

In seiner Wurstküche in der Berger Straße stellt Metzgermeister Michael Spahn pflanzliche Produkte wie Linsen-Blutwurst oder Soja-Schnitzel her. Fotos: Sascha Kopp



W

er die Biometzgerei Spahn auf der Bergerstraße in Frankfurt betritt, riecht geräuchertes Fleisch und deftig gewürzte Salami. Der Kunde steht vor einer prall bestückten Fleischtheke und gleich dahinter blickt man durch eine Tür in die Wurstküche, wo ein Mann mit rosigen Wangen in weißer Kochjacke eifrig arbeitet. Die Handgriffe sitzen, denn Michael Spahn, der Metzgermeister, hat seinen Beruf von der Pike auf gelernt.

Es ist ein gewohntes Bild, und doch ist alles anders, denn nichts, was Michael Spahn dort unter seinen Fingern hat, stammt von einem Tier. Das Biofleisch in der Theke ist zwar sein Kerngeschäft. Doch ob Wurst, Schnitzel oder Bratlinge – alles, was Spahn heute selbst herstellt, ist rein pflanzlich, denn der Metzger ernährt sich seit sechs Jahren konsequent vegan.

Massive gesundheitliche Probleme führten zu dem Lebenswandel, wie der 58-Jährige sagt. „Ich habe sämtliche Anzeichen über Jahrzehnte ignoriert“, bis sein Körper 2013 Alarm schlug. „Ich hatte einen Cholesterinwert von über 400, mein Blutdruck lag bei 190. Und ich habe Diabetes Typ II bekommen. Alles selbst verschuldet.“ Angesichts dieser Werte musste er handeln. Ein Leben mit Insulinpumpe und Blutzuckermessgerät kam für ihn nicht infrage. „Wenn man schon mal die Pistole am Kopf hatte, dann fällt einem die Entscheidung leicht“, sagt Spahn. Ihm war klar, er muss seine Ernährung umstellen, abnehmen, besser auf sich achten. Sich rein pflanzlich zu ernähren, war für ihn die logischste Methode, denn „so lernt man das Essen neu, verlernt die alten Geschmäcker“.

45 Kilogramm weniger auf der Waage und topft

Doch wo fängt man da an? Michael Spahn hat das Gespräch gesucht. Ironischerweise mit einem Tierrechtsaktivisten. „Es war ein Mann, der hier in Frankfurt immer vegane Parolen auf die Gehwege geschmiert hat“, erinnert sich Spahn. „Wir beide waren zwei Lager, die nicht hätten weiter auseinanderliegen können“. Aber der Dialog war erfolgreich. „Er war es auch, der mir mein erstes Soja-Schnitzel mitbrachte. Ich war skeptisch. Das Ding sah aus wie ein Stück Pappe. Doch ich ließ mich drauf ein. Zu Hause habe ich es wie ein typisches Wiener Schnitzel zubereitet – und es hat mir geschmeckt.“ Das sollte nicht die letzte Begegnung zwischen den beiden gewesen sein. Der Kontakt blieb bestehen, der Aktivist gab dem Metzger weitere Ernährungstipps. „Heute sind wir dicke Freunde“, sagt Spahn und grinst zufrieden.

Seitdem sind Jahre vergangen, Michael Spahn hat 45 Kilogramm abgenommen und ist heute topfit. Die Fleischwaren, die er nach wie vor auch verkauft, werden inzwischen unter Biostandards in der Rhön hergestellt. Auf der „Berger“, in seiner „Uralt-Wurstküche“, wie Spahn sie liebevoll nennt, entstehen heute ausschließlich vegane Spezialitäten, die vorne in der Metzgerei in einem fast bescheiden wirkenden Kühlschrank, rechts neben der opulenten Fleischtheke, angeboten werden.

Alle seine Utensilien aus der Wurstproduktion verwendet er immer noch. Bloß kommen heute in Fleischwolf, Kutter und Räucherofen Zutaten wie Weizeneiweiß, Soja und Lupine statt Rind, Schwein und Geflügel. „Wir ver-

»Wenn man schon mal die Pistole am Kopf hatte, dann fällt einem die Entscheidung leicht.«

Michael Spahn, Metzgermeister

Dieser Metzger ist Veganer

Michael Spahn verkauft in seinem Frankfurter Laden noch Fleisch, aber in seiner Wurstküche verarbeitet er nichts mehr vom Tier. Ein Umdenken.

Von Liudmila Kilian



Ein Blick in den Kühlschrank im Verkaufsraum der Bio-Metzgerei Spahn: Hier bietet der Inhaber vegane Produkte an, derzeit eine breite Auswahl an Grillwürsten.

wenden für die veganen Produkte die gleichen Salzmengen und Gewürzmischungen wie früher in den Fleischspezialitäten.“ So bekommen die Kunden ihre gewohnten Aromen.

Doch nicht jeder war dem veganen Metzger anfangs wohlgesonnen. Ein Mal bekam er sogar einen handgeschriebenen Brief mit wüsten Beleidigungen. Er wurde aufgrund seiner rein pflanzlichen Ernährung als „Sektenführer“ beschimpft, „doch das ist inzwischen vorbei“.

