

# Weinmesse Zürich

Schützenhaus Albisgütli www.coop.ch/wein  
 Freitag, 21. bis Samstag, 29. Oktober 2011

Für mich und dich.

[Startseite](#) · [Abo](#) · [Immobilien](#) · [Job](#)

**TagesAnzeiger**

LEBEN

Züritipp · Das Magazin · Wetter:

ZÜRICH SCHWEIZ AUSLAND WIRTSCHAFT BÖRSE SPORT KULTUR PANORAMA **LEBEN** AUTO DIGITAL WISSEN MEHR

Gesellschaft Reisen Style Wein Wohnen **Mamablog** Sweet Home Outdoor Bildstrecken

MAMA BLOG

## Kinder, Knatsch & Prosecco

Jeanette Kuster am Sonntag den 4. September 2011  
 Mutterkuchen zum Frühstück



Auch wer die Plazenta zu Pillen verarbeiten will, muss sie erst mal kochen.

Eigentlich seltsam, dass wir nicht zuerst auf die Idee gekommen sind. Schliesslich sind wir diejenigen, die die Nachgeburt schönfärberisch Mutterkuchen nennen – als ob es sich dabei um ein süsses Gebäck handeln würde, in das jeder gerne reinbeisst. Sie eckeln sich bei dem Gedanken? Immer mehr Amerikanerinnen kommen offenbar auf den Geschmack.

Das [New York Magazine](#) berichtete Ende August, dass je länger desto mehr US-Mütter ihre Plazenta nach der Geburt mit nach Hause nehmen, um sie zu kochen und zu essen. Der Anteil der Frauen, die die Plazenta zu Lasagne verarbeiten oder winzige Teilchen davon in einen Milchshake mixen – entsprechende [Rezepte](#) gibt's im Internet – dürfte allerdings relativ klein sein. Die grosse Mehrheit kocht die Plazenta, lässt sie trocknen und mahlt sie danach zu einem feinen Pulver, das in Pillenform abgefüllt werden kann. Auf der Website [placentabenefits.info](#) gibt es extra dafür gedachte Pillen-Herstellungssets sowie detaillierte Anleitungen.

Wer sich vor den eigenen Innereien im Rohzustand dann doch etwas eckelt, kann sich eine professionelle [Plazenta-Zubereiterin](#) bestellen: Sie übernimmt die blutige Rüst- und Kocharbeit, so dass die frischgebackene Mutter nur noch die fertigen Plazenta-Pillen schlucken muss. Und diese bewirken angeblich wahre Wunder: Sie sollen postnatale Depression bekämpfen, bei Stillproblemen den Milchfluss anregen und einem enormen Energieschub verleihen. Beweise dafür gibt es allerdings keine. Zwar enthält die Plazenta erwiesenermassen viel Eisen, Vitamin B12 und gewisse Hormone. Warum und ob gerade dieser Mix der Mutter auf so vielen Ebenen helfen soll, ist jedoch nicht erwiesen.

Befürworter der Placenta-Essbewegung führen an, dass abgesehen vom Menschen alle Säugetiere nach der Geburt die Plazenta essen und dies ein deutliches Indiz dafür sei, dass sie der Gesundheit förderlich sei. Franziska Summermatter, leitende Hebamme der [Hebammenpraxis Zürich](#), kann sich durchaus vorstellen, dass «die Bewegung entstanden ist, weil Frau intuitiv weiss, dass die Plazenta viele Antikörper und auch Stammzellen enthält und deshalb irgendwie gesund ist.»

Die eigene Plazenta zu essen findet Summermatter dennoch etwas abstrus. Nichtsdestotrotz freut sie sich, wenn die Gesellschaft dem Mutterkuchen mehr Aufmerksamkeit widmet. «Der Plazenta gebührt Respekt, denn von der embrionalen Entwicklung her ist es ja so, dass sich aus einer befruchteten Eizelle

einerseits der Fötus und andererseits die Plazenta bildet», sagt die Hebamme, «die Plazenta ist also so etwas wie eine Schwester des Babys. Deshalb wird sie in vielen Kulturen nach der Geburt auch beerdigt.»

