



Camilla Erroi, s5651845

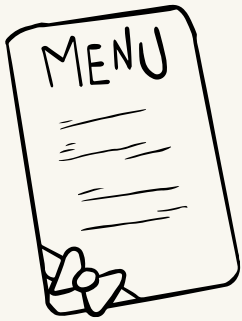
TELLERRAND



Sonderausgabe: Wenn Essen migriert



**EIN MAGAZIN FÜR ALLE, DIE
ÜBER DEN TELLERRAND
SCHAUEN.**



Inhaltsverzeichnis

4

Brief der Herausgeberin



6

Wenn essen Migriert



8

Döner in Berlin



10

Mehr Schein als Sein



12

Pizza in den USA



14

Sushi im Westen



MITWIRKENDE (AUCH BEKANNT ALS BIBLIOGRAFIE)



<https://www.goethe.de/ins/cz/de/kul/mag/20866343.html>

<https://de.wadaef.net/wie-hat-sich-die-essenskultur-in-essen-veraendert/>

<https://amazingfoodanddrink.com/impact-of-migration-on-food-culture/>

<https://www.connollycove.com/japanese-sushis-global-spread/>

<https://buerger-uni.de/woher-kommt-sushi/>

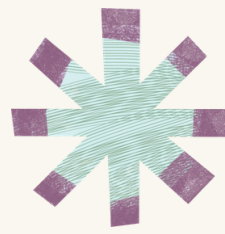
https://en.wikipedia.org/wiki/History_of_sushi

<https://vm.tiktok.com/ZNRvAVrWf/>

<https://www.berlin.de/tourismus/insidertipps/2036421-2339440-doener-kebab-ist-eine-berliner-erfindung.html>

<https://www.tip-berlin.de/stadtleben/doener-kebab-in-berlin-geschichte/>

<https://www.davesamericanfood.com/storia-della-pizza-negli-usa-come-arrivata-come-cambiata/>



Brief der Herausgeberin

Hallo liebe Leserinnen und Leser!

Schön, dass ihr da seid! Ich möchte mich kurz vorstellen: Ich bin Studentin für Sprachen und interkulturelle Kommunikation an der Universität Genua. Meine absoluten Leidenschaften? Musik, Literatur, Reisen, und, wie sollte es anders sein: Essen! Als Italienerin ist der Esstisch für mich nicht nur ein Möbelstück, sondern das Herzstück meiner Kultur und Identität. Meine schönsten Kindheitserinnerungen spielen sich in der Küche meiner Großeltern ab, und meine tiefsten Geheimnisse habe ich mit meinen Freunden bei einer Pizza am Strand oder mit einem riesigen Becher Eis in der Hand geteilt. Essen bedeutet für mich Heimat.

Aber erst, als ich über 700 Kilometer von zu Hause wegzog, für mein sechsmonatiges Erasmus/Abenteuer in Erlangen, einer bayerischen Stadt in der Nähe von Nürnberg, habe ich verstanden, dass Essen noch viel mehr ist: Es ist eine Weltsprache.

In meinem Studentenwohnheim teilte ich mir die Küche mit elf Menschen aus aller Welt: Deutschland, Kroatien, Marokko, Indien, Frankreich und Usbekistan. Am Anfang? Ziemlich peinliches Schweigen. Wir starrten uns an, während wir am Herd warteten, spülten hastig unsere Pfannen ab und verschwanden schnell wieder in unseren Zimmern, um alleine zu essen.

Doch im Dezember passierte das weihnachtliche Wunder auf unserem Stockwerk. Wir beschlossen, zusammen zu kochen.

Die Wahl fiel auf eine einfache Kürbissuppe. Es dauerte fast drei Stunden, weil wir alles von Grund auf selbst machten. Und plötzlich fingen wir an zu reden. Jeder steuerte Tipps aus seiner eigenen Kultur bei. Ali schlug eine Brise Kurkuma und Curry vor, Chloè schnitt die Zwiebeln hauchdünn, und mein deutscher Nachbar Lorenz kam mit literweise Kokosmilch um die Ecke. An diesem Punkt musste ich meinen heiligen italienischen Stolz komplett herunterschrauben und einfach „trust the process“ leben.



