

FREIZEIT

REZEPT



Reissalat Sushi-Style

ZUBEREITUNG

Salzwasser aufkochen, Reis dazugeben und zugedeckt bei kleiner Hitze nach Packungsanweisung weich garen. Den Reis in ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und ausdampfen lassen.

Inzwischen die Zuckerschoten quer in dünne Streifen schneiden. In einem Topf Wasser zum Kochen bringen, die Zuckerschoten ca. 2 Min. blanchieren. Dann in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Räucherlachs in mundgerechte Streifen schneiden. Das Nori-Blatt mit einer Küchenschere in feine Streifen schneiden und den Ingwer klein schneiden. Für das Dressing Sojasauce, Essig, Öl und Wasabipaste glatt verquirlen.

Zuerst das Dressing auf zwei Gläser verteilen. Nacheinander den Reis, Zuckerschoten, Lachs, Ingwer, Sesam und das Nori-Blatt darschichten. Gläser verschließen, in den Kühlschrank stellen und ca. 1 Stunde vor dem Essen Raumtemperatur annehmen lassen. Salatportion auf einen Teller stürzen und durchmischen.

ZUTATEN

150 g Wildreis-Langkorn-Mischung
150 g Zuckerschoten
150 g Räucherlachs
1/2 Nori-Blatt
1 EL eingelegter Ingwer
1 EL heller Sesam
3 EL Sojasauce
1 1/2 EL Reissig
5 EL Rapsöl
1/2 TL Wasabipaste
Salz

Das Rezept stammt aus „Lunch im Glas“ von Cora Wetzstein. Erschienen bei GU Verlag.



ERNÄHRUNG

Gesundes Soja

Sojabohnen, insbesondere in Form traditioneller Lebensmittel wie Tofu, Miso oder Sojadrink, bereichern durch ihre hohe Nährstoffdichte und die hohe biologische Wertigkeit des Proteins eine pflanzenbetonte Ernährung. Darüber hinaus bringt der Gehalt an Phytoöstrogenen in Sojabohnen eine Reihe gesundheitsförderlicher Wirkungen mit sich. In den vergangenen 20 Jahren ist das Wissen über Soja massiv gestiegen. Heute erscheinen pro Jahr rund 2.000 wissenschaftliche Studien dazu. „In Bezug auf die präventive Wirkung bei Brust- und Prostatakrebs ist die schützende Wirkung von Soja durch Meta-Analysen mittlerweile gut belegt“, erklärt die Ernährungswissenschaftlerin Angela Mörxhuber. Der „Verein Soja aus Österreich“ will das Bewusstsein für Lebensmittel aus heimischem Soja fördern und initiierte heuer am 1. Mai den ersten Österreichischen Soja-Tag. Die wenigsten wissen, dass Soja schon lange auf Österreichs Feldern heimisch ist. Am 1. Mai 1875 eröffnete die Weltausstellung im Wiener Prater und eine japanische Delegation brachte eine Handvoll Sojabohnen mit. „Heute rangiert Soja mit fast 68.000 Hektar nach Weizen, Mais und Gerste hierzulande bereits auf Rang vier der Flächenstatistik. Viele Sojaprodukte in heimischen Regalen werden aus österreichischen Sojabohnen erzeugt“, erklärt Karl Fischer, Obmann des Vereins Soja aus Österreich. red

AUSSTELLUNG

Das kommunikative Universum Tankstelle

Einfach Tankstelle oder doch Begegnungszentrum, Nabel der Welt und Ursprung allen Tratsches? Das Volkskundemuseum in Graz zeigt darüber eine Schau.

Namika, die Rapperin und Sängerin aus Frankfurt, hat den besonderen Reiz der Tankstelle gleich in der ersten Strophe ihres Hits „Lieblingmensch“ verewigt: „Selbst der Stau auf der A2 ist mit dir blitzschnell vorbei. Und die Plörre von der Tanke schmeckt wie Kaffee auf Hawaii. – Yeah!“

„Super“ – klingt derzeit im Grazer Volkskundemuseum bewusst doppeldeutig. Denn neben den Schät-

VON ULRICH AHAMER

zen des Alltages, die Geschichten erzählen, den volkskundlichen Sammlungen, beschreibt die aktuelle Schau den „Mythos Tankstelle“. Die erste Tankstelle Österreichs gab es im Herbst 1924 am Rande der Grazer Altstadt am Jakominiplatz. Heute drehen die städtischen Busse dort um. – Beachtenswert sind schon damals die behördlichen Vorschriften und die Anrainerproteste im Zuge der geplanten Erweiterung. Die

