südostasien
Zeitschrift für Politik • Kultur • Dialog

[post_category]
Autor*in: [post_coauthors]

Sage mir, was du isst…

In ‚Little India', dem indischen Viertel von Singapur gibt es zahlreiche Möglichkeiten, indische Nahrungsmittel einzukaufen. Dennoch vermissen viele indische Migrant*innen die traditionelle Küche Indiens. © Carlos Donderis, Flickr CC-BY-NC-ND-2.0

*Singapur: Indische Migrant*innen legen großen Wert auf authentische indische Gerichte. Diese Leidenschaft können sie in Singapur nur begrenzt ausleben. Für ihren Artikel interviewte unsere Autorin indische Migrant*innen zu ihrem Ernährungsverhalten.*

Bereits bei der Gründung Singapurs als britischer Militär- und Handelsposten im Jahr 1819 durch Stamford Raffles wurde die Bevölkerungsstruktur durch Migrant*innen gebildet. Sie kamen überwiegend aus China, Malaysia und Indien. Die meisten von ihnen blieben für immer. Heute leben ihre Nachfahren in Singapur, als Singapur-Inder*innen, Singapur-Malai*innen oder Singapur-Chines*innen.

Gemüsestand in *Little India* © Sandra Pahr-Hosbach

Die indische Kultur im Inselstaat

Um die Ernährungsakkulturation südindischer Migrant*innen in Singapur zu verstehen, lohnt sich ein Blick auf die Geschichte und Kultur der indischen Population des Inselstaates. Im Jahr 1821 bildeten Inder*innen 2.8 Prozent der singapurischen Bevölkerung, im Jahr 2019 waren es 9 Prozent. Aufgrund der wirtschaftlichen Kontakte zwischen Singapur und Indien, haben 82 Prozent der Singapur-Inder*innen südindische Wurzeln. Singapur-Inder*innen gehören mit 59 Prozent überwiegend dem Hinduismus an. Es existieren 25 Hindu-Tempel im Stadtstaat Singapur.

In *Little India*, dem indischen Viertel Singapurs, lebten in früheren Zeiten überwiegend indische Migrant*innen aus Tamil Nadu. Aufgrund des ‚CMIO-Modells', einer Bevölkerungspolitik, die Chines*innen, Malay*innen, Inder*innen und Andere als zwar unterschiedlich aber gleichberechtigt erkennt, wohnen Inder*innen heutzutage über ganz Singapur verteilt. Dennoch gilt *Little India* als Bewahrungsort der indischen Kultur und ist reich an indischer Architektur, Kultur und Geschichte. Hier feiert die indische Bevölkerung ihre Festivals. Indische Arbeiter*innen verbringen in *Little India* ihre Wochenenden gemeinsam. Am *Tekka Markt*, dem größten indischen Markt, verkaufen Händler*innen frische Lebensmittel, wie Obst, Gemüse, Fleisch und Fisch, aber auch typische indische Gewürze.

Das Shopping-Center *Mustafa* bietet rund um die Uhr an sieben Tagen der Woche ein umfassendes Angebot an indischen Lebensmitteln, Musik, Spielen, Kleidung und anderen indischen Waren.

Essen als Symbol für eine multikulturelle Gesellschaft

Für die indische Bevölkerung bildet Essen ein wichtiges Kulturgut. Es gilt als Teil der Religion, der Kaste und der eigenen Identität. Ähnlich der indischen Bevölkerung pflegt auch die Bevölkerung Singapurs eine enge Beziehung zum Essen. Oft wird das Essen als Nationales Symbol beschrieben. Auch bei offiziellen Feierlichkeiten des Landes wird Essen häufig als Symbol für die Multikulturalität des Landes benutzt, indem zum Beispiel indische Curries, malaiische Satays und chinesische Nudeln serviert werden. Auch an touristischen Plätzen wie dem Restaurant des bekannten *Singapore Zoo* werden Speisen aller drei Kulturen angeboten. Ebenso ist in den für Singapur typischen *foodcourts* stets Essen aus allen drei Kulturen zu finden.

Diverse ethnische Gerichte auf der Speisekarte des Zoorestaurants © Sandra Pahr-Hosbach

Singapur – ein kulinarisches Paradies für indische Migrant*innen?