Und die Veganer? „Da gab es schon Kunden, die an dem Angebot interessiert waren, sich aber geweigert haben, die Metzgerei zu betreten. Die haben dann zur Tür reingeringelt, was sie haben wollten – und wir haben es ihnen rausgebracht“, berichtet Michael Spahn. Heute sind die Lager entspannter. Viele Neugierige kommen in die Metzgerei, um sich auch das pflanzliche Angebot anzusehen. Den einen oder anderen Skeptiker konnte

der Metzgermeister überzeugen – was die Gesundheit betrifft, nicht zuletzt auch mit seinem eigenen Beispiel. „Eines Tages kam eine Frau zu mir und sagte, ‚ich wünsche, Sie würden das mal meinem Mann erzählen‘, da haben wir uns eine Strategie überlegt. Ich gab ihr eines meiner veganen Schnitzel mit, mit der Empfehlung, sie solle es wie ein klassisches Jägerschnitzel mit Pommes zubereiten und ihrem Mann bei gedimmtem Licht servieren“, erzählt Spahn vergnügt, „und wir haben gewonnen – der Mann fand es richtig lecker“.

Ununterbrochen findet ein reger Austausch zwischen Spahn und seinen Kunden statt. Aus den Gesprächen entstehen neue Produkte, wie zum Beispiel seine Blutwurst auf Pflanzenbasis. „Die Blutwurst war das, was einem Kunden bei seiner Ernährungsumstellung am meisten fehlte. So habe ich eine vegane Variante aus schwarzen Linsen, mit den typi-

schen Blutwurstgewürzen entwickelt.“ Tofu-Stückchen in der Masse erinnern an die gewohnten Grieben. Daneben gibt es eine pflanzliche Version der türkischen Knoblauchwurst Sucuk, Burgerpatties, Steaks, Würstchen. Über 100 Artikel hat er inzwischen im Angebot.

Und was landet auf Spahns Grill? „Am liebsten eine scharfe Merguez-Bratwurst oder Burgerpatties“, da lässt er dann aber das Brot weg, um Kalorien zu sparen. In seiner Familie ist Michael Spahn übrigens der einzige Veganer, auch wenn jeder gerne seine Kreationen probiert. Seine neue Lieblingszutat ist die unreife Jackfrucht. „Die hat eine sehr fleischähnliche Konsistenz – daraus lässt sich von Gulasch über Hühnerfrikassee bis hin zu Frikadellen einfach alles machen.“

Die pflanzlichen Produkte machen heute 20 Prozent des Gesamtumsatzes in Spahns Metzgerei aus. Immer mehr Kunden lassen sich auf die fleischlosen Alternativen ein, die vegane Lebensweise wird nicht mehr als eine Spinnerei betrachtet. Doch ganz so schnell wird nicht jeder auf Fleisch verzichten. „Wir haben Millionen von Jahren gebraucht, um ernährungstechnisch heute da zu sein, wo wir sind. Und es wird sicher genau so lange dauern, bis wir uns komplett umgewöhnt haben“, sagt Spahn. Die Welt verändern? Nein. Aber sie etwas besser machen, das ist sein Ziel.

MODERNE ZEITEN



Monika Nellessen zum Handwerk

Die nackte Wahrheit

Zu viel Fleisch ist ungesund – das wissen wir alle. Doch nicht jeder zieht so drastische Konsequenzen daraus wie Michael Spahn, den wir auf dieser Seite porträtieren. Im Gegenteil: Die meisten Deutschen essen gerne Fleisch. Grillen ist Kult. 60 Kilo Fleisch verzehrt jeder von uns im Schnitt pro Jahr. Umso erstaunlicher ist, wie viele Metzgereien dichtmachen. Die Geiz-ist-Geil-Mentalität vieler Kunden, die lieber Steak und Wurst aus Massenproduktion im Supermarkt kaufen, ist daran nur zum Teil schuld. Kaum ein Schulabgänger will noch Metzger werden. „Geselle und Verkäuferinnen dringend gesucht“, prangt an der Tür meines Fleischers. Die einst konkurrierende Metzgerei steht seit Monaten leer. Nach jahrelangem Personalmangel hatten die Besitzer es satt, rund um die Uhr im eigenen Laden zu schufteln. Auch Bäcker finden kaum noch Lehrlinge. Auf dem Bau herrscht ebenfalls Alarmstufe rot: Dachdecker, Maurer, Fliesenleger werden händeringend gesucht. Wie ein letzter Akt der Verzweiflung wirkt es, auf welche Weise ein schwäbischer Metzger um Azubis wirbt. Nacktes Fleisch in doppeltem Sinne zeigt ein Instagram-Kalender mit sexy Fotos seiner Mitarbeiter: Im Bustier präsentiert Fachverkäuferin Paula einen Hausmacher-Vesperteller. Zerleger Thomas posiert mit freiem Oberkörper vor der Rinderhülle. Immerhin: Durch die Social-Media-Kampagne habe er weniger Nachwuchssorgen, behauptet Chef Jürgen Zeeb. Noch erfolgreicher wäre das Handwerk wohl, wenn sich eine nackte Wahrheit aus Zeebs Leben herumsprechen würde: Er hat studiert, wurde aber in seinem Schreibtischjob nicht glücklich. Wenn wir Klasse statt Masse wollen, nicht nur in unserer Ernährung, müssen wir das Handwerk wieder mehr schätzen.

monika.nellessen@vrm.de

DAS MACHT GLÜCKLICH

Nach heißen Arbeitstagen

Mit den Kindern unter den Rasensprenger

So lange aufbleiben, bis die Luft sich abgekühlt hat

Saures Radler – das ist eine Schorle mit Bier

Caprese

Bettlaken aus Leinen