Zu sehen ist in der Schau „Mythos Tankstelle“ etwa ein originalgetreuer Nachbau des Benz Patent-Motorwagens Nummer 3. Damit unternahm im Jahr 1888 Bertha Benz, Ehefrau von Carl Benz, Erfinder des Automobils, mit ihren beiden Söhnen die erste überlieferte Ausfahrt mit einem Motorfahrzeug. Auf der Fahrt von Mannheim nach Pforzheim über Karlsruhe gab es den ersten Tankstopp der Geschichte bei einer Apotheke in Wiesloch im nördlichen Baden-Württemberg, wo der gesamte Vorrat an Fleckbenzin aufgekauft wurde.

Schmuckstücke aus dem Petroleumhimmel sind historische Zapfsäulen, Bastelbögen über Tankstellen aus den 50er-Jahren oder eine Fotoserie über kühne Tankstellenarchitektur oder Grazer Tankstellen bei Nacht. Dem ORF war das Biotop der Tankstelle vor zwei Jahren eine Reportage des Formats „Am Schauplatz“ wert. Und in den Filmarchiven schlummern Komödien, die dieses Biotop als Handlungsmittel-



HISTORISCHES ARCHIV BP/ARAL

gezeigten behördlichen historischen Exponate lesen sich sehr tagesaktuell. Letztendlich scheiterte der gewünschte Ausbau am Widerstand.

Laut dem Kurator Helmut Eberhart, emeritierter Professor am Institut für Kulturanthropologie und Europäische Ethnologie der Uni Graz, ist die Ausstellung ein Spin-off einer studentischen Arbeit, die nun mit Partnern als Ausstellung verwirklicht werden konnte. Geburtshelfer waren das Institut für Kulturanthropologie und Europäische Ethnologie der Universität Graz sowie die Wirtschaftskammer Steiermark, die zur Finanzierung entscheidend beitrug.

Erweiterung des Angebots

Die Tankstelle ist längst über ihre eigene Bestimmung hinausgewachsen. Wo es früher neben Sprit bestenfalls Limo, Bier und Kaugummi gab, offerieren die Tankstellen samt den schon fast serienmäßig eingemieteten Handelsketten eine Grundversorgung rund um die Uhr. Pizza und Bier kurz vor Mitternacht oder frisches Gebäck Sonntagfrüh? Ab zur Tankstelle! „Diese neu dazu gekommene Bedeutung der Tankstellen macht den Reiz aus und sichert die Standorte ab“, ist sich Jürgen Roth, Vizepräsident der Wirtschaftskammer Österreich und Fachgruppenobmann Energiehandel, sicher. „Wenn die Zahl der Wirtshäuser abnimmt, treffen sich die Leute eben auf der Tankstelle. Das ist ein kommunikatives Zentrum, wo sich der Herr Hofrat und der Arbeiter über den Weg laufen.“

punkt auserkoren haben, wie „Die Drei von der Tankstelle“ aus dem Jahr 1930 sowie die Neuverfilmung aus dem Jahr 1955. Der fröhlich-seichte Stoff dient nach wie vor für volle Häuser in den heimischen Theatern. Der Dokumentarfilmer Werner Boote wiederum drehte 2014 „Geschichten vom Leben – An der Tankstelle“.

Die Tankstelle ist im Kino stets ein beliebter Ort, an dem wie im realen Leben Menschen aufeinander treffen, die sich sonst kaum begegnen würden. Etwa in den Klassikern „Die Vögel“, „Blues Brothers“, „Rambo I“ bis hin zum Streetmovie „Die Braut von der Tankstelle“ oder dem deutschen Dokumentarfilm „Tankstellen des Glücks“ aus dem Jahr 2016. Hier macht sich der Schauspieler und Musiker Friedrich Lichtenstein mit einem goldenen Oldtimer auf dem Weg quer durch Europa, auf der Suche nach der romantischsten Tankstelle am Kontinent.

Harald Pflieger, Obmann der Fachgruppe Garagen-, Tankstellen- und Serviceunternehmungen der steirischen Wirtschaftskammer, eröffnete vor wenigen Tagen eine mit hohem finanziellem Aufwand neu gestaltete Tankstelle: „Wir werden immer Energie verkaufen, doch die zusätzlichen Angebote wie Café, Einkaufsmöglichkeit bis hin zu Post und Apotheke werden immer wichtiger. Und die Leute wollen eine persönliche Begegnung an der Tankstelle.“

Zu sehen ist die Schau noch bis 6. Jänner 2020.