Wie ernähren sich indische Migrant*innen, die heute in das Land kommen, um dort zu arbeiten? Haben Singapur-Inder*innen eine Basis für indische Migrant*innen geschaffen, die Ernährung wie im Herkunftsland ermöglicht und damit die Eingewöhnung ein Stück weit erleichtert? Die folgenden Interviews mit indischen Migrant*innen ermöglichen einen Blick hinter die Kulissen und zeigen, welche Haltung südindische Migrant*innen gegenüber dem Essen in Singapur annehmen und wie weit es ihnen hilft, sich heimisch zu fühlen. Die Interviews wurden mit Frauen und Männern aus Südindien geführt, die allein in Singapur leben, um zu arbeiten oder die als Ehefrau ihre

arbeitenden Männer begleiten. Alle Interviewpartner*innen zählen zur indischen Mittelschicht, wobei sie nach eigenen Angaben zu verschiedenen Kasten gehören. Alle beschreiben sich als Hinduist*innen. Im Folgenden sind Originalzitate von Interviewpartner*innen aufgelistet. Einige Personen kommen dabei mehrfach zu Wort.

Hast du dein Ernährungsverhalten nach deinem Umzug von Indien nach Singapur verändert und wenn ja, welche konkreten Veränderungen waren es?

„Zum ersten Mal habe ich Nudeln versucht (zum Frühstück), Cornflakes und Haferflocken. Ja, mein Frühstück hat sich komplett verändert. Ich bedaure dies wirklich." (R.A.)

"Da sind viele Veränderungen im Vergleich zu indischem Frühstück. Hier essen wir nur Brot und Cerealien. Aber in Indien aßen wir indisches Frühstück." (U.R.)

"Nicht wie zu Hause. Frühstück bestand dort normalerweise aus Chapati, Idli oder Dosas. Aber hier tendieren wir dazu, nur schnell ein Toast zu essen …" (A.N.)

"Ich denke, was sich verändert hat, ist dass wir eine Menge anderer Zutaten aus anderen Küchen verwenden." (V.I.)

"Normalerweise koche ich indisches Essen zu Hause. Ich denke an das Essen meiner Mutter, aber ich versuche es niemals zu kochen, da ich nicht weiß wie." (R.A.)

Indische Frau in Singapur © Sandra Pahr-Hosbach

“…ich habe vielleicht 50-mal nicht-vegetarisches Essen gegessen.” (N.A)

“…es endete damit, dass ich zu McDonalds gehe … fast wöchentlich. Wir gehen zu McDonalds oder irgendeinem anderen Fast Food Restaurant.” (A.N.)

“Ich versuche es (zu kochen). Anfangs war es nicht gut. Ich habe es nicht gegessen. Ich habe es einfach weggeworfen. Aber nach einiger Zeit habe ich es gelernt, aber ich koche nicht so gut, wie meine Mutter (…) Wenn ich die Auswahl hätte, nur chinesisches Essen zu essen, würde ich nur so viel essen, dass ich damit überlebe.” (S.A.)

“Ich koche genauso wie zu Hause, ich esse das gleiche Gemüse und was auch immer ich zu Hause gekocht habe. Mit der Ausnahme, dass das sogenannte *western food* in unser Leben getreten ist.” (A.N.)

„Wir haben unsere Ernährung definitiv etwas umgestellt gegenüber dem, was wir in Indien gegessen haben. Das gleiche Essen, die gleichen Gerichte, wir haben alles nur ein bisschen verändert, um es gesünder zu machen." (V.A.)

„Als ich bemerkte, dass ich die Chance dazu habe, habe ich Fleisch probiert…nur so aus Neugierde." (C.H.)

„Hier essen wir wahrscheinlich wesentlich gesundheitsbewusster." (S.A.)

"Wir lieben italienisches Essen. Meine Kinder könnten von italienischem Essen überleben. Ich denke manchmal, meine Kinder waren in ihrem vorherigen Leben Italiener" (N.A.)

"Wir haben begonnen, Tacos zu Hause zuzubereiten, meine Tochter hatte einen Kochkurs in der Schule und hat dies dort gelernt." (S.A.)

"Die Ernährung änderte sich, nachdem ich hierher kam, lernte ich chinesisches Essen zu essen." (J.U.)

Welche Faktoren haben deine Ernährungsakkulturation im Wesentlichen beeinflusst?