Oder man vergräbt die Plazenta in der Erde, um danach einen Baum darauf zu pflanzen, ein Zeichen des neuen Lebens sozusagen. Auch mit dem bei uns bekannten Brauch sind wir modernen Schweizerinnen jedoch zurückhaltend – obwohl man in unseren Spitälern die Plazenta in der Regel problemlos nachhause nehmen kann, sogar nach einem Kaiserschnitt. «Wenn wir die Eltern fragen, ob sie die Plazenta mitnehmen möchten, um ein Bäumchen darauf zu pflanzen, lehnen sie dies meist vehement ab», sagt Kerstin Magnussen, Leitende Hebamme der Familienabteilung der Privatklinik Bethanien. Vom amerikanischen Trend, die Plazenta zu verspeisen, merke man hierzulande also gar nichts, «der Ekelfaktor ist nach wie vor sehr hoch».

Doch es gibt Ausnahmen. «Sehr selten kommt es vor, dass eine Frau ein wenige Zentimeter grosses Stück Plazenta mitnimmt, um daraus eine homöopathische Arznei herstellen zu lassen», sagt Magnussen. Denn ja, es gibt in der Schweiz Apotheken, die diesen Service anbieten.

Hat es keine solche in der Umgebung, müssen die wenigen hiesigen Plazenta-Fans jedoch selber Hand anlegen. Wie Nisa America. Die Zürcherin hat ihre Plazenta nach der Geburt des ersten Kindes selber zu Pulver verarbeitet. «Meine Tante lebt seit zehn Jahren in den USA und arbeitet dort als Hebamme. Sie hat mir die Prozedur empfohlen, weil Plazentapulver laut der chinesischen Medizin sehr gesund sei und einem helfe, nach der Geburt bei Kräften zu bleiben», erzählt sie. Zwei Esslöffel voll habe sie täglich mit einem Schluck warmem Wasser hinuntergespült. «Es schmeckte eisenhaltig und nach Erde und ehrlich gesagt ist es mir nicht leicht gefallen, das Pulver runterzuschlucken.» Nach wenigen Tagen kam die Erlösung: Das Pulver fing zu schimmeln an. «Da war ich doch froh, konnte ich das ganze Zeug mit nur leicht schlechtem Gewissen wegwerfen», sagt America augenzwinkernd.

Wenn sie anderen Schweizer Müttern davon erzählt, empfinden diese ihren Versuch meist als seltsam oder ekelhaft. Verständlich, wie sie findet, «wer isst denn schon einen Teil von sich selbst». Sie habe jedoch auch von ein paar Frauen gehört, die die Plazenta gleich als Ganzes gekocht und gegessen haben. Man müsse sich halt einfach vorstellen, das seien Leberli, die esse man schliesslich auch.

Würde Ihre Vorstellungskraft dafür reichen? Könnten Sie Ihre eigenen Innereien zu Rösti und Salat essen? Oder würden Sie die Pillenvariante vorziehen?

Finden Sie den Plazenta-Hype übertrieben, oder sollte man dem Mutterkuchen im Gegenteil endlich auch hierzulande die Wertschätzung entgegenbringen, die ihm gebührt?



Der Mamablog jetzt auf [Facebook!](#) Verfolgen Sie die Themen im Mamablog nun auch im grössten sozialen Netzwerk – und werden Sie ein Fan des beliebten Blogs. So finden Sie den Mamablog: Tippen Sie im Suchfeld auf Facebook das Stichwort «Mamablog» ein und die [Blog-Page](#) erscheint. So werden Sie ein Fan des Mamablogs: Klicken Sie oberhalb der Seite auf «Fan werden». Fortan werden Sie in Ihrem Facebook-Profil automatisch über alle neuen Einträge und Neuerungen im Blog informiert. Sie können die Links kommentieren und anderen Facebook-Freunden verschicken. Viel Spass!

