

Der Wasserschmecker

Autor(en): **Peter, Theodora / Koch, Werner**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Revue : die Zeitschrift für Auslandschweizer**

Band (Jahr): **48 (2021)**

Heft 2

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1052220>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Der Wasserschmecker

Für Kenner wie Werner Koch ist Wasser weit mehr als ein Durstlöscher. Der 57-jährige Gerontologe ist einer der ersten «Wasser-Sommeliers» der Schweiz.

INTERVIEW: THEODORA PETER

Werner Koch, wie schmeckt Wasser?

Leitungswasser, das wir zu Hause aus dem Hahnen zapfen, ist grundsätzlich geruchsneutral. Hingegen lassen sich bei Mineralwasser, das unbehandelt am Ort der Quelle in Flaschen gefüllt wird, die enthaltenen Mineralien herauschmecken: Natrium, Magnesium und Kalzium weisen einen Eigengeschmack auf. Hydrogencarbonat zum Beispiel hinterlässt sensorisch ein leicht pelziges Gefühl auf der Zunge, und es unterstützt die Verdauung. Eine Rolle für die «DNA» von Wasser spielt, durch welche Gesteinsschichten es geflossen war: So schmeckt kalkhaltiges Wasser aus dem Jura leicht nach Gips. Mineralwasser aus Granitvorkommen enthalten weniger herausgelöste Mineralien und schmecken für mich so, als hätte man gerade einen Felsen abgeleckt.

Leitungswasser ist in der Schweiz trinkbar. Weshalb also Mineralwasser kaufen?

Man sollte Leitungswasser nicht gegen Mineralwasser ausspielen. Beides hat seine Berechtigung. Wir haben in der Schweiz eine enorme Wasservielfalt und dürfen stolz sein, dass wir bedenkenlos jederzeit und überall Wasser aus einem Hahnen trinken können. Das ist im Vergleich zu vielen Ländern ein Privileg. Mineralwasser kann eine Abwechslung bieten zum alltäglichen Leitungswasser. So kann ein passendes Mineralwasser etwa den Genuss eines schweren Rotweins abrunden.

Schmeckt stilles Wasser besser als sprudelndes?

Die Kohlensäure ist eher für die sensorische Wahrnehmung des Wassers von Bedeutung. Was einem mehr zusagt, ist Geschmackssache. Viele Menschen bevorzugen nur leicht perlendes Wasser. Wasser mit mehr Kohlensäure ist – wie der Name schon sagt – säurehaltiger.

Empfehlen Sie temperiertes oder eiskaltes Wasser?

Auch das ist eine Frage der persönlichen Präferenz. Stilles Wasser zum Essen darf ruhig ein paar Grad wärmer sein als Mineralwasser mit Kohlensäure. Zur Erfrischung eignet sich kohlesäurehaltiges Wasser, das durchaus sehr kühl sein darf. Kalt sollte auch das Trinkwasser sein, dass man sich vom Hahnen in der Küche zapft. Nur wenige mögen lauwarmes Leitungswasser.

Wieviel Wasser sollte der Mensch täglich trinken?

Empfohlen sind mindestens 1,5 Liter Wasser oder 30 Milliliter pro Kilo Körpergewicht. Mit zunehmendem Alter verspürt man weniger Durst. In unserem Alterszentrum motivieren wir die Bewohnerinnen und Bewohner zum Trinken, indem wir Wasser mit Kräutern, Früchten oder Gemüse aromatisieren. Experimentieren lohnt sich – zum Beispiel mit der Zugabe von Stangensellerie, den man im Wasser ziehen lässt. Ganz toll ist die erfrischende Kombination von Basilikum mit Erdbeeren. Die Menschen mögen Abwechslung - und trinken dadurch mehr.

Hat sich Ihr Blick auf das wertvolle Gut Wasser verändert?

Ich gehe bewusster damit um und lasse den Wasserhahnen nie unnötig laufen. Wir sollten alles tun, dass auch zukünftige Generationen jederzeit und überall Zugang zum Naturprodukt Wasser haben. Immer frisch, immer natürlich. Denn Wasser ist Leben.



Werner Koch ist diplomierter Gerontologe und Leiter des Alterszentrums Stampfenbach in der Stadt Zürich. Den Lehrgang zum «Wasser-Sommelier» bei Gastro Suisse absolvierte er aus persönlichem Interesse. Nebst dem gekonnten Degustieren von Mineralwasser fasziniert ihn die Vielfalt und Herkunft von Trinkwasser.