



Fabio Pignataro vom Pizzakurier II Peperone findet, eine Pizza komme auch ohne Mozzarella aus.

Bilder Reto Schneider

«Vegan zu leben, bedeutet vor allem, achtsam zu sein»

VEGANISMUS Eine Pizza ohne Käse und ein Frühstück ganz ohne Milchprodukte – mit solchen Angeboten gehen Gastbetriebe auf neue Ernährungsbedürfnisse ein. Die ZSZ hat vegane Trends in der Region unter die Lupe genommen.

Mit Schwung verteilt der Pizzaiolo den Sugo kreisförmig auf dem Teig. Er zerbricht Broccoli in kleine Röschen, zupft Spinat in Stücke und verteilt alles auf der Pizza. Als Nächstes folgen Peperonistreifen und zur Garnitur einige Oliven – fertig. Fertig? Da fehlt doch was: der Käse!

Fabio Pignataro winkt lachend ab. Der Inhaber des Pizzakuriers II Peperone ist überzeugt, dass eine gute Pizza auch ohne Mozzarella auskommt. «Bei der Marinara, einer typisch neapolitanischen Variante, ist das seit jeher der Fall.» Dem Männedörfler geht es bei seiner Pizza ohne Käse aber nicht um regionale Besonderheiten, sondern um ein neues Bedürfnis der Kundschaft: die vegane Ernährung. Also ein Speiseplan ohne Fleisch, Milch, Eier, Honig und alle anderen Produkte tierischen Ursprungs. Die vegane Pizza hat er seit Mitte November im Angebot. Seither betrage die Nachfrage fünf bis zehn Prozent, sagt Pignataro.

Tierwohl und Gesundheit

Nach gut drei Minuten im 330 Grad heißen Ofen ist die Pizza bereit für den Test. Der Chef schneidet sie nicht mit irgendeinem Pizzarad in Stücke, son-

dern mit jenem, das mit «vegan» angeschrieben ist: «Es wäre ja sinnlos, wenn ich zuvor damit die Pizza mit Schinken geschnitten hätte.» Der Teig ist auffallend fein, das Gemüse noch etwas knackig, der Sugo zurückhaltend gewürzt. Uns fehlt er schon ein wenig, der Mozzarella – andererseits wird klar: Kein Veganer ist zu bemitleiden, wenn er eine solche Pizzas geniesst.

Die vegane Lebensweise polarisiert. Immer mehr Menschen in der Schweiz sind Anhänger davon, weil sie die Nutztierhaltung als systematische Ausbeutung von Tieren sehen – aber auch aus gesundheitlichen und ökologischen Gründen. Die Vereinigungen Swissveg und Vegane Gesellschaft Schweiz schätzen, dass sich hierzulande 0,5 bis 1 Prozent der Bevölkerung konsequent vegan ernährt. Umgekehrt werden Veganer als Körnlipicker bezeichnet, die mit ihrer Ideologie bei anderen missionieren würden.

Verzicht auf Käseersatz

Fabio Pignataro hält wenig von solchen Zuschreibungen. Vegan zu leben, bedeute vor allem, achtsam mit dem eigenen Konsumverhalten umzugehen, glaubt er. Dafür sensibilisiert haben ihn

Freunde, die diese Lebens- und Ernährungsweise für sich pflegten, dies aber nicht an die grosse Glocke hängten. «Sie wollen niemanden bekehren», sagt der 41-Jährige. Selber würden sie aber oft wegen ihrer Ernährung angesprochen. Pignataro isst nach eigenen Angaben nur kleine Mengen Fleisch.

Dass Veganer Ersatzprodukte bräuchten, die Käse oder Fleisch nachahmen, glaubt der Männedörfler nicht. So verzichtet er denn auch auf Käseersatz auf den Pizzen. Wer wolle, dürfe den Pizzaiolos im II Peperone trotzdem sein eigenes Ersatzprodukt mitbringen – auf dass die vegane Pizza ganz den Wünschen der Kunden entspreche.

Nur das Gipfeli fehlt

Die Zeichen der Zeit erkannt haben auch Bettina und Richard Hirsch, die in ihrem Haus in Männedorf seit 14 Jahren ein Bed & Breakfast führen. Ihren Gästen bieten sie neuerdings ein veganes Frühstück an. Als die ZSZ zum Besuch erscheint, ist der Tisch reich gedeckt: mit Birchermüsli, Sojajoghurt, Konfitüren, pikanten Aufstrichen, frisch aufgeschnittener Avocado, Früchten und Brot. «Nur bei den Gipfeli bin ich noch nicht fündig geworden, die enthalten immer Butter», sagt die Hausherrin. Gerade trägt sie als Krönung ein Schälchen mit fein gewürzten und angebratenen Tofuwürfeln herein – sie

machen sich bestens als Rühreiersatz.

Dass im 200-jährigen Haus zum Weingarten kein Fleisch auf den Tisch kommt, erfahren die Gäste bei der Buchung über die Internetseite der Familie Hirsch. Manche seien dann aber doch verwundert, wenn sie beim Früh-

«Die Leute sind wacher, wollen gesünder leben.»