Sie können Kommentare zu diesem Eintrag über den [RSS-2.0-Feed](#) verfolgen. Sie können einen [Kommentar hinterlassen](#) oder einen [Trackback](#) von Ihrer Website hierher setzen.

[Registrieren](#) Erstelle ein Konto oder [melde dich an](#), um zu sehen, was deine

32 Kommentare zu „Mutterkuchen zum Frühstück“

A.Tschannen sagt:

4. September 2011 um 18:59

Ich bin ja offen für alles Natürliches aber mir wurde in diesem Fall schon beim lesen schlecht...sorry... vielleicht bei fertig Homeopathischen Kügeli könnte ich es schlucken aber meine eigene Plazenta, nein Danke!

[Antworten](#)

lamakki sagt:

4. September 2011 um 19:58

Wenn ich wie ein Tier statt im Spital irgendwo im Wald am Boden liegen wuerde und von der Geburt zu KO waere um Nahrung zu suchen, wuerde ich mich vielleicht auch an meiner Plazenta versuchen. Da wir aber auch ohne diese eine ausgewogene Ernaehrung bekommen koennen, werde ich es lassen...

[Antworten](#)

Rahel sagt:

4. September 2011 um 20:10

Ich konnte das Zeug nach beiden Geburten nicht mal anschauen, geschweige denn ans Essen oder Schlucken davon denken! Brrr.....Schüttel

[Antworten](#)

Cornelia Schneider sagt:

4. September 2011 um 20:15

Hätte ich das früher gewusst, hätte ich meine zwei Plazentas auch nach Hause genommen. Da ich selbst kein Fleisch esse, hätte ich diese wohl zu Pulver verarbeitet. Wie im Text beschrieben, essen alle Säugetiere ihre Plazenta. Warum also wir nicht? Ich finde das jedenfalls etwas Gutes.

[Antworten](#)

Muriel Kuchler sagt:

4. September 2011 um 20:21

Haben wir schon wieder 1. April?

[Antworten](#)

Eremit sagt:

4. September 2011 um 22:29

Ja, scheinbar.

[Antworten](#)

Alois Losil sagt:

4. September 2011 um 20:21

Ob man auch hierzulande dem Mutterkuchen die Wertschätzung entgegenbringen solle, die ihm gebühre? Die Leistung der Mütter vor, während und vor allem nach der Geburt anerkennen scheint mir wichtiger und in unserer Gesellschaft vor allem dringender.

[Antworten](#)

Eni sagt:

4. September 2011 um 20:23

Das ALLE Säugetiere nach der Geburt die Plazenta fressen ist völliger Schwachsinn oder hat schon mal jemand Kühe, Schafe und Pferde dabei beobachtet? Tiermütter fressen die Plazenta damit es möglichst wenig nach Geburt riecht und keine Raubtiere angelockt werden.

Übrigens muss man nicht alles machen, nur weil es die Amis tun.

[Antworten](#)

Urs Danner sagt:

4. September 2011 um 21:19

Kühe, Schafe und Pferde in freier Wildbahn fressen in der Regel ihre Plazenta.

Siehe auch <http://de.wikipedia.org/wiki/Plazenta>

[Antworten](#)

besorgter Vater sagt:

4. September 2011 um 20:28

>Sie hat mir die Prozedur empfohlen, weil Plazentapulver laut der chinesischen Medizin sehr gesund sei und einem helfe, nach der Geburt bei Kräften zu

