Typisch Helene 45: Hundetrainer, Essen wie im Steinzeitalter, Kuhhaut (10. Februar 2012)

Guten Tag, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, heute ist der 10. Februar, herzlich willkommen zur 45. Sendung von "Typisch Helene". Heute entführe ich Sie in drei total verschiedene Welten: Zuerst dreht sich alles um [1] Hunde, oder besser gesagt: Um einen Hundetrainer, der in Deutschland, Österreich und in der Schweiz ein Superstar ist. Danach erzähle ich Ihnen von Menschen, die essen wie im Steinzeitalter. Und zum Schluss reden wir noch über einen wunderschönen, alten deutschen Ausdruck, über: "Das geht doch auf keine Kuhhaut." Ich freue mich, sind Sie wieder mit dabei!

{enclose HeleneD_45_20120210.mp3}

Ich habe vor kurzem gelernt, liebe Zuhörer, dass man die Menschheit in zwei Gruppen einteilen kann: In Menschen mit Hund und Menschen ohne Hund. Zu welcher Gruppe gehören Sie? Zu der mit oder ohne? Gehören Sie zu denen, die Hunde lieben, die stundenlang über Hunde reden können, die jeden Tag mit ihrem Hund spazieren gehen, ja vielleicht sogar mit dem Hund in die Hundeschule gehen? Oder gehören Sie zu jenen Menschen, die vor Hunden Angst haben oder sich über Hunde aufregen, weil sie einem beim Joggen so doof hinterher rennen? Ich gehöre zur zweiten Gruppe. Denn als ich klein war, bin ich einmal von einem Hund in den Arm gebissen worden. Es war nicht schlimm, der Hund wollte nur spielen, aber ich hatte natürlich schreckliche Angst. Er hat mich über den Spielplatz gejagt und gebellt [2]. Seither mache ich um Hunde einen grossen Bogen [3] und finde sie höchstens als Welpen [4] süss. Und weil ich um Hunde einen Bogen mache, interessiert mich auch kaum etwas, was mit Hunden zu tun hat. Und nun habe ausgerechnet ich einen Hundetrainer für ein Interview getroffen - stellen Sie sich vor: von allen Leuten ausgerechnet ich. Und dieser Hundetrainer war Martin Rütter.

Wenn Sie Hunde lieben und einen Fernseher haben, kennen Sie ihn sicher, liebe Zuhörer. Martin Rütter ist so etwas der Hundepapst. Er kommt aus Deutschland, ist Vater von vier Kindern und ist die Hauptfigur der Fernsehsendung "Der Hundeprofi". In dieser Sendung geht er zu Hundebesitzern nach Hause und hilft ihnen, Probleme mit ihren Hunden zu lösen. Rütter ist also ein Hundeerzieher. Und dieser Job hat ihn im deutschsprachigen Raum so berühmt gemacht, dass er für seine Fans eben fast so wichtig geworden ist, wie der Papst für viele Katholiken. Nun hat Martin Rütter aber nicht nur Fernsehauftritte, sondern auch live Shows, an denen er in Deutschland, Österreich und in der Schweiz auftritt [5]. Und diese Shows finden nicht etwa in kleinen, gemütlichen Theatern statt, sondern in Hallen mit Tausenden von Plätzen. Als ich das hörte, wurde ich neugierig: Warum um Himmels Willen, füllt ein Hundetrainer ganze Hallen? Ich hatte keine Ahnung, wer dieser Rütter war, und wollte mir das unbedingt ansehen. Als Martin Rütter wieder einmal in der Schweiz war, kaufte ich mir ein Billett. Die Show fand im Theater 11 in Zürich-Oerlikon statt. Dieses Theater hat 1500 Sitzplätze, und ich hatte von Martin Rütters Manager gehört, dass die Vorstellung drei Abende hintereinander ausverkauft war. Trotzdem ging ich mit keinen grossen Erwartungen hin, ich meine, was konnte an einem Hundetrainer so spannend sein? Als ich dann aber ins Theater kam, fiel mir auf, wie fröhlich die Atmosphäre war. Neben mir sass eine junge Frau, die das Programmheft, ihr Handy und das Lexikon "Hund-Deutsch/Deutsch-Hund" auf ihren Knien hatte. "Ich habe einen Belgier", flüsterte sie mir zu, "und Sie?" - "Äh, bitte? Was meinen Sie?". Sie kicherte: "Ich meine, ich habe einen Belgischen Schäfer. Und Sie? Haben Sie auch einen Hund?" - "Ach so, nein, nein, ich habe keinen Hund", antwortete ich und kam mir total fehl am Platz vor [6]. Ich sollte einen Hund haben? So schräg! [7] Aber dann - endlich kam der Meister auf die Bühne - in Turnschuhen, Jeans und T-Shirt, und begann sofort mit seinem Programm. "Das Schlimmste ist, die Hunde zu vermenschlichen!", rief er in den Saal. "Ich gebe Ihnen einige Beispiele aus meinem Hunde-Alltag. Was passiert, wenn ein Mann nach 15 Bier mit seinen Kumpels [8] um fünf Uhr morgens zu seiner Frau ins Bett kriechen will? Die sagt doch: ‹Puah, riechst du schlecht, geh aufs Sofa!› Trottet [9] dann aber der Hund heran und pustet [10] seinem Frauchen [11] ins Gesicht, wird sie sagen: ‹Ach, mein Süsser, ja, komm, komm, komm zu mir ins Bett!› Und das sagt sie, ganz egal, ob der Hund eben gefressen oder gekotzt [12] hat. Wer, bitte, hat denn nun mehr Rechte im Haus? Der Hund oder der Mann?" Das Publikum brüllte vor Lachen [13], die Frau neben mir wischte sich die Tränen von den Wangen. "Genau so ist es", sagte sie, "da hat der Rütter schon recht!" Und zu meiner ganz grossen Überraschung merkte ich, dass auch ich gerade laut gelacht hatte. Wie hat das dieser Rütter nur geschafft? Darüber, liebe Zuhörer, denke ich heute noch nach. Aber eines ist sicher: Ich werde das nächste Mal wieder im Publikum sein.

