfrage nach vegetarischen Speisen in Tirol untersucht. Die Ergebnisse und Konzepte dieser Arbeit sollen sowohl für Gastronom:innen und Köch:innen als auch für Konsument:innen eine wertvolle Inspirationsquelle und praktische Anleitung darstellen.

Zeitschiene

Mit dem 23. September 2024 starteten wir mit unserer Diplomarbeit und konnten sie erfolgreich mit 14. März 2025 abschließen. Dabei teilten wir die Arbeitszeit in fünf verschiedene Phasen mit jeweiligen Meilensteinen auf:

1. Planung: Vorgehensweise, Arbeitsmethoden, Befragungen planen; Kontaktaufnahme mit Wirtschaftspartnern
2. Recherche: Erstrecherche, Exzerpieren, Sammeln von Unterlagen, Erstellen der Begleitprotokolle
3. Konzept: Grobkonzept erstellen, vorläufige Inhaltsangabe, Primärquellen verarbeiten, Konzept verfeinern
4. Formulieren: Einzelne Teile ausarbeiten, Abstract und gemeinsame Teile schreiben
5. Verbessern: Korrektur, inhaltliche und formale Prüfung, Projektdokumentation finalisieren, drucken

Das Projekt wurde zwei Tage später als geplant fertiggestellt, wohingegen die Interviews und deren Verarbeitung früher als erwartet durchgeführt werden konnten. Die intensive und lang andauernde Recherche erleichterte die Formulierungsphase erheblich.

Projektreflexion

Die Teamarbeit funktionierte insgesamt gut, insbesondere in der Recherche- und Konzeptionsphase. Wir konnten Aufgaben effizient aufteilen und uns gegenseitig zum Beispiel bei verschiedenen Quellen unterstützen. Dennoch wurde deutlich, dass eine noch striktere Zeitplanung in einigen Phasen hilfreich gewesen wäre, um den Formulierungsprozess zu beschleunigen.

Durch die Bearbeitung des Projekts konnten wir wertvolle Erfahrungen im wissenschaftlichen Arbeiten sammeln. Die Recherche, das Exzerpieren von Texten, der Umgang mit Primärquellen und das strukturierte Schreiben einer umfangreichen Arbeit haben unsere fachlichen und methodischen Kompetenzen deutlich erweitert. Besonders herausfordernd, aber auch lehrreich, war es, aus den gesammelten Informationen sinnvolle und praxisnahe Vorschläge für die Tiroler Gastronomie abzuleiten.

Rückblickend hätten wir einige Phasen früher einplanen können, um Zeitdruck in der Endphase zu vermeiden. Dennoch ermöglichte uns die intensive Auseinandersetzung mit dem Thema eine tiefgehende Analyse und die Entwicklung innovativer Ideen zur Förderung vegetarischer Alternativen in der Tiroler Küche. Das Arbeiten hat uns stets Freude bereitet und wir waren bis zum letzten Wort voller Elan dabei.

Insgesamt war es ein spannendes und erkenntnisreiches Projekt, das nicht nur einen Beitrag zur aktuellen Diskussion um nachhaltige Ernährung leistet, sondern auch einen Grundstein für die Weiterentwicklung der Tiroler Küche im Hinblick auf vegetarische Angebote legt.

Begleitprotokolle

Name der Schülerin/des Schülers, Klasse:
Simon Klotz
Individuelle Themenstellung:
Der Fleischkonsum in der Tiroler Küche im Wandel der Zeit und der Wertvorstellungen

Datum:	Dauer:	Inhalt der Besprechungen:
18.Sep	2 h	Vorbereitung Interviews
27.Sep	1 h	Interview mit Johannes Nuding
28.Sep	1,5 h	Interview mit Michael Gruber
09.Okt	3 h	Internetrecherche
12.Okt	2 h	Begleitprotokoll erstellen
15.Okt	2 h	Umfrage gestalten
16.Okt	2 h	Versenden
19.Okt	6,5 h	Infos Kochbuch
20.Okt	2,5 h	Internetrecherche
24.Okt	2 h	Buchrecherche
30.Okt	1 h	Layout
08.Nov	1,5 h	Schreiben "Geschichte"
10.Nov	1 h	Recherche
18.Nov	0,5 h	Besprechung Grobkonzept
25.Nov	2 h	Recherche
28.Nov	4 h	Exzerpieren
05.Dez	1,5 h	Quellen einfügen
13.Dez	1 h	Schreiben
19.Dez	3 h	Layout Kochbuch
27.Dez	4 h	Gerichteauswahl
02.Jän	5 h	Kochbuch
12.Jän	4 h	Buchrecherche
13.Jän	0,5 h	Besprechung mit Frau Kirchler
15.Jän	2 h	Schreiben "Ursprung"
29.Jän	1 h	Vorbereitung Besprechung