bleiben»  
 Na was die Chinesische Medizin so alles empfiehlt... Z.B. gemahlenes Nashorn-horn für die "Manneskräfte".  
 LOL.  
 Da denke ich ist das mit der Plazenta auf ähnlichem Niveau  
[Antworten](#)  
 Rahel sagt:  
 4. September 2011 um 20:31  
 Oder Tigerpenis verspeisen.....  
 😊  
[Antworten](#)  
 Katharina sagt:  
 4. September 2011 um 20:49  
 Wauim kommt mir bei diesem Artikel Hannibal Lechter in den Sinn, die Szene wo er die Schädeldecke aufmacht, ein bisschen Hirn raus schneidet und flambiert?  
[Antworten](#)  
 Katharina sagt:  
 4. September 2011 um 20:50  
 Warum, statt Wauim  
[Antworten](#)  
 Superbede sagt:  
 4. September 2011 um 20:56  
 Nach über 10 Jahre langem Aufenthalt in der USA kenne ich viele Mütter, die das gemacht haben oder sehr interessiert daran waren.  
 America hat diese Extreme der Fastfoodkultur – und als Gegenbewegung (und Ablehnung) halt alles extrem Gesunde, Yogahype, Veganes Essen usw in den urbanen Städten entwickelt. (San Francisco, New York, L.A.)  
 Diese Gegenbewegung ist das andere Extrem, auch nicht mein Ding. Nein, meine Plazentas hab ich definitiv nicht gegessen und finde es ekelhaft, daran zu denken.  
 Dieses Normaldenken oder diese Balance haben die meisten Amerikaner leider immer noch nicht gefunden  
[Antworten](#)  
 Katharina sagt:  
 4. September 2011 um 21:00  
 Es gibt allerdings hinweise, dass das ganze tatsaechlich medizinische Vorteile bringt:  
<http://en.wikipedia.org/wiki/Placentophagy>  
[Antworten](#)  
 Katharina sagt:  
 4. September 2011 um 21:01  
 und hier: <http://www.placentabenefits.info/research.asp>  
[Antworten](#)  
 Severin Brunner sagt:  
 4. September 2011 um 21:35  
 Die wirklich wichtige Frage ist: wie kann der Vater seinen Anspruch geltend machen, die Plazenta zu essen ? Die Mütter werden sie ja wohl kaum freiwillig abgeben, angesichts der Wunder, die sie vollbringt ...  
[Antworten](#)  
 Urs Gubser sagt:  
 4. September 2011 um 21:38  
 Wie hat schon meine Grossmutter gesagt: Aus Amerika kommt nur Schlechtes!  
[Antworten](#)  
 Severin Brunner sagt:  
 4. September 2011 um 21:55  
 Genau – und auch Osama bin Laden wusste das schon ...  
[Antworten](#)  
 Gaëlle sagt:  
 4. September 2011 um 21:57  
 blöd nur, dass dieser brauch nicht aus den usa kommt. früher haben das die kelten gemacht, und weil die gesellschaft des 21. jahrhunderts auf sinnsuche ist, gräbt man halt solche längst überholten bräuche wieder aus.  
[Antworten](#)  
 sunflyer sagt:  
 4. September 2011 um 21:40  
 Charlotte Roche würde es wahrscheinlich machen  
 😊  
[Antworten](#)  
 Liv sagt:  
 4. September 2011 um 21:54  
 😊  
 )  
[Antworten](#)  
 Gaëlle sagt:  
 4. September 2011 um 21:55  
 \*schmunzel\* Ob ihrs glaubt oder nicht – meine plazenta liegt seit einem jahr tiefgefroren im kühlfach, darauf stapeln sich zum auftauen bereite fruchtbreilis. die aldi pizza nebandran. guete appetit!  
[Antworten](#)  
 Marco V. sagt:  
 4. September 2011 um 22:02  
 😊  
 selten so gelacht, was für Blödsinn man sich heute doch noch ausdenken kann. Gut, wenn die Chinesen darauf stehen, dann mag vielleicht was dran sein. Aber essen?? Nein, danke, dafür reicht meine Vorstellungskraft wirklich nicht!  
 Und lustig, dass nach 15 Jahren Eltern immer noch gleich reagieren wie meine Frau und ich. Wir konnten es damals auch kaum glauben, dass es Menschen gibt, die das tatsächlich mit nach hause nehmen und darauf auch noch einen Baum pflanzen (da hätte sich wohl nur der Fuchs drüber gefreut).  
[Antworten](#)  
 Aufdenblatten sagt:  
 4. September 2011 um 22:04  
 Die Natur macht es vor.  
 Aus Zermatt ist überliefert, dass in Generationen vor hundert Jahren aus der Plazenta Gerichte/Kuchen zubereitet und verzehrt wurden, um möglichst schnell zu Kräften zu kommen. Archaisch aber nutzvoll. Heute haben wir sicher andere Mtitel.  
 gruss  
[Antworten](#)  
 Marcel Zufferey sagt:  
 4. September 2011 um 22:17

