



*Vor 33 Jahren marschierte Rüdiger Nehberg von Hamburg nach Oberstdorf – zu Fuß, ohne Geld, ohne fremde Hilfe. Aus Anlass dieses Jubiläums erinnert er sich hier an seinen Speiseplan während des Weges*

VON RÜDIGER NEHBERG

**F**ünf Haselnüsse und eine Blindschleiche finde ich. Die Schleiche esse ich mit Haut und Gedärm. Wie ein Würstchen. Wenn ich sie gehäutet hätte, wäre nicht mehr viel übrig geblieben. Woanders locken dunkelblaue Holunderbeeren. Dann sind es ein paar Champignons, die mir weiterhelfen. Sauerampfer, zusammengerollte Brennnesselblätter, wilde Möhre, Bucheckern, Königskerzenwurzeln, Quecken, Entengrütze, Fadenalgen, Baumflechten verschaffen mir Vitamine und Ballaststoffe und dem Magen die Illusion, sinnvolle Arbeit zu leisten. Dabei weiß ich, dass sie dem Körper weder Kraft noch Wärme bringen werden. Die bezieht er von einigen Heuschrecken, Würmern und hauptsächlich vom sichtbar abgebauten Körperfett. Ich muss dem Körper im Laufe der nächsten Tage und Wochen immer längere Pausen gönnen, um diese Reserven abzubauen und in Wärme und Kraft zu verwandeln. Nur selten gibt es ein opulentes Mahl. Zwar liegt einiges an totem Getier auf den Straßen. Aber das meiste ist längst in Verwesung übergegangen, stinkt widerlich und wäre Gift für den Körper. Umso mehr freue ich mich über einen Igel. Er ist unfallfrisch. Ich komme gerade noch zur rechten Zeit. Denn eben haben sich vier Krähen an ihm niedergelassen. Eine halbe Stunde später, und sie hätten mir alles weggeschnappt. Zunächst kann ich ihn nicht einmal genau identifizieren. Im ersten Moment erinnert er an eine Riesenschlange. Er ist fast zwei Meter lang und entsprechend flach. Mindestens drei Autos müssen über ihn hinweggefahren sein. Erst das Stachelkleid lässt auf den Igel schließen. Es liegt sauber abgestreift daneben. Ich rolle mir die lange Fleischoblate auf. Wie eine Roulade.

#### „DAS IST EIN SPINNER!“

Das Gedärm überlasse ich den Krähen. Das Stachelkleid ebenfalls. Mittags bereite ich mir das Mahl am Feuer. Wegen der Trichinengefahr – wie bei allen Fleischfressern – brate ich mir das Fleisch gut durch. Igel well done. Woanders ein Iltis. Er muss ebenfalls gerade eben plattgemacht worden sein, ist noch warm. Aber sein Fleisch stinkt dermaßen penetrant, dass ich es mit Verachtung strafe und verschmähe. Uneingeschränkt lecker ist das Eichhörnchen. Zart wie Huhn. Ich finde es eines Morgens. Da will ich nicht rasten und es mir zubereiten. Das hat Zeit bis mittags. Ich hänge es an den Gürtel. Dort pendelt es neben meinem Grabstock hin und her. So als wollte es noch einmal von Ast zu Ast springen. Als ich damit durch die nächste Ortschaft gehe, bleibt ein junges Mädchen stehen. Irritiert schaut es dem Eichhörnchen nach. Die Mutter zerrt es schnell beiseite. „Guck da nicht hin. Das ist ein Spinner!“ Die Frau hat Menschenkenntnis. Das Eichhörnchen gibt mir nicht nur Kalorien, sondern auch ein schönes Fell, einen buschigen Schwanz. Ich packe sie unter mein Hemd. Sie wärmen mein Herz. Einwandfrei auch die Frösche. Sechs werden es im Verlauf der Tour de Force. Einer ist ähnlich flach und lang wie der ausgewalzte Igel. Ich taufe