Rezepte haben keinen Reisepass. Sie reisen im Gepäck unserer Erinnerungen und schlagen überall dort Wurzeln, wo Menschen zusammen an einem Tisch sitzen



Postkarte von unserem
Weihnachtabendessen
Erlangen, Dezember 2024

Das Ergebnis? In einer Küche, die alles andere als sauber war, mit Bergen von ungespültem Geschirr im Waschbecken, aßen wir um 22 Uhr die beste Kürbissuppe meines Lebens.

In diesem Moment verstand ich, wie wichtig es ist, zu „migrieren“. Wenn ich nicht den Mut gehabt hätte, ins Ausland zu gehen, hätte ich diesen Schlüsselmoment nie erlebt, der meinen Blick auf die Welt verändert hat. Genauso müssen auch Gerichte und Rezepte migrieren: Sie müssen reisen, sich mit fremden Kulturen vermischen, um Neues zu schaffen und Menschen zu verbinden.

Genau diese Erfahrung hat mich zu diesem Projekt inspiriert. Willkommen bei dieser Sonderausgabe des Magazins: Eine Reise dorthin, wo das Essen seine Heimat verlässt, um die Welt zu erobern.

Guten Appetit und viel Spaß beim Lesen!

Camilla Erroi

CHEFHerausgeberin

Guten
Appetit



Wie Migration unsere Teller verändert und uns einander näherbringt: ein Blick um die Welt

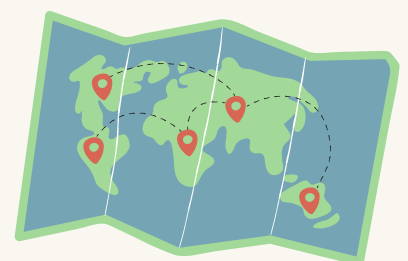
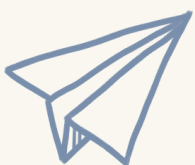
Die Geschichte ist voll von solchen kulinarischen Begegnungen, die unsere heutigen Lieblingsgerichte geprägt haben. Denken wir nur an Lateinamerika: Die spanische Kolonisation brachte Reis, Weizen und Nutztiere wie Schweine und Rinder in die Region. Zusammen mit Gewürzen wie Knoblauch und Koriander verschmolzen diese Zutaten mit den einheimischen Traditionen, woraus Ikonen wie Empanadas oder Ceviche entstanden. Oder schauen wir in die Karibik: Als indische und chinesische Einwanderer dort ankamen, brachten sie Curry, Kurkuma und die Technik des Pfannenrührens (Stir-frying) mit.

Das Ergebnis? Legendäre Gerichte wie das mit Curryfleisch gefüllte Roti. Und selbst die USA wären kulinarisch ziemlich leer ohne die europäischen Migranten, die Pizza, Pasta und Würstchen mitbrachten und so den Grundstein für amerikanische Klassiker wie Mac and Cheese oder Hot Dogs legten.

Diese kulinarische Migration hat unsere Essgewohnheiten im Alltag radikal verändert. Früher war die Küche in vielen Ländern eher eintönig und schwer. Heute ist unsere Ernährung durch den interkulturellen Austausch vielseitiger, bunter und oft auch gesünder geworden. Einflüsse aus aller Welt haben uns gezeigt, wie man Gemüse, Hülsenfrüchte und Gewürze kreativ nutzt, was auch den großen Trend zu vegetarischen und veganen Alternativen stark vorangetrieben hat.

Der tiefste Einfluss der Migration ist jedoch nicht biologisch oder ernährungstechnisch, sondern sozial. Ein neues Restaurant im Viertel oder ein Street-Food-Stand ist oft das erste Tor zu einer fremden Kultur. Über den gemeinsamen Geschmack verlieren die Menschen die Angst vor dem Unbekannten. Am Küchentisch oder an der Imbissbude schmelzen Vorurteile viel schneller als in jeder politischen Debatte.

In dieser Sonderausgabe reisen wir entlang der Routen von weltberühmten Gerichten. Wir entdecken, wie der Döner, die Pizza und das Sushi ihre Koffer gepackt haben, um die Welt zu verändern. Denn am Ende zeigt uns die kulinarische Migration eine wunderschöne Wahrheit: Wir mögen aus verschiedenen Ländern kommen, aber am selben Tisch sprechen wir alle dieselbe Sprache.