***

Ja, und nach dieser nun doch eher langen Geschichte über den Hundepapst kommen wir nun zu einem kulinarischen Thema: Und zwar zu Menschen, die nur das essen, was es schon in der Steinzeit gab, im Paläolithikum. Es geht um die so genannte Paleo-Diät. Die Paleo-Diät ist eine amerikanische Erfindung, hier, in der Schweiz hat man noch nicht so viel von ihr gehört. Und die Paleo-Diät, die müssen Sie sich wie folgt vorstellen: Sie dürfen nur essen, was es zu jener Zeit gab. Das heisst, Fleisch, Fisch, Beeren, Früchte, Gemüse, Kräuter, Nüsse und Mandeln, die ganz Extremen essen noch Wurzeln und Insekten dazu.
Paleo-Menschen essen jedoch kein Getreide, also kein Brot, keine Teigwaren und keinen Reis, sie essen keine Kartoffeln, keine Milchprodukte und keinen Zucker. Sie tun dies, weil sie glauben, dass der menschliche Organismus nur jene Nahrungsmittel gut verdauen kann, die es bereits in der Steinzeit gab. Na ja. Nun werden Sie sich sicher fragen, wie ich auf Paleo-Menschen in der Schweiz gestossen bin [14]. Ganz einfach: Können Sie sich an meinen guten alten

Freund Benedikt erinnern? Ich habe schon in vielen Sendungen von ihm erzählt. Benedikt und ich waren kürzlich wieder einmal zusammen essen. Er wollte dabei unbedingt in ein Steak House. Also gut, fand ich, gehen wir in ein Steak House. Ich bestellte mir ein schönes Stück Fleisch, dazu frischen Spinat und Pommes Frites. Benedikt jedoch wollte nur Fleisch mit Broccoli. Das war alles. Ok, das Fleischstück war riesig. Aber bloss Broccoli dazu? Ich fühlte mich ein bisschen unwohl, denn wenn der Mann so viel weniger isst als die Frau, ist das ja schon merkwürdig. Ausser, natürlich, er ist fett und muss abnehmen, aber Benedikt ist schlank und extrem durchtrainiert. "Was ist denn los", fragte ich ihn. "Hast du keinen Hunger oder bist du krank?" - "Nein, nein, ich mache Paleo." - "Paleo?" - "Ja, Paleo. Ich esse weder Getreide noch Kartoffeln noch irgendwelche verarbeiteten Lebensmittel, wie Fertig-Lasagna oder so, wie es die Diät eben vorschreibt." - "Spinnst du?" - "Nein, überhaupt nicht. Das tut meinem Körper gut." - "Aber nur Fleisch und Broccoli. Kann das denn gut sein?" - "Ah, und wie!" Und so war es dann auch. Benedikt ass seine Broccoli, ich die Pommes Frites. Und so ist es denn auch jedes Mal, wenn wir essen gehen: Wir gehen nie zum Italiener, auch nicht zum Japaner, denn Sushi besteht ja auch Reis, und Shashimi mag er nicht. Beim Thai nimmt er keinen Reis, beim Inder ebenso, das Brot auf dem Tisch lässt er sofort vom Kellner wegtragen. Was in den meisten Fällen bleibt - ist Fleisch und Broccoli.