Auf die Frage, was die Ernährungsanpassung beeinflusst, haben sich verschiedene Antwortcluster gezeigt. Für machen Interviewpartner*innen hatte es mit Vertrauen in das Essensangebot in Singapur zu tun. Für andere war das Thema Gesundheit zentral. Des Weiteren waren Heimweh, Identität und Geschmacksvorlieben Faktoren, die in den Interviews genannt wurden. Auch Zeit, Geld und Verfügbarkeit hatten einen Einfluss auf das Ernährungsverhalten der interviewten Migrant*innen. Und schließlich wurde die eigene Mutter als Gate-Keeperin für die Ernährungsgewohnheiten der migrierten Personen genannt.

Es ist einerseits eine Frage des Vertrauens.

„Ich bin wirklich offen gegenüber anderem Essen, wie Sandwiches, Pizza oder Pasta, also Essen, dem ich vertrauen kann. Aber bei chinesischem Essen kann ich nie sicher sein, ob es nicht in irgendeiner Weise Meeresfrüchte oder Fleisch enthält … denn im chinesischen Essen gibt es kein echtes vegetarisches Konzept." (N.I.)

"Innerhalb von einer Stunde nach dem Essen bekam ich eine Reaktion (Erbrechen) … danach habe ich nur noch selten nicht-indisches Essen probiert." (R.A.)

"Wenn sie (fast food Restaurants) etwas frittieren, benutzen sie immer wieder dasselbe Öl, das ist möglicherweise nicht so gut für die Gesundheit." (D.E.)

Dann ist da der Anspruch an die Gesundheit.

„Wir Tamilen glauben, dass es sehr wichtig ist, was wir essen, besonders weil…Hindus behandeln ihren Körper wie einen Tempel … in dem ihr Geist lebt." (J.E.)

„Ich bevorzuge indisches Essen zum einen, weil es besser schmeckt, aber auch weil es gesünder ist." (V.I.)

„Ich weiß, welches Essen gut für mich ist und welches nicht. Wenn ich Reis esse, weiß ich, wie lange ich benötige, um ihn zu verdauen, wie viel Gewicht ich zunehme. Bei anderem Essen weiß ich nicht,

wie ich es zubereiten soll oder welche Zutaten darin sind.“ (D.E.)

„In unserer Kaste essen wir keinen Knoblauch, aber ich denke, Knoblauch ist wichtig und gut für die Gesundheit. Daher habe ich mir angewöhnt, etwas Knoblauch zu verwenden. Wenn ich italienisch koch, nutze ich Knoblauch.“ (V.A.)

„Als ich nach Singapur kam habe ich gelernt, dass chinesisches Essen und auch anderes Essen gesund ist. Sie essen vieles roh und gekocht. In indischem Essen ist viel Öl, das ist nicht gesund.“ (A.K.)

Das Gefühl von Heimweh spiel eine Rolle.

„Wir vermissen sehr vieles in Singapur, vieles, was meine Mutter gekocht hat, wir können es hier nicht zubereiten oder es würde sehr lange dauern.“ (A.N.)

„Meine Mutter kochte dieses Gemüse Biryani. Ich liebte es sehr. Was auch immer sie kochte, den exakten Geschmack davon bekomme ich hier nicht.“ (A.K.)

„Vom kommerziellen Aspekt können wir hier alles kaufen, aber auf jeden Fall vermissen wir einige Dinge, die wir zu Hause bekommen haben…die meine Mutter gekocht hat.“ (N.A.)

„Einige Gerichte die aus meinem Garten zu Hause gekocht wurden, diesen Geschmack bekomme ich hier nicht. Vielleicht fühle ich mich auch einfach besser, wenn ich weiß, dass diese Gemüse aus meinem Heimatgarten kommen.“ (V.I.)

„Ab dem Zeitpunkt, wenn ich den heimischen Flughafen in Indien betrete, überlege ich, was ich zu Hause essen möchte,“ (D.E.)

„Offensichtlich vermisse ich Mamas Essen. Deswegen bitte ich sie, wenn sie nach Singapur kommt, zu kochen.“ (U.R.)

Außerdem ist es eine Frage der Identität.

„Ich bin mit indischen Essen aufgewachsen. Wenn du mich bitten würdest, anderes Essen einmal in der Woche zu essen, wäre das okay für mich. Aber jeden Tag oder zu jeder Mahlzeit könnte ich nicht auf indisches Essen verzichten. Ebenso würden es meine Kinder nicht tun, auch nicht mein Mann.“ (A.N.)