Der U-Döner

Jede Stadt hat ihren eigenen Rhythmus, und Berlin hat den Takt des sich drehenden Spießes. Aber wie wurde Döner Kebab zum unangefochtenen König des deutschen Street Foods? Steigt ein in unsere "U-Döner" und reist mit uns durch die Geschichte einer kulinarischen Migration, die Grenzen überschritten hat und sogar wieder zurückgekehrt ist.

U BUSA

Unsere Reise beginnt weit weg von Berlin. Ursprünglich ist der Döner Kebab kein Snack für unterwegs, sondern ein Festmahl. In der Türkei wurde das marinierte Fleisch, traditionell Lamm oder Hammel, seit Jahrhunderten horizontal und später vertikal gegrillt. Der Haken für Berliner Verhältnisse? Man aß den Kebab gemütlich im Sitzen, serviert auf einem Teller mit Reis, Fladenbrot und Joghurt. Köstlich, aber absolut ungeeignet für das hektische Großstadtleben.

U BERLINER ZOO

Hier passiert das kulinarische Wunder: Die Geburtsstunde des modernen Döner-Sandwichs in den 1970er Jahren in West-Berlin durch türkische Einwanderer. Allen voran Kadir Nurman, der 1972 am Bahnhof Zoologischer Garten die Berliner Arbeiter im Dauerstress beobachtete. Er packte das saftige Fleisch zusammen mit Zwiebeln in ein knuspriges Fladenbrot. Diese Berliner Pionierleistung wurde 2011 sogar offiziell vom Verein Türkischer Dönerhersteller in Europa (ATDID) anerkannt. Der Döner zum Mitnehmen war geboren!

U ANKUNFT

Im Jahr 1961 unterzeichneten Westdeutschland und die Türkei ein Anwerbeabkommen, das Tausende türkische Gastarbeiter in die deutschen Städte brachte. Viele von ihnen ließen sich in Berlin nieder, insbesondere im Bezirk Kreuzberg. In ihren Koffern transportierten sie nicht nur Kleidung und Erinnerungen, sondern auch die Sehnsucht nach Heimat, verpackt in Gewürzen, Rezepten und kulinarischen Traditionen, die das Bild der deutschen Hauptstadt für immer verändern sollten.



U DIE SAUCEN-INSEL

Wer heute einen Döner in Berlin bestellt, hört sofort die magische Frage: "Kräuter, Knoblauch oder scharf?". Doch Vorsicht: Diese Saucen und die bunte Gemüsevielfalt (wie Rotkohl und Weißkohl) sind eine reine Berliner Anpassung! In der Türkei wäre eine Joghurt-Knoblauch-Sauce auf diesem Fleisch fast ein Sakrileg. Für die deutschen Gaumen wurde das Rezept jedoch modifiziert. Das Ergebnis? Ein perfekt balanciertes, transkulturelles Meisterwerk.

U INSTAMBUL

Heute ist der Döner aus Berlin nicht mehr wegzudenken: Mit über tausend Dönerbuden stellt die Stadt sogar Istanbul in den Schatten und vereint nachts um 3 Uhr alle sozialen Schichten. Doch hier hält die Geschichte eine faszinierende Wendung bereit: Die Berliner Version des Döners tritt die Heimreise an! Das weiche Sandwich-Brot mit Fleisch, Salat und Saucen wird mittlerweile auch in der Türkei adoptiert. Das zeigt perfekt, was passiert, wenn Essen migriert: Es ist keine Einbahnstraße. Kulinarische Ideen reisen hin und her, passen sich an, transformieren sich und schlagen schließlich neue Wurzeln in ihrer alten Heimat.