***

Ich habe mittlerweile ziemlich viel zum Thema Paleo-Diät gelesen und von anderen Leuten gehört, dass man durchaus sehr kreativ sein kann, wenn man selber kocht. Viele machen zum Beispiel den Milchschaum beim Cappuccino aus Mandelmilch oder Pommes Frites aus Süsskartoffeln. Das hört sich ja nicht so schlecht an. Aber eben: Es ist schon sehr anstrengend! Aber nun zum Schluss noch Folgendes, liebe Zuhörer. Haben Sie hier in der Schweiz oder in Deutschland den Begriff "das geht ja auf keine Kuhhaut!" gehört?

Zum Bespiel, wenn jemand sagt: "Der Kellner hat so viel Trinkgeld verlangt. Ich gebe ja gerne Trinkgeld, wenn der Service gut war. Aber seine Forderungen waren nun wirklich unverschämt. Die gehen auf keine Kuhhaut!" Und haben Sie sich dann gefragt, was das mit der Kuhhaut bedeuten könnte? Nun, diesen Ausdruck benutzt man, wenn man sagen will, dass einem etwas zu viel geworden ist, wenn etwas nicht passt, wenn man wütend ist, dann geht das auf keine Kuhhaut. Ursprünglich kommt die Redensart aus dem Mittelalter. Damals waren die Menschen davon überzeugt, dass alle ihre Sünden aufgeschrieben werden. Am Tag des jüngsten Gerichts, so glaubte man jedenfalls, sollte dann anhand der Sünden-Liste entschieden werden, ob man in den Himmel oder in die Hölle kommt. Derjenige, der die Sünden der Menschen aufschrieb, war natürlich der Teufel, so, wie es sich gehört. Er notierte die Vergehen [15] der Beichtenden [16] auf Pergament [17]. Das wurde aus der Haut von Schafen, Ziegen, Kälbern und auch Kühen hergestellt. Das Stück Pergament aus der Kuhhaut war im Verhältnis zu den anderen sehr viel grösser. Aber wenn nun jemand schrecklich viel zu beichten hatte, passten die Sünden nicht einmal mehr auf eine Kuhhaut. Daher, also, die Redewendung, die heute noch gebraucht wird. Übrigens: eine ausgewachsene Kuh ist etwa 2 Meter 50 lang, 1 Meter 50 hoch und 80 Zentimeter breit. Das macht also ungefähr 4 Quadratmeter Kuhhaut. Und darauf hat sehr viel Platz.

***

Ja, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, das wars für heute. Wir hören uns wieder am 24. Februar, hier, auf www.podclub.ch. Dann reden wir unter anderem über eine Licht- und Segensfeier in der katholischen Kirche. Bis dahin wünsche ich Ihnen eine wunderschöne Zeit. Auf Wiederhören.

[1] sich drehen um: handeln um
[2] bellen: Geräusch von Hunden
[3] einen Bogen machen um: ausweichen
[4] der Welpe: junger Hund
[5] auftreten: auf der Bühne stehen
[6] sich fehl am Platz vorkommen: sich deplatziert fühlen, am falschen Ort sein
[7] so schräg!: so komisch!
[8] der Kumpel: der Freund
[9] trotten: langsam gehen
[10] pusten: blasen
[11] das Frauchen: Hundebesitzerin
[12] kotzen: erbrechen
[13] vor Lachen brüllen: laut lachen
[14] stossen auf: treffen, begegnen
[15] das Vergehen: die Sünde
[16] der Beichtenden: jemand, der beichtet, seine Sünden zugibt
[17] das Pergament: eine Art Papier