

## PRESSEMELDUNG

01. MÄRZ 2021 / 3 SEITEN + SERVICE

KLOSTER ALPIRSBACH: 7. MÄRZ TAG DER GESUNDEN ERNÄHRUNG

### *Kloster Alpirsbach*

## 7. März: Tag der gesunden Ernährung – Wein für die Klosterschüler

*Der 7. März ist der „Tag der gesunden Ernährung“: Dass man sich nicht zu allen Zeiten darunter das gleiche vorgestellt hat, zeigt ein Blick in die alten Klöster und geschichtenreichen Schlösser des Landes. Zum Beispiel im Kloster Alpirsbach: Da gehörte der Wein schon für die Klosterschüler zum Alltag.*

### GESUNDE ERNÄHRUNG ODER SCHIERE NOT?

Essen in früheren Jahrhunderten war anders: Das erforderte schon allein die Versorgungssituation. In den Topf kam in den meisten Küchen, was in der Gegend oder gar auf dem eigenen Feld und im Garten wuchs. Und das hieß im deutschen Winter: wenig Abwechslung. Zwiebeln, Kraut und Rüben waren lagerfähige Gemüse, Getreide gab es als Brot und als Brei. Die Äpfel und Birnen aus dem Herbst konnte man dörren und so haltbar machen. Wie man mit dieser Kargheit umging, zeigt ein Blick in die Speisepläne des Klosters Alpirsbach zur Klosterschulzeit, im 16. Jahrhundert.

### ESSEN IM KLOSTER – GENAU GEREGLT

Die Klosterschüler bekamen zwei Mal am Tag ihre Mahlzeiten. Die erste gab es im Sommer um 9 Uhr und im Winter um 10 Uhr. Dann wurde abends um 17 Uhr gegessen – am Sonntag wie an Werktagen. In der „Hofstuben“ saßen jeweils sieben Klosterschüler zum Essen an einem Tisch. Diese detaillierten Informationen sind in einem Bericht des Alpirsbacher Klosterverwalters vom 10. November 1576 zu finden.

### WAS AUF DEM SPEISEPLAN STAND

An einem Sonntagmorgen bekam jeder Klosterschüler „...1. Rinderin voessen, 2. Suppen, 3. Fleisch... jede fleischmahlzeit 6 pfundt, 4. Rieben oder kraut“, schreibt der

1/3

**KOMMEN. STAUNEN. GENIESSEN.** Die Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg öffnen, bewahren, vermitteln und vermarkten 62 historische Monumente im deutschen Südwesten. 2019 besuchten rund 4 Mio. Menschen diese Originalschauplätze mit Kulturschätzen von höchstem Rang: darunter Schloss Heidelberg, Schloss und Schlossgarten Schwetzingen, das Residenzschloss Ludwigsburg, Schloss und Schlossgarten Weikersheim, Weltkulturerbe Kloster Maulbronn, Kloster und Schloss Salem sowie die Festungsrue Hohentwiel.

**IHR PRESSEKONTAKT** Presse- und Medienservice der Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg bei der Staatsanzeiger-Agentur: Telefon +49(0)711.6 66 01-38, f.lang@staatsanzeiger.de

**BILDDOWNLOAD** Fotografien der Monumente in druckfähiger Qualität finden Sie im Internet unter: [www.schloesser-und-gaerten.de](http://www.schloesser-und-gaerten.de) (Bereich „Presse“/„Pressefotos“).

## PRESSEMELDUNG

01. MÄRZ 2021 / 3 SEITEN + SERVICE

KLOSTER ALPIRSBACH: 7. MÄRZ TAG DER GESUNDEN ERNÄHRUNG

---

Klosterverwalter in seinem Bericht. Auch abends gab es Suppe, Fleisch und Gestenbrot. An den Wochentagen war die Kost etwas einfacher, freitags standen Stockfische auf dem Speisezettel. Gemüse und Obst gab es nicht so häufig, und dann nur wenige Sorten. Außerdem brachte die Köchin den Schülern morgens um 7 Uhr Suppe und Brot in die Schulstube – insgesamt erhielten die Schüler sechs Laib Brot pro Tag. An Feiertagen gab es Kalb- oder Schweinsbraten, an Fasnacht morgens und abends Fasnachtküchlein. Was heute nach einer Art „Diät“ klingt, war auf Dauer recht vitaminarm und sicherlich auch eintönig. Wenig Obst und Gemüse: Das klingt auch nicht gesund!

