

## Das Essen in Deutschland

Kengo Enshoji

Ich war überrascht, dass das Essen in Deutschland salzig war, aber ich habe mich in einer Woche daran gewöhnt. Das Frühstück war jeden Tag gleich und ein Buffet. Es gab kein Gemüse. Man konnte vier Arten Brötchen (normal, Laugen, Sesam, braun) finden. Das Frühstück hatte viele Fleischarten: Salami, Schinken und Bologna. Wir haben Sandwich mit Salami und Käse bekommen. Das schmeckte sehr gut. Meine Empfehlung ist Joghurt mit Blaubeere, aber weil es beliebt war, war es schnell weg. Zum Trinken gab es vier Getränke: Kaffee, Tee, Orangensaft und „gemischten Saft“. Die Säfte waren frisch. Sie hatten eine starke Säure, aber man konnte durch sie viele Vitamine einnehmen.

Zwischen Frühstück und Mittagessen gab es Sandwich, Kuchen und Getränke. Die Kuchen schmeckten sehr gut, deshalb musste man vorsichtig sein, nicht dick zu werden.

Das Mittagessen war jeden Tag anders. Zum Beispiel gab es Nudeln, Curry, Wurst usw. Das Curry hatte einen starken Geschmack. Es ist nicht japanisches oder indisches Curry, sondern aus Afrika und dem Mittleren Osten. Es war ein neuer Geschmack für mich. Der Reis war aus Thailand oder Couscous, und japanischen Reis gab es nie. Im JUKU waren viele Muslime, deshalb gab es Essen für Vegetarier. Das Mittagessen hatte mehr Gemüse als das Frühstück, zum Beispiel Salat, Tomate, Gurke und Sauerkraut. Viele Leute haben gesagt, dass man in Deutschland wenig Gemüse isst, aber das gilt nur für traditionelles Essen. Man muss sich nicht um das Gemüse kümmern, solange man richtig isst. Im JUKU auf dem Birklehof gab es keine Suppe.

Mittagessen und Abendessen waren fast gleich, aber es gab Unterschiede, weil es beim Abendessen ein Dessert gab. Auf dem Birklehof gab es kein Essen, das heiß oder kalt war. Alle Gerichte und Getränke waren lauwarm. In der Nacht gab es eine Flurbesprechung. Jeden Abend um 10 Uhr wurden zwei Reiniger gewählt.

Natürlich wurde auf dem Birklehof kein japanisches Essen serviert, das ist zu exotisch. Japaner sollten Alpha-Reis, Miso-Suppe oder Ramen mitbringen, falls sie Japanisch essen möchten. Jeder Schlafsaal hatte einen Warmwassertopf, diesen konnte man zum Kochen benutzen.

Das beste Essen außerhalb des Birklehofs war Eis. Eis-Geschäfte verkaufen auch Spaghettieis. Man kann es für nur einen Euro kaufen und ein Parfait kostet fünf Euro und hat einen sehr

guten Geschmack. Fünf Euro sind 650 Yen in Japan, also ist es sehr billig. In deutschen Städten gibt es viele Eis-Geschäfte. In Hinterzarten gibt es viele Restaurants, aber wenn man zu viel isst und voll wird, kann man nicht essen. In Restaurants gibt es auch Bier. 16-Jährige können Alkohol trinken, aber sie müssen ihre Identifikationskarten vorzeigen. Alkohol war in den Schlafsälen des Birklehofs verboten. Ich kann nicht empfehlen, Alkohol zu kaufen. Wenn man am Sonntag außerhalb des Birklehofs etwas essen möchte, muss man vorsichtig sein.

In Europa sind sonntags die Geschäfte geschlossen. Nur globale Fastfood-Geschäfte sind offen. Wenn man nach Deutschland fährt, sollte man traditionelle Gerichte probieren. Ich empfehle Wurst, Schnitzel und Sauerkraut. Im Speisesaal des Birklehofs gab es viele traditionelle Gerichte. Manche Leute aßen kein Gemüse, aber für die Gesundheit sollte man ausgewogen essen. Die Leute, die kein Gemüse mögen, sollten Nahrungsergänzungsmittel kaufen.

Das Essen in Deutschland war insgesamt über meinen Erwartungen. Ich habe gedacht, dass es wenig Gemüse gibt, aber ich habe gemerkt, dass meine Sorgen unnötig waren. Auf dem Birklehof gab es viel Gemüse, und ich habe mehr gegessen als in Japan.

#### Hoffnung für die Zukunft

Ich glaube, dass ich mit vielen Leuten internationalen Austausch machen konnte, und dadurch konnte ich vieles lernen, was ich über Deutschland und die ganze Welt noch nicht wusste. Ein inspirierendes Erlebnis war, dass ich meinen muslimischen Freund beten sah. Es war anders als ich es mir vorgestellt hatte. Ich konnte in der Kommunikation auch die Bedeutung der Sprache erkennen. Das hat mich sehr dazu motiviert, für meine Zukunft andere Sprachen zu lernen. Weil ich die Bedeutung der Sprache gelernt habe, möchte ich danach streben, in die ganze Welt gehen.

Ich danke dem Goethe-Institut, PASCH, dem Tokyo Deutschland Kultur Center und meinen Lehrern und Lehrerinnen dafür, mir diese Chance gegeben zu haben.