„Okay, ich könnte überleben (ohne indisches Essen). Aber es ist wirklich schwierig.“ (N.A.)

„Ich könnte nicht ohne indisches Essen leben für länger als eine Woche… danach wird es wirklich schwierig für mich.“ (S.A.)

„Ja, ich könnte überleben … aber überleben ist anders als ‘pleasing your tongue‘.“ (N.A.

Geschmacksvorlieben sind von Bedeutung.

„Nein, ich halte den Geruch (von chinesischem Essen) nicht aus. Er ist zu stark für mich.“ (R.A.)

„Ich mag den Geruch von reinem chinesischem Essen nicht.“ (S.A.)

„Und chinesisches Essen ist sehr roh. Ich bin nicht gewöhnt an diese Art von Essen… . Ich fühle mich … wenn das Gemüse so roh ist … fühle ich mich wie eine Kuh oder sowas. “ (I.P.)

Zeit, Geld und Verfügbarkeit kommen als weitere Aspekte hinzu.

„Ich habe begonnen, mehr nicht-vegetarisches Essen zu essen, denn in Indien ist die Auswahl an vegetarischem Essen größer.” (S.R.)

“Ich probiere auch chinesisches und malaiisches Essen. Ich bin nicht so streng mit indischem Essen, denn ich bekomme hier kein authentisches indisches Essen.“ (R.A.I.)

„An Sonntagen, ah, haben die Hawker Center in der Universität geschlossen. Nur McDonalds hat dann geöffnet.” (G.E.)

“Weil ich ins Büro eilen möchte, bevorzuge ich Brot oder manchmal, wenn ich zu spät bin, streiche ich das Frühstück. Die erste Mahlzeit ist dann das Mittagessen.” (R.A.I.)

“Wenn wir lange im Büro bleiben, gibt es keine andere Möglichkeit als McDonalds.” (V.I.)

Mutter als gate-keeper.

„Jedes Mal, wenn ich nach Indien komme, lehrt mich meine Mutter einige neue Gerichte zu kochen.” (S.A.)

“ Meine Mutter war in den letzten zwei Monaten hier zu Besuch. Sie hat unsere Maid gelehrt, indisch zu kochen.” (J.U.)

“Ich habe in Indien immer meiner Mutter beim Kochen geholfen. Seitdem ich hier lebe, rufe ich meine Mutter an, wenn ich etwas kochen möchte, sie gibt mir das Rezept und ich versuche es dann zu kochen.“ (I.P.)

Unterstützt die Anwesenheit der indischen Kultur und insbesondere der indischen Nahrungsangebote die Ernährungsakkulturation der südindischen Migranten in Singapur?

Hinduisten beim Thaipusam Festival in Singapur © Sandra Pahr-Hosbach

Obwohl Singapurer*innen wie auch Inder*innen eine sehr enge Bindung und Leidenschaft zum Essen haben, konnten die meisten der befragten Migrant*innen diese Leidenschaft in Singapur nicht ausleben.

Der Einfluss ist nicht so stark, wie man anhand der in Singapur anwesenden indischen Kultur vermuten könnte. Heimweh, die kulturelle Identifikation mit indischem Essen, verfügbare Zeit für Nahrungszubereitung, – beschaffung oder – verzehr, Gesundheitsaspekte, sowie die Verfügbarkeit der Zutaten, das Vertrauen in das angebotene Essen, aber auch die Familienkonstellation in Form anwesender Kinder oder Großeltern beeinflussten das Ernährungsverhalten der südindischen Migrant*innen vorrangig. Ein besonders großer Einfluss geht von den in Indien lebenden Müttern der Migrant*innen aus. In fast allen Fällen nehmen sie auf verschiedene Weise die Position des *„gate-keepers from the background“* ein.

Der Einfluss der indischen Kultur in Singapur machte sich überwiegend erst bemerkbar, als den Migrant*innen ausreichend Zeit und Geld zur Verfügung stand, um diese Angebote zu nutzen und wenn sie bereits einige Jahre im Land lebten und ausreichend Gelegenheit hatten, das Angebot zu erkunden.

Dieser Text erscheint unter einer Creative Commons Namensnennung 4.0 International Lizenz.