
Grillen ist tödlich

Aus der Wissenschaft:

New York (USA) - Auch die Zubereitung der Nahrungsmittel entscheidet über ihren gesundheitlichen Wert. Beim Braten und Grillen können sich aus Eiweißen und Zuckerverbindungen sogenannte "Advanced Glycation End Products" (AGEs) bilden. In größeren Mengen eingenommen, sind solche Substanzen besonders für ältere Menschen gefährlich, deren AGE-Blutwerte generell schon höher sind als bei jüngeren, wie eine amerikanische Studie jetzt bestätigt hat, die im "Journal of Gerontology" veröffentlicht wurde.

Da haben wir's, liebe Glossenleser. Ausgerechnet jetzt, wo der Grill schon längst auf der Terrasse qualmt, flackert mir diese angsteinflößende Horrormeldung über den Bildschirm. *Advanced Glycation End Products*, was ist das denn nun schon wieder für ein Blödsinn? Nicht nur, daß - wie man uns ja schon vor einiger Zeit angedroht hat - die bei besonders ausgiebigem Grillen entstehenden extrem knusprigen und schmackhaften Dunkelstellen auf der Bratwurst nicht gerade sehr gesundheitsförderlich sein sollen, nein, jetzt auch noch dieses!

Ja, müssen uns diese Wissenschaftsdeppen denn alles vermiesen? Können die nicht einfach mal ihre dämliche Klappe halten? Langsam wird es für unsereinen, der eine gewisse Altersgrenze schon vor einiger Zeit überschritten hat, echt problematisch. So allmählich kann man all die Hinweise und Warnungen kaum noch ignorieren, mit denen sich auch noch der allerletzte amerikanische Wichtigtuer in Bezug auf unser täglich' Brot bzw. täglich' Steak wichtig zu tun glauben muß. Man sollte denen einfach mal eins mit der Pfanne überbraten, damit sie endlich ihr Maul halten. Mir reicht's jedenfalls.

Dies darf man nicht, denn sonst altert unter Umständen die Haut noch schneller als man selber, das soll man nicht, weil möglicherweise gelegentliche miternächtliche Sehstörungen die direkte Folge sind, jenes ist nicht empfehlenswert wegen der Pickel, die man vermutlich davon kriegt. Der Kreislauf bricht eventuell total zusammen, die Haare fallen aus und zu dick wird man sowieso. Ja, was soll man denn in unserem Alter noch essen? Nee, ist schon klar, ununterbrochen von morgens bis abends nur frisches, selbstverständlich ungespritztes Obst und rohes Bio-Gemüse, ja, schönen Dank auch! Mal ganz davon abgesehen, daß eine moderne Karotte mit den Dritten oder gar Vierten auch nicht immer so einfach zu zerbeißen ist.

Sagen Sie selber, es ist doch komisch, oder? Alles, was wirklich lecker schmeckt, ist angeblich irgendwie pfui, und Gegrilltes ist eh das reine Gift. So ein Quatsch! Wozu hat der Prometheus uns Menschen eigentlich denn damals das Feuer erfunden? Das kann doch nur zum Grillen gewesen sein. Zum Heizen bestimmt nicht, denn an seiner damaligen Wirkungsstätte, in Griechenland, war und ist es ja sowieso nie so richtig kalt. Das mit dem Wärmen kam erst Jahrhunderte später. Das haben, sofern ich mich recht erinnere, die Wikinger mehr zufällig entdeckt, nachdem sie sich auf einem ihrer Raubzüge das Feuer zum Grillen von Pinguinen und Robbenbabys in den hohen Norden geholt hatten und erst kurz nach Einbruch des Winters vor Ort feststellten, daß es sich auch zum Heizen eignete. Genauso war das nämlich!