Bettina Hirsch, Bed&Breakfast-Betreiberin

stück auch die geliebten Eierspeisen nicht erblickten, erzählt Bettina Hirsch. Ohne Eier kocht sie schon seit Jahren. Ihr Mann verzichtet seit 2013 ganz auf tierische Produkte, sie selber hat ebenfalls schon fast vollständig auf eine vegane Ernährung umgestellt.

Mehr als ein Trend

Auch unter ihren Gästen habe in den letzten drei, vier Jahren ein enormer Bewusstseinswandel stattgefunden, sagt Hirsch: «Die Leute sind wacher, wollen gesünder leben.» Ein Gast mit Weizen-

unverträglichkeit komme jeweils von weit her, weil er wisse, dass im Hause Hirsch auch glutenfreie Speisen aufgetischt würden. Für das Ehepaar ist klar: Bewusste Ernährung ist mehr als ein kurzlebiger Trend. Kürzlich seien sie in Wien gewesen, erzählt Richard Hirsch, und dort habe sogar das Frühstücksbuffet in einem ganz normalen Hotel eine vegane Sektion enthalten.

Bettina Hirsch macht indes keinen Hehl daraus, dass die Umstellung auf eine vegane Ernährung auch viel Aufwand und Denkarbeit bedeute. Das normale Joghurt im Birchermüsli durch ein Sojajoghurt zu ersetzen, sei da noch das Einfachste. Im Gegensatz zu Pizzaiolo Fabio Pignataro ist sie durchaus offen für Fleischersatzprodukte. So hat sie Gästen, die sich zum Frühstück Wurstwaren wünschten, schon erfolgreich die vegetarische Salamialternative Velami aufgetischt. «Auch passionierte Fleischesser», sagt Bettina Hirsch lachend, «wollten mehr davon.»

Anna Six

Der Pizzakurier II Peperone bietet für Weizenallergiker auch Pizzen mit Teig aus Dinkelmehl an. Bergstrasse 37, Männedorf, 044 790 16 76, www.ilpeperone.ch. Hirsch's International Sheema Lodge, Alte Landstrasse 307, Männedorf, 044 790 39 13, www.facebook.com/SheemaBnB

Neue Tests für Einbürgerung

HOMBRECHTIKON Seit 1. Januar gelten für kommunale Einbürgerungsverfahren neue Regeln. Eine Änderung besteht in der zwingenden Einführung eines Sprachtests. In Zukunft wird nur noch eingebürgert, wer einen Sprachkompetenznachweis vorlegen kann. Die Grundlage dieses Nachweises ist ein Deutschtest. Den muss die Gemeinde nicht selber durchführen, sondern kann ihn an speziell vom kantonalen Gemeindeamt ausgewählte Firmen delegieren. Der Gemeinderat Hombrechtikon hat dafür die Akrotea.ch GmbH mit Sitz in Rüti ausgewählt, wie es in einer Mitteilung heisst. Personen, deren Muttersprache Deutsch ist, müssen keine Sprachprüfung ablegen. Gleiches gilt für Personen, welche in der Schweiz während mindestens fünf Jahren den Unterricht auf Volksschulstufe oder Sekundarstufe II in deutscher Sprache besucht haben.

ZSZ

Faule Pfähle ersetzt

HOMBRECHTIKON Im Feldbacher Hafen Schirmensee waren die Bootspfähle in die Jahre gekommen. Diese sind inzwischen ersetzt worden. Dafür wurde ein Kredit von 56 000 Franken gesprochen. Wie der Hombrechtiker Gemeinderat nun in einer Mitteilung schreibt, wurde der Kredit nicht voll ausgeschöpft, sondern um rund 5000 Franken unterschritten.

ZSZ

Räte erhalten Bürgerrecht

HOMBRECHTIKON Gemäss einer alten Tradition sollten alle Gemeinderatsmitglieder das Hombrechtiker Bürgerrecht besitzen. Wie der Gemeinderat mitteilt, hat er dieses nun Rainer Odermatt, Christine Wight, Jeannette Honegger und Daniel Wenger mit Ehepartnern erteilt. Damit seien sämtliche Ratsmitglieder «richtige» Hombrechtiker.

ZSZ

Altpapier bereitstellen

OETWIL Am Samstag, 10. Januar, führt der FC Oetwil am See die Papiersammlung in Oetwil durch. Die Mitglieder des Vereins beginnen mit der Sammlung um 8 Uhr. Sollte etwas liegen bleiben, kann dies unter der Telefonnummer 079 431 32 91 gemeldet werden. e

ANZEIGE

Konzerte und Theater
Lesegesellschaft Stäfa

Fr | 16. Januar 2015 | 19.30 Uhr
Gemeindesaal Stäfa

«Improvisación»
mit Matthias Ziegler

Vorverkauf:
SBB-Schalter, Bahnhof Stäfa
& fairmondo, Stäfa

Eintrittspreis:
Kat. A CHF 38.- / Kat. B CHF 29.-
www.lesegesellschaft.ch



Tofuwürfeln können Veganern als Ersatz für Rührei dienen.



Bettina Hirsch tischt ihren Bed & Breakfast-Gästen ein reichhaltiges Frühstück ohne tierische Produkte auf.