U DEUTSCHLANDTOUR

In den 1980er und 1990er Jahren verlässt der Döner seine Berliner Heimat und erobert das gesamte Land. Aus dem lokalen Kiez-Snack wird einer der beliebtesten Fast-Food-Klassiker Deutschlands, absolut gleichwertig mit Hamburger, Pizza und der traditionellen Currywurst. Jede Region und jede Stadt entwickelt im Laufe der Zeit ihre eigenen Varianten, doch das in Berlin geborene Ur-Modell bleibt bis heute der unangefochtene Maßstab

MEHR SCHEIN ALS SEIN

Wie oft denkst du an eine bestimmte Küche der Welt, und das erste Gericht, das dir in den Sinn kommt, ist eigentlich gar nicht authentisch? Stattdessen ist es das Ergebnis von kulturellen Kontaminationen, Kilometer weit weg von zu Hause! Heute räumen wir auf mit den Mythen über die „traditionellsten“ Gerichte einiger Kulturen. Einige davon sind wirklich schockierend! Wie viele von diesen hast du schon gekannt?



Chicken chop suey

Wie oft haben wir in amerikanischen Sitcoms gesehen, dass die Hauptfiguren chinesisches Essen nach Hause bestellen, und besonders oft Chicken Chop Suey? Aber dieses Gericht hat verdammt wenig mit China zu tun! Es ist tatsächlich eine Erfindung von chinesischen Migranten in Amerika, die die Zutaten an den westlichen Geschmack angepasst haben.

Fettucine Alfredo

Das ist vielleicht das berühmteste „italienische“ Gericht der Welt. Aber wir Italiener wissen ganz genau, dass es sich um eine weitere „Americanata“ handelt! Teller voller Nudeln mit Butter und Bergen von Käse sind, zusammen mit Chiken Parmesan und Knoblauchbrot, die besten Beispiele für Essen, von dem die ganze Welt denkt, es sei traditionell, das aber überhaupt nicht authentisch ist. Und mal ehrlich: Wer zum Teufel ist eigentlich Alfredo?



Tacos



Wenn wir an Tacos denken, sehen wir diese harten, U-förmigen, knusprigen Maisschalen vor uns. Aber in Mexiko existieren sie gar nicht! Echte mexikanische Tacos sind immer weiche, flexible Tortillas. Die Hard Shell Tacos sind eine reine Erfindung der Fast-Food-Ketten in den USA (Tex-Mex-Küche). Ein echter Mexikaner würde bei diesem Anblick weinen!



Chicken Tikken Masala

Dieses weltberühmte indische Gericht ist in Wirklichkeit britischen Ursprungs! Ein Koch in Glasgow (Schottland) hat es in den 1970er Jahren erfunden, indem er eine cremige Tomatensauce zu trockenem Hühnerfleisch hinzufügte. Heute ist es eines der meistkonsumierten und geliebtesten Gerichte der Briten, vergesst Fish and Chips, das hier ist der wahre König von England!

Croissant

Okay, um ehrlich zu sein, das hat mich auch schockiert. Aber wusstet ihr, dass das Croissant nicht zu 100 % Made in France ist, sondern österreichische Ursprünge hat? Es stammt vom typisch österreichischen Kipferl ab, das im 17. Jahrhundert erfunden wurde und erst im 19. Jahrhundert nach Frankreich kam. Liebe französische Leser, legt bitte eure Mistgabeln nieder und startet keine neue Revolution, um dieses Gebäck zurückzufordern!



Glückskeks

Der perfekte Abschluss in jedem chinesisches Restaurant: der Glückskeks mit der kleinen Botschaft drin. Doch wenn du nach Peking oder Shanghai reist, wirst du keinen einzigen Glückskeks finden. Sie wurden Anfang des 20. Jahrhunderts in Kalifornien von japanischen Einwanderern erfunden und später von chinesischen Restaurants als Marketing-Gag übernommen. Deine Zukunft liegt also in Amerika, nicht in China!



DOPPELINTERVIEW

von Neapel nach Chicago

Ein transatlantisches Gespräch über Migration, Identität und extra Käse.



DON GENNARO
Die echte neapolitanische
Margherita



"TONY ""DEEP"" ESPOSITO
Der amerikanische Traum:
NY & Chicago Style pizza





Reporter: Willkommen zum ultimativen kulinarischen Duell! Auf der linken Seite: die Wiege der Tradition. Auf der rechten Seite: das Kind der Migration. Bitte stellt euch vor!

