

KATRINE LIHN

Gastrosophie – Essen als Seelenöffner

Katrine Lihn ist praktizierende Gastrosophin. Gastrosophie? Das ist eine wenig bekannte Disziplin der Philosophie, die sich nicht nur mit Kulinarik und der Frage beschäftigt, wie Produkte zubereitet werden oder wer am besten kocht – vielmehr geht es darum, was im Zusammenhang mit unserer Nahrung steht. Am Dienstagabend lud die 54-jährige Potsdamerin in ihren Zweitwohnsitz nach Winterhude und stellte ihre Idee vom privaten Kocherlebnis für bis zu zwölf Gäste mit intensiven Gesprächen vor. Denn darum geht es: Um genussvolle Sättigung und geistigen Austausch. „Das Essen dient als Seelenöffner“, erläutert Lihn. Gerade saisonale Rezepte helfen wahre Wunder, um intensiv ins Gespräch zu kommen. Und Kartoffeln in jeder Form und Variante. „An meiner Tafel sitzen Heiterkeit, Interesse, Hoffnung, Vergnügen, Dankbarkeit, Inspiration, Ehr-

furcht und Liebe. Das ganze Spektrum menschlicher Emotionen.“ Nach dem Essen wendet sich die Gastrosophin inhaltvollen Themen zu. Zum Beispiel Fertignahrung, industrieller Massenproduktion oder Demeter-Biohof. Und natürlich die Dauerreizfrage: Fleisch oder ganz ohne? Wofür plädiert die Gastrosophin? „Für den verantwortungsbewussten, respektvollen Umgang mit allen Produkten. Wenn Fleisch, dann nur aus artgerechter Haltung. Fragen Sie Ihren Fleischer, woher das Tier kommt und wie es aufgezogen wurde. Und wenn Fleisch, dann nicht nur das Filet; sondern vom Ohr bis zum Schwanz, als schmackhafter Braten oder Ragout.“ Ein Herz für Vegetarier und raffinierte Fleisch-Alternativen hat die Gemüseliebhaberin jederzeit und kocht zudem in Abständen auch rein vegetarische Menüs. Zur Sprache kommt ein weiteres gesellschaftspolitisches Thema: Die Frage nach Heimat, Identität und wie sich andere Kulturen in unsere Leitkultur integrieren oder sie prägen. „Zu deutscher Gründlichkeit schmecken indische Currys und

spanische Tapas“, sagt Katrine Lihn schmunzelnd. Vor einigen Wochen hat sie für Flüchtlinge gekocht und Stullen mit frischer Butter geschmiert: „Essen ist auch ein Seelentröster und lässt uns das fremdartige Neue intuitiv verstehen. Gastlichkeit und Gastfreundschaft zu erweisen, ist eine sozialstiftende Praktik.“

Am 23. Februar ist der nächste Termin in Hamburg.

www.katrinelihn.de



Gastrosophin Katrine Lihn kocht in privater Atmosphäre in Winterhude: „Das Essen dient als Seelenöffner“

JÜRGEN JOOST