FOTOS: NEHBERG (2), PICTURE ALLIANCE

ihn Rana asphalta Nehbergii, den Asphaltfrosch. Sorgfältig rolle ich ihn auf. Wie eine zu viel abgewickelte Rolle Toilettenpapier. Fachmännisch wiege ich ihn in der Hand. Er entspricht einem Hühnerrei. Ich ertappe mich oft dabei, dass ich als typischer Konditor denke und alles in Eier umrechne. Wie ein deutscher Tourist, der im fernen Ausland alles auf Dollar oder Euro umrechnet. Erst dann hat er einen Wertbegriff, mit dem er etwas anfangen kann. Genauso geht es mir: ein Frosch = ein Ei. Ein Eichhörnchen = sechs Eier. Bei Göttingen dann eine Katze. Frisch, unvermatscht und fett. Verhätzeltes Haustier. Gott der Trampler, die wiegt mindestens drei Kilo! Nahrung für vier Tage. Das wird ein Festmahl! Aus wie vielen Dosen Kitekat das wohl alles entstanden sein mag!? Kaum kann ich den Abend abwarten. Davon werde ich mir zunächst eine heiße Kraftbrühe machen. Dafür benötige ich einen Topf.

#### DANN ZIEHE ICH DER MIEZE DAS FELL AB

Der ist in Form einer Dose im Straßengraben schnell gefunden. Ich glühe sie aus, um die giftige Lackschicht zu zerstören, mache mir einen Henkel aus Draht. Dann ziehe ich der Mieze das Fell ab. Zum Vorschein kommt eine Unmenge Fett. Schieres weißlich gelbes und vor allem talgartig festes Fett. Zu meiner Enttäuschung löst es sich nicht einmal beim Kochen auf! Es schwimmt putzmunter in runden Bällchen an der Oberfläche. Mir vergeht der Appetit. Aus der Traum von der Brühe. Selbst wenn ich das Fett



Oben: Auch die Fliegen auf der Fußblasen-Wunde sind essbar.

Links: Gegrillte Schlange ist nicht nur in Asien eine Delikatesse.



Rüdiger Nehberg wurde am 4.5.1935 in Bielefeld geboren. Berühmt wurde er u. a. 1987 mit einer Atlantiküberquerung per Treibboot. Seit Anfang der 1980er Jahre setzt er sich für die Yanomami- und Waiapi-Indianer in Südamerika ein. Heute gilt sein Hauptengagement der von ihm gegründeten Menschenrechtsorganisation TARGET, in der er erfolgreich gegen weibliche Genitalverstümmelung kämpft.





Ganz oben: Wildschweine mit den bloßen Händen zu fangen, ist nicht ungefährlich.

Oben: Nach 41 Tagen Marsch wirkte sein Körper so ausgezerrt, dass Nehberg vor seinem Spiegelbild erschrak.

Gegenüberliegende Seite: Wasserflöhe im Sektglas – 2013 hat die UNO Insekten zur gesunden, wichtigen Nahrung für die Weltbevölkerung erklärt

tabletteweise schlucken würde – es käme garantiert unverdaut wieder zum Vorschein, zusammen mit den soeben verkosteten leckeren Sauerampferblättern, zusammen mit kuscheliger Magenwärme. Um beide wäre es jammerschade. Dann jene Kleinstadt Spielbach. Sie graviert sich tief in meine zu dem Zeitpunkt stark reduzierte Hirnmasse ein. Mitten im Ort der obligatorische Dorfbrunnen. Brunnen – meine liebsten Wasserquellen. Dazu ein Schild: „Oh, Wanderer, labe dich von diesem Brunnen!“ Das lasse ich mir nicht zweimal sagen, denn reines Quellwasser ist selten. Oft genug muss ich mich mit Pfüthen begnügen. Ich beuge mich über den Rand, um zu trinken. Bevor ich mit dem Mund ins Wasser eintauche, versuche ich, mein Spiegelbild zu betrachten. Erschrocken fahre ich zurück. Da glotzt mich tatsächlich eine uralte Fratze an. Ein Waldschrat. Wahrscheinlich der Brunnengeist, der über das Wasser wacht. Auf jeden Fall nie und nimmer mein persönliches Spiegelbild. Da erschrecke ich erneut. Gerade berührt mein Mund die Wasserfläche, als zwei Forellen unmittelbar vor mir durch das Blickfeld sausen! Waren die echt oder habe ich Halluzinationen? Ich traue meinen Augen nicht mehr. Zwei Forellen Blau! Ich zucke zurück und vergewissere mich. Tatsächlich! Im Dorfbrunnen von Spielbach spielen zwei Forellen. Nomen est omen. Gehören die nun jemandem im Dorf, sind sie die Maskottchen von Spielbach, oder werden sie gleich mir gehören? Blöde Frage, denke ich. Aber man hat ja Zeit für Fragen aller Art. Schließlich überzeugt mich das Schild „Oh, Wanderer, labe dich von diesem Brunnen!“ Das werde ich tun, denn die Aufforderung ist ja nicht auf das Wasser beschränkt.