Gennaro: Buongiorno! Ich bin ein UNESCO-Weltkulturerbe. Geboren in den Gassen von Neapel, um das Volk zu ernähren. Mein Teig ruht 24 Stunden, darauf kommen San-Marzano-Tomaten, Büffelmozzarella und frisches Basilikum. Ein Kunstwerk, das genau 90 Sekunden im Holzofen bei 450 Grad backt. In der Mitte dünn, der Rand (= cornicione) hoch und luftig. Elegante Schlichtheit!

Tony: What's up, bro! Ich bin pure Substanz. Entweder als gigantisches 45-Zentimeter-Knusperrad aus New York, das man auf der Straße einfach faltet (= the fold), oder als Denkmal aus Chicago: die Deep Dish. Gebacken in der Pfanne, tief wie ein Kuchen, randvoll mit Käse am Boden und schwerer Tomatensauce oben drauf!

Reporter: Wer von euch ist denn nun das wahre Original?

Gennaro: Machst du Witze? 1889 wurde ich zu Ehren der Königin Margherita kreiert. Die Farben der italienischen Flagge! Alles andere ist nur eine nette Nachahmung.

Tony: Ganz ruhig, Gennaro! Fakt ist: Italienische Auswanderer haben das Rezept Anfang des 20. Jahrhunderts im Handgepäck nach Ellis Island gebracht, weil sie Heimweh hatten. Aber wir haben daraus ein globales Phänomen gemacht! Ein Business, das den Planeten erobert hat. Ohne die Migration nach Amerika wärest du heute noch in den Gassen von Neapel gefangen!

Reporter: Reden wir über Zutaten. Was ist das Geheimnis eures Erfolgs?

Gennaro: Die Reinheit. Das Wasser aus Neapel. Wenige, aber perfekte Zutaten. Wenn man industrielle scharfe Salami (Pepperoni) oder Ananas auf mich legt, ist das keine Pizza. Das ist eine kulturelle Beleidigung!

Tony: Das Geheimnis ist Anpassung! Als unsere Großeltern nach New York kamen, gab es keinen frischen Büffelmozzarella. Also nahmen sie Low-Moisture-Mozzarella (den zäh-schmelzenden Block), weil der in amerikanischen Gasöfen besser performt. Essen muss sich weiterentwickeln und mit den Menschen migrieren, anstatt in einem Museum zu verstauben.

Reporter: Und wer schmeckt am Ende besser?

Gennaro: Ich! Ich bin bekömmlich, schonen den Magen und respektiere die Geschichte. Nach einem Bissen von mir möchte man tanzen. Nach einer Deep Dish aus Chicago braucht man ein Visum für das Krankenhaus.

Tony: Das kommt darauf an, wie hart dein Tag war! Deine Margherita ist eine feine Vorspeise, die nach drei Bissen weg ist. Ich wärme der Arbeiterklasse die Seele, egal ob nach 12 Stunden auf der Baustelle in Brooklyn oder im Büro in Manhattan. Ich bin die Pizza der Weltbevölkerung!

Reporter: Hand aufs Herz: Gibt es zwischen euch eigentlich nur Streit?

Gennaro: Ach was. Migration bedeutet Veränderung. Solange man meine Wurzeln respektiert, finde ich Tonys Entwicklung spannend. Er ist eben laut, kreativ und manchmal etwas übertrieben, aber er hat ein gutes Herz.

Tony: Danke, Kumpel! Ich bin ja keine billige Kopie, sondern eine Weiterentwicklung. Ich habe italienische DNA, aber eine US-amerikanische Persönlichkeit. Gennaro bleibt meine wichtigste Inspiration.

Reporter: Was für ein schönes Schlusswort über die Kraft der Migration. Vielen Dank an euch beide!

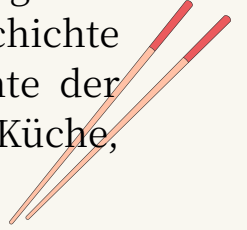
Gennaro & Tony (im Chor): Buon appetito!



