

GRAUBÜNDEN VIVA Leonie Liesch über nachhaltige Kulinarik von Schaf und Geiss

Vom Hof auf den Teller und ins Herz

Es war einer dieser goldenen Oktobertage in der schönen Lenzzerheide. Ich durfte an diesem Tag beim Anlass zum Thema «Nachhaltige Gastronomie» dabei sein. Organisiert wurde dieser von Graubünden Viva zusammen mit Bio Cuisine, Bio Grischun und dem Restaurant «Scalottas Terroir». Was ich dort erlebte, war mehr als eine Netzwerkveranstaltung. Es war ein lebendiger Beweis dafür, dass echte Veränderung beim gemeinsamen Essen, Reden und Zuhören beginnt.

Der Tag begann auf dem Hof San Duno von Bruno Hassler in Zortzen. Zwischen Schafen, Geissen und den Menschen, die mit Hingabe für ihre Tiere sorgen, wurde schnell klar: Hier wird Landwirtschaft nicht als Pflicht,



Mehr als nur kulinarische Leckerbissen: Servierter Teller in Zortzen. (FOTO GRAUBÜNDEN VIVA)

«

Beim Essen versteht man plötzlich, warum Regionalität kein Schlagwort, sondern ein Kreislauf ist.

»

sondern als Leidenschaft verstanden. Dann kam das Mittagessen und ich gebe zu: Hätte ich nicht gewusst, dass es Schaf- und Geissfleisch ist, hätte ich es nicht herausgeschmeckt. Und dann, was noch viel wichtiger ist: Es war einfach so lecker! Ein Tatar vom Schwarznasenschaf, Carpaccio von der Engadiner Aue, ein Ragout von der Pfauen-

geiss, begleitet von knusprigem Holzofenbrot aus Lain. Jeder Bissen erzählte eine Geschichte. Von Bergen, Weiden, Geduld und von Menschen, die das alles in Geschmack übersetzen können. Was mich besonders berührte: Sie zeigten, dass Schaf und Geiss keine Nischenprodukte mit Imageproblem sind, sondern Delikatessen, die einfach Zeit, Respekt und die richtige Bühne brauchen.

Am Nachmittag ging es im Hotel «Schweizerhof» weiter. Dort standen Köche, Landwirte und ein Metzger auf dem Podium und sprachen über ihre Erfahrungen. Kein Fachjargon, kein Marketing, sondern echte Gespräche über Hürden und Chancen. Es ging um die Brücke zwischen Hof und Herd, um Vertrauen, um den Mut, Neues auszuprobieren. Besonders hängen geblieben ist mir der Gedanke, dass Köche heute eine

Art Dolmetscherrolle haben: Sie übersetzen die Sprache der Produzenten in genussvolle Erlebnisse für Gäste.

Was an diesem Tag greifbar wurde: Solche Formate bauen Hemmungen ab. Sie schaffen Nähe. Wenn Landwirte, Gastronomen und Gäste miteinander ins Gespräch kommen, verschwinden Berührungängste und dies auf beiden Seiten. Es ist etwas anderes, über nachhaltige Ernährung zu reden, als sie gemeinsam zu schmecken. Beim Essen versteht man plötzlich, warum Regionalität kein Schlagwort, sondern ein Kreislauf ist.

Diese Erkenntnis trug auch die Schaf- und Geisswoche, die kurz darauf in verschiedenen Bündner Pärken stattfand. Unter dem Motto «Geniessen statt vergessen» luden Restaurants in den Bündner Pärken dazu ein, sich auf eine kulinarische Entdeckungsreise zu be-

geben. Wieder standen Schaf und Geiss im Mittelpunkt. Begleitet wurden die Essen von kleinen Tischreden aus der Praxis. Ich war beeindruckt, wie viel Interesse, ja fast Begeisterung, diese Kombination von Genuss und Wissen auslöste. Die Gäste hörten aufmerksam zu, stellten Fragen, lachten und verliessen die Restaurants nicht nur satt, sondern auch ein wenig nachdenklich.

Vielleicht sind es genau solche Erlebnisse, die den Unterschied machen. Sie öffnen den Blick, schaffen Verständnis und machen Lust auf mehr. Wer erlebt hat, wie gut ehrliche, regionale Küche schmecken kann, fragt sich unweigerlich: Warum nicht öfter? Der Geschmack bleibt mir in bester Erinnerung und dies nicht nur als Fest für den Gaumen, sondern als Erinnerung daran, wie nah Genuss und Verantwortung beieinander liegen. Wahre Nachhaltig-

keit beginnt manchmal ganz einfach: mit einem Teller, einem Gespräch und der Bereitschaft zuzuhören. In dem Sinne ein Viva auf unsere gelebte nachhaltige Kulinarik von Schaf und Geiss.

LEONIE LIESCH ist Geschäftsführerin des Vereins Graubünden Viva.



GASTKOMMENTAR Judita Arenas zum Welt-Aids-Tag vom 1. Dezember

Für eine solidarische, aufgeklärte Gesellschaft

Am 1. Dezember ist Welt-Aids-Tag. Ein Symbol für Solidarität mit Menschen mit HIV, und Erinnerung an die Aids-Verstorbenen. Es stellt sich aber auch die Frage, ob es diesen Tag und die Aids-Hilfen überhaupt noch braucht?