30.Jän	0,5 h	Besprechung Kirchler
01.Feb	4,5 h	Rezepte für Kochbuch
03.Feb	1 h	Besprechung
03.Feb	2 h	Schreiben
04.Feb	3 h	Kochbuch
10.Feb	1 h	Schreiben
13.Feb	2 h	Recherche
14.Feb	1,5 h	Schreiben
15.Feb	0,5 h	Deckblatt
19.Feb	3 h	Schreiben
20.Feb	1 h	Verbesserung
23.Feb	2 h	Schreiben
23.Feb	2 h	Quellen überarbeiten
24.Feb	4 h	Schreiben
25.Feb	0,5 h	Vorwort
25.Feb	1,5 h	Recherche
25.Feb	3 h	Layout
02.Mär	4 h	Recherche
02.Mär	4 h	Schreiben
03.Mär	6 h	Schreiben
04.Mär	4 h	Schreiben
05.Mär	1 h	Schreiben
05.Mär	1 h	Treffen mit Paul
06.Mär	4 h	Gemeinsame Texte
06.Mär	5 h	Layout
07.Mär	2,5 h	Überarbeiten
08.Mär	3 h	Verbesserung
09.Mär	3 h	Plagiat-Scan
09.Mär	4 h	Letzte Verbesserung
129 h		Summe aller Stunden

Emm Khol

Name der Schülerin/des Schülers, Klasse:
Paul Erler
Individuelle Themenstellung:
Die Vielfalt der vegetarischen Küche und die Akzeptanz der Angebote bei Konsument:innen

Datum:	Dauer:	Inhalt der Besprechungen:
13.10.2024	2 h	Erstrecherche
17.10.2024	0,5 h	Kontaktaufnahme Interviewpartner
19.10.2024	3,5 h	Onlinerecherche, Literaturrecherche
01.11.2024	3 h	Exzerpieren, weitere Recherche
02.11.2024	2 h	Erstellung Grobkonzept
03.11.2024	4 h	Literaturrecherche
08.11.2024	1,5 h	Onlinerecherche
11.11.2024	1 h	Onlinerecherche
13.11.2024	2 h	Kochbuch Erstrecherche und Grobkonzept
15.11.2024	4,5 h	Onlinerecherche
17.11.2024	2 h	Literaturrecherche
18.11.2024	0,5 h	Besprechung Grobkonzept
23.11.2024	0,5 h	Erstellung der vorläufigen Inhaltsangabe
01.12.2024	3 h	Onlinerecherche
07.12.2024	2 h	Kochbuch Auswahl der Gerichte
09.12.2024	2,5 h	Onlinerecherche
14.12.2024	3 h	Rezepte verfassen
20.12.2024	2 h	Literaturrecherche
28.12.2024	5,5 h	Erste Kapitel verfassen
02.01.2025	6,5 h	Texte verfassen
04.01.2025	3 h	Umfrage ausarbeiten und veröffentlichen
13.01.2025	0,5 h	Besprechung mit Frau Kirchler
17.01.2025	2,5 h	Ausarbeitung Interviewfragen
19.01.2025	2 h	Texte verfassen
21.01.2025	1 h	Interview Oniriq
22.01.2025	1 h	Interview Blum

30.01.2025	0,5 h	Besprechung mit Frau Kirchler
09.02.2025	3,5 h	Onlinerecherche
11.02.2025	2 h	Texte verfassen
12.02.2025	3 h	Interview Oniriq transkribieren
17.02.2025	1 h	Layout überarbeiten
22.02.2025	3,5 h	Texte verfassen
23.02.2025	1 h	Texte ausarbeiten
24.02.2025	2,5 h	Auswertung Umfrage
25.02.2025	0,5 h	Vorwort verfassen
01.03.2025	3,5 h	Interview Blum transkribieren
02.03.2025	4 h	Texte verfassen
03.03.2025	1 h	Quellen nachprüfen
04.03.2025	1,5 h	Weitere Quellen nachprüfen
05.03.2025	1 h	Treffen mit Simon
06.03.2025	4 h	Gemeinsame Texte verfassen
07.03.2025	7,5 h	Texte verfassen
08.03.2025	3,5 h	Überarbeitungen
09.03.2025	1,5 h	Texte zusammenfügen
106,5 h		Summe aller Stunden