## 食べ物

初めて現地に着いて食べた時はかなり味が濃いことに驚きましたが、1週間ほどすると慣れました。朝ご飯に出るものは毎日同じで、バイキング形式で出されるセルフサービスです。パンは手掴みで取り、サラミやハムの肉類、チーズやバターを挟んで食べます。パンは4種類ほどあり、プレッツェル、プレートヒェン（小さいパン）、茶色の食パン、ゴマパンなど様々な種類があります。サラミはたまにハーブが周りについた香ばしいものが出せれ、パンのサンドウィッチとの相性は抜群です。乳製品などが置いてある中で一番美味しかったものはヨーグルトのブルーベリー味ですが、かなり人気な為すぐになくなります。飲み物は4種類ほどあり、コーヒー、紅茶、オレンジジュース、ミックスジュースのうちから選べます。ジュース類は日本とは異なり、「本物」に近いです。酸味が強く、慣れるには時間がかかりましたが、ドイツで不足しがちなビタミンなどの栄養がたくさん摂取できるのでおすすめです。

朝ごはんと昼ごはんの間の休憩ではサンドウィッチ、ケーキ、飲み物が出されます。ケーキは美味しいので、おすすめです。何枚でも食べられるので、太らないように気をつけましょう。

昼ごはんは毎日異なり、パスタや「カレー」、ソーセージが出ます。「カレー」は味が濃く、日本やインドのカレーではありません。中東やアフリカ大陸周辺のカレーなので、味は初体験でした。米はタイ米やクスクスで、ジャポニカ米は一度も出ません。研修プログラムにはイスラム教徒がかなりの割合でくるので、ベジタリアン料理が毎日出されます。昼には朝と異なりレタス、トマト、キャベツの酢漬け、キュウリなどの野菜が出されます。ドイツでは「野菜が少ない」と言われがちですが、それはドイツ伝統料理特有の話で、色々な種類の食べ物が出る食堂ではしっかりとレタスやトマトを食べていれば野菜に関する心配は必要ありません。ちなみに、今回の研修でスープが出たことは一度もありませんでした。

昼ごはんとは夜ご飯はほとんど同じですが、デザートが出る点で異なります。寮ではなぜかとても温かいものやとても冷たい飲み物がでませんでした。全てぬるく感じました。夜にミーティングがあるのですが、そこでは食堂の掃除係が毎晩決められます。掃除では机上のゴミ払いや、放置されたコップや皿を厨房に持って行く簡単な作業をするのですが、終わった後はアイスをもらえます。クリーミー系ではなくジェラートのようなシャキシャキのオレンジ味のアイスでした。

研修で宿泊するビルクレイホフでは日本料理が一度も出されず、かなりエキゾチックです。懐かしい日本の料理が恋しくなった時のためにアルファ米、カップ麺、インスタント

味噌汁を持っていくことをおすすめします。各寮には給湯ポットが置いてあるので、お湯の心配はありません。給油ポットがない場合は蛇口の湯を使うといいです。かなり熱い水が出てきます。

寮の外にあるヒンターツァーテンという村で特に美味しいものはアイスクリームでした。アイスクリーム屋さんではスパゲッティアイスやパフェなどが5ユーロほどで売っています。当時の為替では1ユーロ=130円ほどだったので、650円と、パフェとしてはかなりお手頃価格です。ドイツでは至るところにアイスクリーム屋さんがあり、安くて美味しく食べられます。アイスクリーム屋の他にも普通のレストランは二軒ほどありますが、お腹がいっぱいになってしまうと寮で出される食べ物はいらなくなってしまいますので注意が必要です。ビールが出されるバーやパブがたくさんあった印象です。お酒を買うことは高校二年生の16歳以上にとっては合法ですが、買うには証明書が必要ですし、寮ではお酒が禁止なのでおすすめできません。毎週日曜日には一日中外出の日で、その時に町で活動する時間にレストランでどこかで食べようと思ったら、注意が必要です。ヨーロッパでは一般的に日曜日店は一日中閉店で、レストランに行こうと思ってもグローバルファーストフードチェーンしか開店していません。町中が寂しくなる1日です。

ドイツに来たなら絶対に食べるべきものはやはり伝統的な食べ物です。ソーセージやシュニッツェルやザワークラウトはおすすめです。研修の食堂でも毎日異なる料理が出されるので、様々な種類を食べるべきだと思います。他の国の人たちは野菜をあまり食べませんが、日本人のお腹に合わせるためにはバランスよく摂る必要があると感じます。野菜が苦手なひとは野菜サプリメントを買うといいでしょう。

食べ物は全体的に期待以上でした。ドイツでは野菜の入った料理があまりないと思っていましたが、杞憂でした。寮内では野菜がかなり頻繁に出され、ビタミンや繊維は簡単に取れて日本にいる時より野菜をたくさん食べたのではないかという印象でした。ただ、時間の問題でドイツ伝統料理をたくさん食べられなかったのが悔しいところです。

## 抱負

ドイツに行き、さらにそこで国際的な交流を行うことでドイツについて知らなかったことだけでなく、世界全体について知らなかったことについて理解を深められたことが私にとって一番の収穫だと思いました。一番印象に残っている出来事は、イスラム教徒に彼らの崇拜の様子を見学させてもらったことです。普段とても明るくテンションの高い人でもお祈りになると真面目になり集中した表情で拝む姿に感動しました。また、人と会話をする際の言語の大切さ、必要性を実感することができた非常に貴重な経験をできました。

JUKU でのこれらの経験を通し、今後ドイツ語や英語だけでなく、他の様々な言語を学んで行く今後の原動力にしていきたいと思います。言語の大切さと難しさを実感したからこそ、より努力し、世界に向かっていける人間になりたいと考えました。

Goethe Institut、PASCH、東京ドイツ文化センター、そして学校の先生の皆様、私にこのような貴重な機会を与えていただき、本当にありがとうございました