## VOM WEINTRINKEN

Erstaunlich viel Wein erhielten die Klosterschüler: Morgens und abends wurde jedem „ain quart Breyßgeuwer, doch nit deß besten Weins“ eingeschenkt, so der Klosterverwalter in seinem Bericht von 1576. An Weihnachten, Neujahr, Fasnacht, Ostern und Pfingsten bekam jeder Schüler noch ein weiteres „quart“, das entspricht 0,4 Liter. Bei einer Umfrage in der Maulbronner Klosterschule im Jahr 1753 kam heraus, dass nur drei von insgesamt 29 Schülern ihre Weinration selbst tranken. Die anderen verkauften den Wein, zum Beispiel an Klosterhandwerker. So kümmerten sich die Schüler wohl in Punkto Wein selbst um ihre Gesundheit, auch indem sie sich über schlecht schmeckendes Essen beschwerten.

## WENN DAS ESSEN NICHT SCHMECKT

Aus der Klosterschule Maulbronn sind Beschwerden über die Kost bekannt: Die Schulleitung trug die Klagen aus dem Speisesaal über das Essen, die Überprüfung der Klagen und die Beurteilung in ein Protokollbuch ein, das seit dem Jahr 1875 geführt wurde. Im Jahr 1889 beschwerte sich ein Schüler über den üblen Geschmack der Suppe. Die Überprüfung ergab, dass die Suppe tatsächlich ungenießbar war. Als Ausgleich bekam jeder Schüler am darauffolgenden Sonntag zwei Brezeln.

## TAG DER GESUNDEN ERNÄHRUNG

Anders als in der entbehrensreichen Zeit in den Klöstern leben die Menschen der westlichen Welt heute im Überfluss. Reichtum und Überangebot haben zur Folge, dass

2/3

---

**KOMMEN. STAUNEN. GENIESSEN.** Die Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg öffnen, bewahren, vermitteln und vermarkten 62 historische Monumente im deutschen Südwesten. 2019 besuchten rund 4 Mio. Menschen diese Originalschauplätze mit Kulturschätzen von höchstem Rang: darunter Schloss Heidelberg, Schloss und Schlossgarten Schwetzingen, das Residenzschloss Ludwigsburg, Schloss und Schlossgarten Weikersheim, Weltkulturerbe Kloster Maulbronn, Kloster und Schloss Salem sowie die Festungsrue Hohentwiel.

---

**IHR PRESSEKONTAKT** Presse- und Medienservice der Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg bei der Staatsanzeiger-Agentur: Telefon +49(0)711.6 66 01-38, f.lang@staatsanzeiger.de

**BILDDOWNLOAD** Fotografien der Monumente in druckfähiger Qualität finden Sie im Internet unter: [www.schloesser-und-gaerten.de](http://www.schloesser-und-gaerten.de) (Bereich „Presse“/„Pressefotos“).

## PRESSEMELDUNG

01. MÄRZ 2021 / 3 SEITEN + SERVICE

KLOSTER ALPIRSBACH: 7. MÄRZ TAG DER GESUNDEN ERNÄHRUNG

---

nicht alle auf gesunde und ausgewogene Ernährung achten. Eine Initiative, die dem entgegenwirken soll, ist der „Tag der gesunden Ernährung“, der 2021 am 7. März stattfindet. Er wird vom Verband für Ernährung und Diätetik e.V. (VFED) bereits zum 24. Mal veranstaltet. In ganz Deutschland und den deutschsprachigen Nachbarländern finden jedes Jahr mehr als 2.000 Aktionen zu diesem Thema statt.

## INFORMATION

Aktuell ist das Kloster Alpirsbach wie alle Monumente der Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg sowie Kultur- und Freizeiteinrichtungen des Landes geschlossen.

[WWW.KLOSTER-ALPIRSBACH.DE](http://WWW.KLOSTER-ALPIRSBACH.DE)

[WWW.SCHLOESSER-UND-GAERTEN.DE](http://WWW.SCHLOESSER-UND-GAERTEN.DE)

---

**KOMMEN. STAUNEN. GENIESSEN.** Die Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg öffnen, bewahren, vermitteln und vermarkten 62 historische Monumente im deutschen Südwesten. 2019 besuchten rund 4 Mio. Menschen diese Originalschauplätze mit Kulturschätzen von höchstem Rang: darunter Schloss Heidelberg, Schloss und Schlossgarten Schwetzingen, das Residenzschloss Ludwigsburg, Schloss und Schlossgarten Weikersheim, Weltkulturerbe Kloster Maulbronn, Kloster und Schloss Salem sowie die Festungsrue Hohentwiel.

---

**IHR PRESSEKONTAKT** Presse- und Medienservice der Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg bei der Staatsanzeiger-Agentur: Telefon +49(0)711.6 66 01-38, [f.lang@staatsanzeiger.de](mailto:f.lang@staatsanzeiger.de)

**BILDDOWNLOAD** Fotografien der Monumente in druckfähiger Qualität finden Sie im Internet unter: [www.schloesser-und-gaerten.de](http://www.schloesser-und-gaerten.de) (Bereich „Presse“/„Pressefotos“).