#### DIE FORELLEN ZAPPELN IM TROCKNEN

Ich blicke mich scheinbar gelangweilt um. Auf der anderen Straßenseite diskutieren zwei Frauen den Dorfklatsch. Hin und her, her und hin fliegen ihre Sätze. Tratsch-Tennis. Er muss sensationell sein. Denn sie würdigen den Fremden keines Blickes, geschweige eines Grußes. Nicht einmal eines „Hallo!“. Ich studiere den Brunnen. Die Fische mit der Hand zu fangen scheidet aus, solange ich es heimlich tun muss. Sie sind zu schnell, und das Fangen würde Hektik und Lärm verursachen. Bleibt die Frage: Wie kriege ich das Wasser aus dem Brunnen? Mit meiner Dose scheint das hoffnungslos, denn es läuft ständig nach und verschwindet durch einen Schlitz an der Oberkante des Brunnens. Da entdecke ich den Stöpsel in einer Ecke! Gesehen, gedacht, gehandelt. Ich ziehe ihn raus. Gierig verlässt das Wasser den Brunnen. Im gleichen Maße läuft es mir im Mund zusammen. Noch ist der Wasserstand etwa 20 Zentimeter hoch. Die Forellen ahnen etwas und jagen kreuz und quer durch das Bassin. Da bildet sich über dem Auslauf ein Strudel, ein Sog. Das Wasser rotiert. Mit jedem Zentimeter sinkenden Wasserstandes wird er kräftiger. Ein Saugeräusch entsteht. Es wird zunehmend lauter. Es lutscht, schlürft, lärmt. Die Frauen unterbrechen ihre Blickrichtung, nicht jedoch das Gespräch. Ich mime den Trinkenden, den sich

Waschenden. Das beruhigt sie. Sie drehen ihre Köpfe zurück in die Ausgangsposition, zurück zum süßen Tratsch. „Hoffentlich verschwinden die Fische nicht mit dem Wasser in die Kanalisation!“, fürchte ich plötzlich. Man kann nicht sehen, ob der Auslauf mit einem Sieb gesichert ist. Die Fische sehen mich und verharren in der anderen Ecke des Brunnens. Schließlich ist er leer. Die Forellen zappeln im Trocknen. Ein Griff, und sie sind nicht nur gefangen, sondern auch bereits tot. Schwupp – verschwinden sie in der „Fleischtasche“ des Overalls. Ich möchte vor Freude einen Luftsprung machen. Aber das kostet nur unnötige Kalorien. Außerdem bin ich längst zu schwach. Zwei Forellen! Das wird endlich mal ein sehr genussvolles Essen! Ich werde sie räuchern. Zum einen schmeckt das total lecker, zum andern vermissem ich dann nicht das fehlende Salz. Ich habe das Dorf noch nicht verlassen, als mir aus dem Straßengraben ein großes Stück Aluminiumfolie entgegenblinkt. Wer jetzt nicht an Fügung glaubt, dem ist nicht zu helfen. Da liegt ein Riesenstück Folie, damit ich meine Fische ordentlich im Feuer zubereiten kann. Aber dabei wollte ich sie doch räuchern. Ich finde einen Kompromiss. Den einen dünste ich und esse ihn sofort. Den anderen räuchere ich und hebe ihn auf für die Nacht. Kultivierte Disziplin. In der linken Tasche habe ich noch drei mickrige Kartoffeln und zwei Hände voll Haferkörner. Die Kartoffeln wuchsen auf einer Müllhalde. Also im Niemandsland. Und die Körner lagen vor einer Mühle. Beim Ab-