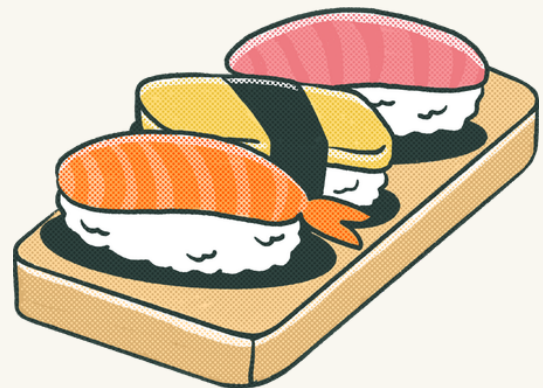
Wie
Sushi
die Welt
erobert hat

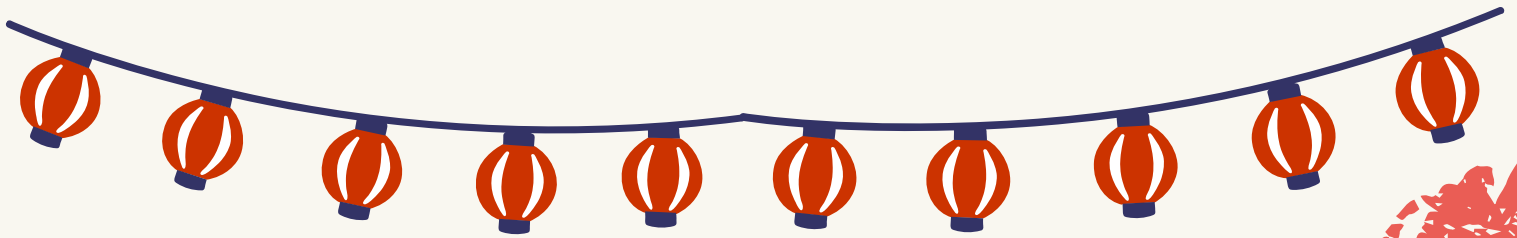


Wenn wir heute an Sushi denken, sehen wir schicke Restaurants, Instagram-Fotos und bunte Teller vor uns. Sushi ist der König des modernen Street-Foods und ein Symbol für Lifestyle. Aber die Geschichte dieses Gerichts ist eine der verrücktesten Reisen in der Geschichte der kulinarischen Migration. Alles begann nämlich nicht als Gourmet-Küche, sondern als einfacher Trick, um Fisch haltbar zu machen.



Ursprünglich stammt die Idee aus Südostasien und kam vor über tausend Jahren nach Japan. Der rohe Fisch wurde in gesäuertem Reis eingelegt, damit er fermentiert und monatelang essbar bleibt. Das Kuriose daran? Der Reis wurde am Ende überhaupt nicht gegessen, sondern einfach weggeschmissen! Man aß nur den Fisch. Erst im 19. Jahrhundert in Edo (dem heutigen Tokio) hatte ein Koch die geniale Idee, frischen, rohen Fisch direkt auf den gewürzten Reis zu legen. Das Nigiri-Sushi war geboren, als schnelles Fast-Food für Arbeiter auf den Straßen Tokios.





In den 1960er und 70er Jahren packte das Sushi seine Koffer und flog nach Amerika. Doch der Start im Westen war alles andere als einfach. Die Amerikaner waren geschockt von der Idee, rohen Fisch zu essen, und sie hassten den Anblick von Nori, der schwarzen Alge. Sie fanden, dass schwarzes Essen unappetitlich aussieht und die Textur zu zäh war. Sushi drohte, ein totaler Flop zu werden.

Doch dann kam die Rettung in Los Angeles, genauer gesagt im Stadtteil Little Tokyo. Ein kreativer Koch namens Ichiro Mashita merkte, dass er das Gericht anpassen musste, um die westlichen Kunden zu erobern. Er erfand den legendären California Roll. Er machte zwei geniale Veränderungen:

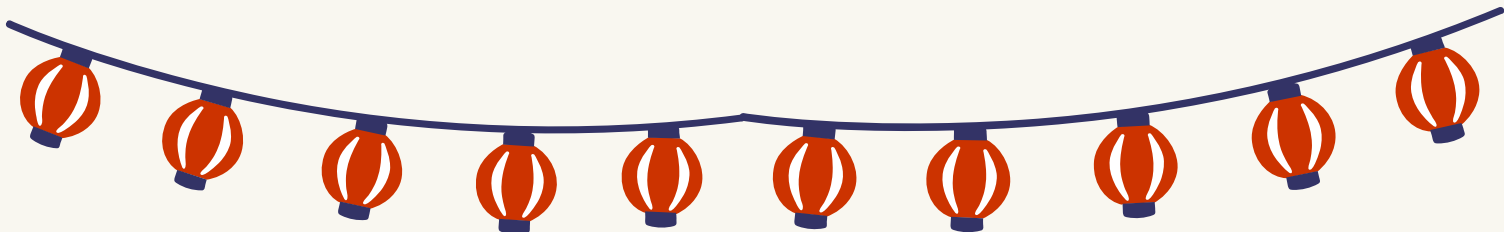
1. Da fetter Thunfisch schwer zu finden war, ersetzte er ihn durch reife Avocado, die eine ähnlich cremige Textur hat, und kombinierte sie mit Surimi (Krebsfleischimitat).
2. Er drehte die Rolle einfach um! Er versteckte die schwarze Alge im Inneren und ließ den weißen Reis außen.



Das war der Wendepunkt. Der California Roll war das perfekte „Trojanische Pferd“: Er schmeckte vertraut, sah harmlos aus und nahm den Amerikanern die Angst vor dem Unbekannten. Von Los Angeles aus verbreitete sich dieser neue Stil wie ein Lauffeuer auf der ganze Welt.

Heute ist Sushi komplett globalisiert. Es hat sich so stark an die westliche Kultur angepasst, dass wir in europäischen Supermärkten Rollen mit Frischkäse, Mayonnaise, gebackenem Hühnchen oder sogar Erdbeeren finden, Dinge, die ein traditioneller Koch in Japan niemals anrühren würde!

Obwohl die Puristen manchmal weinen, zeigt die Geschichte des Sushis perfekt, wie Migration funktioniert. Ein Gericht reist, passt sich den Ängsten und dem Geschmack eines neuen Landes an, verwandelt sich und wird am Ende zu einem weltweiten Phänomen, das uns alle verbindet.



DIY-SUSHI: DIE INTERNATIONALE KÜCHEN-REVOLUTION

Weil wir keine 10 Jahre Zeit haben, um Sushi-Meister zu werden!

Die Zubereitung von traditionellem Sushi ist eine der schwierigsten Künste der Welt. In Japan studieren Meister jahrelang nur, um den Reis perfekt zu kochen. Aber keine Panik! Nur für euch teilen wir heute unser absolutes Lieblingsrezept für ein geniales, und vor allem einfaches, Sushi zu Hause. Schnappt euch eine Bambusmatte, wir holen uns Tokio direkt in die Küche!

Was du brauchst:

- Der Reis: 300g Sushi-Reis (Kurz Kornreis)
- 3 EL Reisessig, 1 EL Zucker, 1 TL Salz (zusammen kurz erwärmen, bis der Zucker schmilzt)
- Die Füllung: Avocado, Gurke, Surimi (oder Räucherlachs, das ist super easy!)
- Die Hülle: Nori-Algenblätter



Schritt-für-Schritt:

- Wasche den Reis so lange mit kaltem Wasser, bis das Wasser komplett klar ist. Koch den Reis nach Packungsanleitung. Nach dem Kochen füllst du ihn in eine Schüssel und mischst das Essig-Wasser vorsichtig unter. Lass den Reis abkühlen (wichtig: nicht im Kühlschrank!).
- Lege ein Nori-Algenblatt auf deine Bambusmatte (die glänzende Seite nach unten). Verteile den Reis mit feuchten Fingern gleichmäßig darauf. Lass oben einen Rand von ca. 2 cm frei.
- Lege deine Zutaten (Avocadostreifen, Gurke, Lachs) in einer Linie in das untere Drittel des Reises. Nicht zu viel hineinstopfen, sonst explodiert die Rolle!
- Jetzt wird gerollt! Rolle das Ganze von unten nach oben mit Hilfe von der Matte auf. Drücke die Rolle dabei schön fest, damit alles kompakt bleibt.
- Nimm ein sehr scharfes Messer und feuchte die Klinge mit etwas Wasser an. Schneide die Rolle zuerst in der Mitte durch, und dann in kleine leckere Stücke



Poste dein Ergebnis und tagge uns!

@tellerand