Regelmässig erhalten wir Anfragen von Menschen aus dem ganzen Kanton, die sich mit der Frage auseinandersetzen, ob sie in einer bestimmten Situation dem Risiko einer HIV-Infektion oder der Ansteckung mit einer anderen sexuell übertragbaren Infektion (STI) ausgesetzt sein könnten. Diese unterschiedlichsten Menschen verbindet eines: Scham, und die Angst vor den vorherrschenden Bildern in den Köpfen unserer Gesellschaft, sich mit einer Infektion durch sexuellen Kontakt angesteckt zu haben. Wir sprechen hier von Moralvorstellungen, Vorurteilen und Stigmatisierung. Insbesondere Menschen mit HIV erleben in der Schweiz Diskriminierungen, vor allem im Gesundheitssektor und bei Sozialversicherungen. Wer heute ein HIV-positives Testergebnis erhält, spürt nicht nur körperliche, sondern auch gesellschaftliche Folgen: Angst vor Ablehnung, Schuldgefühle, Rückzug.

«Ich hatte Sex. Ungeschützt. Ich habe gegoogelt und habe nun Panik und Angst, HIV zu haben. Ich möchte zum Testen kommen». Solche Anfragen sind mit die häufigsten, die wir auf der Fachstelle erhalten. Unsere Aufgabe besteht darin, die richtigen Fragen zu stellen, um das HIV-Risiko einschätzen zu können; Beim Oralsex (Mund zum Geschlecht) besteht kein HIV-Risiko. Bei ungeschütztem Vaginalsex (Penis in Vagina) steigt das Risiko an und beim ungeschützten Analsex (Penis in Anus) ist das Risiko am höchsten. Das Testen ist dann sinnvoll, wenn man die Inkubationszeit und die Art der Sexpraktik in die Evaluierung einbezieht.

Erstaunlich oft erhalten wir auch Anfragen von Frauen*, die sich noch nie testen lassen haben, trotz sexueller Aktivität. Teilweise aus Unwissen und grösstenteils aus Scham. Auch bei gynäkologischen Sprechstunden trauen sich viele Frauen* nicht, das Thema anzusprechen, und gehen davon aus, dass die medizinischen Fachpersonen «das schon sehen würden, wenn da was wäre».

In unserer täglichen Arbeit geht es auch darum, dieser Angst mit Fakten zu begegnen. Wir empfehlen, nicht Dr. Google oder KI zu fragen, denn dies löst meist mehr Verwirrung aus, als es den Menschen hilfreiche Antworten liefert.

HIV ist heute eine chronische Erkrankung, die sich unter erfolgreicher

Therapie sehr gut behandeln lässt und dann auch nicht mehr übertragbar ist. Menschen mit HIV können heute in der Schweiz leben, lieben, arbeiten und Familien gründen wie Menschen ohne HIV.



«

Der Welt-Aids-Tag ist ein politischer und sozialer Weckruf. Er erinnert daran, dass HIV nicht nur ein Virus, sondern auch eine soziale Frage ist.

»

Im Jahr 2024 hatten wir in der Schweiz 318 HIV-Neuinfektionen zu verzeichnen. Andere STIs steigen, bei Gonorrhoe, Syphilis und Chlamydien sind wir auf einem hohen Niveau (siehe Bundesamt für Gesundheit aktuelle Zahlen zu HIV und STI). Das Dating-Verhalten hat sich verändert, die Menschen sind mobil – sie reisen, sie migrieren, sie leben in vielfältigsten Beziehungen weit über die Schweizer Grenze hinaus. Da Menschen mit HIV unter erfolgreicher Therapie niemanden anstecken können, geht das grösste Infektionsrisiko von unentdeckten HIV-Infektionen aus. Damit Menschen sich testen lassen und Neuinfektionen gefunden werden können, müssen sie Bescheid wissen über Risiken, Schutzmöglichkeiten und Testing-Angebote. Es braucht deshalb weiter Investition in Bildung, Öffentlichkeitsarbeit und Prävention. Nicht nur bei Männern, die Sex mit Männern haben, sondern auch in der breiten Öffentlichkeit.

Organisationen wie die Aids-Hilfe Graubünden leisten Tag für Tag genau solche Arbeit. Sie testen auf sexuell übertragbare Infektionen, beraten, klären auf. Sie bieten geschützte Räume für Menschen, die mit Unsicherheiten, Ängsten oder Vorurteilen kämpfen. Sie bringen Themen wie Sexualität, Vielfalt und Gesundheit niedrigschwellig, kompetent und menschlich in die Gesellschaft.

Gerade in einer Zeit, in welcher staatliche Gelder schrumpfen, die öffentliche Aufmerksamkeit abnimmt und queere Menschen wieder verstärkt unter Druck geraten, braucht es Aids-Hilfen als verlässliche Orte der Solidarität, der Sichtbarkeit und der sexuellen Gesundheit.

Der Welt-Aids-Tag ist nicht nur eine rote Schleife. Er ist ein politischer und sozialer Weckruf. Er erinnert daran, dass HIV nicht nur ein Virus, sondern auch eine soziale Frage ist. Er gibt den Menschen eine Stimme, die oft nicht gehört werden, und fordert uns alle auf, hinzusehen, zu handeln, zu sprechen und urteilsfrei zu begegnen.

Solange Menschen mit HIV stigmatisiert werden, solange Prävention an sozialen Hürden scheitert, solange Wissen durch Schweigen ersetzt wird, solange sind Aids-Hilfen wichtig. Und so lange ist der Welt-AIDS-Tag nötig.

Am Montag, 1. Dezember, können Sie durch den Kauf eines Solidaritätsdesserts in allen Merz-Filialen sich selbst etwas Süßes gönnen. Gutes tun und gleichzeitig unsere Arbeit unterstützen. Wir danken Merz herzlich für die Solidaritätsaktion, bei welcher ein Teil des Erlöses an die Aids-Hilfe Graubünden geht!

JUDITA ARENAS, Geschäftsleitung und Fachstelle für Prävention und Beratung der Aids-Hilfe Graubünden in Chur.