AGEs, Zuckerverbindungen, daß ich nicht lache! Wer tut sich schon Zucker aufs Grillkotelett? Das ist doch pervers! Irgendwie jedenfalls. Ketchup ja, aber Zucker? Ich bitte Sie! So bekloppt ist höchstens ein Ami, aber doch kein Nichtamerikaner bzw. Europäer. Schließlich stammt der klassische Gourmet bekanntermaßen aus Frankreich, die Gänse kommen aus Polen, das Schweinefleisch aus Spanien und das Rindfleisch aus Argentinien. Die Bären stammen meines Wissens ursprünglich aus Deutschland, jedenfalls die Gummi- und die kleinen, putzigen Eisbären. Und freilaufende Hühnchen gibt es eigentlich überall in der EU.

Wie dem auch sei, wissenschaftliche Erkenntnisse sind eben nicht immer unbedingt der reine Segen für die Menschheit. Vor allem, wenn man keine Ahnung von der Materie hat. Demnächst unterstellen uns die übereifrigen Studienverfasser von jenseits des Atlantiks wohl noch, daß wir hier in Europa unseren Kartoffelsalat mit Honig anmachen. Das wußt' ich aber! Und dann erklären sie uns hinterher womöglich lang und breit in irgendwelchen obskuren Veröffentlichungen, daß man durch zuviel Honig im Kartoffelsalat einen schwarz-gelb gestreiften Unterleib kriegt, oder daß sich bei der Vermischung von Honig, Zwiebeln, feingehackten Gürkchen und Majonäse Substanzen bilden, die zum vermehrten Abbrechen von Fingernägeln führen könnten.

Das ist natürlich nur ein Beispiel, ganz klar, aber andererseits, wer vermag denn jetzt schon wirklich genau vorauszusehen, mit welchen sogenannten wissenschaftlichen Erkenntnissen die Ami-Forscher

sich in der Zukunft wieder unbedingt wichtig machen müssen, anstatt mal was wirklich Sinnvolles zu erfinden, wie beispielsweise geräuschfreie Kartoffelchips, die man dann auch beim Fernsehen essen kann ohne akustisch was Wesentliches zu verpassen.

Aber ok, was rege ich mich eigentlich wieder so auf? Das alles mit dem Zucker und den lebensbedrohenden *AGEs* betrifft ja der Studie nach unsere, in meinem geliebten Vaterland so dringlich benötigten Nachfahren in Form von Kleinchen oder Jungmenschen überhaupt nicht, sondern nur uns Ältere. Und wir werden bekanntlich ja sowieso immer mehr und mehr und mehr, so daß unser Rentensystem eigentlich im Grunde schon längst zusammengebrochen ist, was aber in der Öffentlichkeit noch niemand so richtig gemerkt hat, weil es durch die geheimen Subventionen der Sterbeversicherungen, sowie wohl auch durch gelegentliche anonyme Privatspenden krampfhaft aufrechterhalten wird.

Deshalb will ich bloß mal hoffen, daß das *Journal of Gerontology* nicht zufällig in die Hände eines unserer für den Fortbestand des Volkes verantwortlichen Politiker gerät, denn das wäre das Ende. Natürlich nicht das Ende aller Deutschen, aber unser Ende, also das der knapp bis stark Übersechzig- und Unterachtzigjährigen. Und nicht nur das Ende zahlloser Lebens-, sondern damit auch automatisch das Ende noch zahlloserer gemütlicher Grillabende im Kreise unserer Mitalternden.

Ja, das alles klingt vielleicht hart, liebe ähnlichaltrige Glossenleser, aber so ist es. Wir müssen diesen Tatsachen nunmal ins Auge blicken. Wenn, und ich sage ausdrücklich: wenn diese Meldung unserer blonden Seniorenministerin oder unserem Finanz- oder eventuell sogar dem Innenminister bekannt wird, daß aufgrund der *Advanced Glycation End Products* das sommerabendliche Grillen im Endstadium tödlich für uns Alte ist, dann kommt es bestimmt alsbald in Deutschland zur gesetzesmäßigen Einführung der allgemeinen finalen Grillpflicht für alle Menschen über sechzig. Das mag für unsere Regierung zwar eine durchaus praktikable und saubere demographische Endlösung der Senioren- und Rentenfinanzierungsfrage sein, aber - ehrlich gesagt - ein ganz klein wenig fürchte ich mich schon da- vor.