**„Das Kaninchen ist essbar. Der Eitergeruch verliert sich zuverlässig beim Braten. In Notzeiten wäre der Eiter ungebraten noch wertvoller.“**

laden waren sie aus einem Sack geströmt. Eine lärmende Spatzenbande hatte mich darauf aufmerksam gemacht. Es ist erst halb vier. Ich beschließe, für heute Schluss zu machen. Sonst schaffe ich meine umfangreiche Küchenarbeit nicht vor Mitternacht. Mit dem Steinmesser schnitze ich mir einen geraden Grabstock. Den anderen, den I-förmigen Pflug, habe ich schon vor vielen Tagen fortgeworfen. Er war mehr lästig als nötig. Wenn ich wirklich einen brauchte, war er schnell neu gemacht. Wie heute. Ich scharre die Schlafmulde und ein tiefes Loch zum Räuchern, entzünde darin ein Feuer, erzeuge viel Glut. Dann werfe ich feuchtes Gras darüber. Das qualmt zum Ersticken.

#### KAFFEE AUS GETREIFEKÖRNERN

Darauf platziere ich vier frische, gerade Äste. Sie sind mein glutresistenter Rost, auf dem der Fisch seine vorletzte Ruhestätte findet. Ich decke die Grube zu mit einem Stapel dicht belaubter Zweige. Sie sorgen dafür, dass Rauch und Hitze im Loch verharren und ihre Pflicht erfüllen. Nach nur 45 Minuten ist der Fisch fertig und findet seine endgültige Ruhestätte in meinem Magen. Als wäre das nicht schon Luxus pur, gibt es dazu die drei Müll-Kartoffeln in Folie direkt aus der Glut. Und schließlich die Krönung: der Kaffee aus Getreidekörnern! Lässig, als täte ich das jeden

FOTOS: NEHBERG

Abend, spanne ich ein Stück Alufolie über eine kleine Astgabel. Dann hocke ich mich hin und röste in dieser Pfanne meine Körner. Genüsslich verdrehe ich die Augen. Ein Wahnsinnsduft. Dabei ist es null Koffein. Es sind lediglich die Röststoffe, die das Abendlager in eine Cafeteria verwandeln. Survivor-Glück. Als sie dunkelbraun sind, nehme ich sie vom Feuer, pulverisiere sie zwischen zwei Steinen und brühe mir den Kaffee.

Einen ganz besonderen Fund mache ich in Fulda auf einem Parkplatz. Unter einem Auto sitzt ein Wildkaninchen. Es rührt sich nicht von der Stelle. Augen, Nase und Mund sind dick zugeeiert. Es kann weder sehen noch riechen. Nur hören. Aber meine Annäherung wird übertönt vom Straßenlärm. Der Nager ist klapperdürst, kurz vorm Verhungern. Ich kenne die Krankheit. Sie heißt Myxomatose, grassiert alle paar Jahre und rafft die Kaninchen dahin wie Pest die Menschen. In Australien hat man die Seuche sogar bewusst importiert, um der Kaninchenplage Herr zu werden. Ich weiß aber auch, dass die Krankheit sich nicht auf den Menschen überträgt. Erinnerungen an meinen Jägerkursus. Der Eiter besteht – sachlich gesehen – aus weißen Blutkörperchen. Und Blut ist Protein. Also wieder ein Fall unbegründeten Ekels. Das Kaninchen ist essbar. Der Eitergeruch verliert sich zuverlässig beim Braten. In echten Notzeiten wäre der Eiter ungebraten sogar noch wertvoller. Dann wäre er eine optimale Duftfalle. Man könnte mit ihm Tausende von Fliegen anlocken und sie zu einem Menü aufbereiten. Aber solche Not verspüre ich nicht. Heute bevorzuge ich das Kaninchen und überlasse die Fliegen dem Teufel. Mühelos lässt sich das Tier einfangen. Es ist apathisch. Ich erlöse es von seinen Qualen.



Die vollständigen Reiseerinnerungen von Rüdiger Nehberg an seine Deutschland-Tour sind in dem Buch „Voll peinlich!“ bei Piper erschienen.