Nun, im Zeitalter der drohenden Futterknappheit wird es für das Kapital-isierte Wirtschaftssubjekt langsam Zeit, alternative Nahrungsquellen zu erschliessen- was liegt da näher, als sich selber zu verspeisen? In einem gewissen Sinne tun wir das hier im Westen ja schon seit einer ganzen Weile. Bis nichts mehr von uns übrig bleibt, muahahaha..! Der Rest der Weltbevölkerung wird uns dankbar dafür sein: Stupid White Men!

[Antworten](#)

Eremit sagt:

4. September 2011 um 22:28

Die drohende "Futterknappheit" ist ein Märchen, da gemäss Experten die blaue Kugel gut 10 Milliarden Menschen ernähren kann. Das Problem ist eher die ungerechte Verteilung und wie man es in Somalia sah, dass manche nicht wollen dass andere genügend zu essen und zu trinken gaben.

[Antworten](#)

Wildkatze sagt:

4. September 2011 um 22:32

@Eremit:

Ich bin 100%ig Ihrer Meinung.

Wildkatze sagt:

4. September 2011 um 22:31

Zufi, manchmal denken Sie ja ganz vernünftig! That's the White Male System (WMS). Hierzulande Patriarchat genannt.

[Antworten](#)

Marcel Zufferey sagt:

4. September 2011 um 22:34

Danke, eremit, das weiss ich auch. Zwei Filme dazu: Food Inc. (USA) und We Feed the World (A). Ansonsten empfehle ich Jean Ziegler. Trotzdem wird die Futterknappheit in der einen oder anderen Form viele Weltregionen heimsuchen- noch aus ganz anderen Gründen als der ungerechten Verteilung. Die Philippinen müssen zum Beispiel zwischen zwei Dritteln und drei Vierteln ihres Reisbedarfs über Importe decken- aus Ländern notabene, die selber bereits zu Exportbeschränkungen greifen, um einer eventuellen Knappheit vorzubeugen.

[Antworten](#)

Elke Honegger sagt:

4. September 2011 um 22:20

Mein1. Enkelkind wurde in Norwegen geboren. Die Schwester kam und fragte meine Tochter, wie sie die Placenta wolle, als Shake oder gebraten?. Sie fand es sehr unklug, als meine Tochter das ablehnte.

[Antworten](#)

FangBanger sagt:

4. September 2011 um 22:28

Das ist alles nur eine Frage der inneren Einstellung. Manche Dinge kommen uns heute komisch oder ekelig vor. Sind es aber irgendwie bei genauer Betrachtung gar nicht. Wir haben sie nur vergessen, sie sind in unserer Kultur einfach verschwunden und uns einfach nur fremd.

Man wächst mit seinen Aufgaben. Und wer will findet irgendwann auch keine Stofftaschentücher mehr ekelig, findet es normal Frauen stillen zu sehen und denkt auch drüber nach seine Plazenta zu essen. Jedenfall ein erbensgrosses Stück. Und natürlich roh;nur von der Seite, die der Mutter zu gewand ist.

Schmeckt eher wie Leber:-)

[Antworten](#)

Kommentieren

Name (benötigt)

E-Mail (wird nicht veröffentlicht) (benötigt)

Website

Verbleibende Anzahl Zeichen: 600

Die Redaktion behält sich vor, Kommentare nicht zu publizieren. Dies gilt insbesondere für ehrverletzende, rassistische, unsachliche, themenfremde Kommentare oder solche in Mundart oder Fremdsprachen. Kommentare mit Fantasienamen oder mit ganz offensichtlich falschen Namen werden ebenfalls nicht veröffentlicht. Über die Entscheide der Redaktion wird keine Korrespondenz geführt.

Michèle Binswanger



Michèle Binswanger hat Philosophie und Germanistik studiert, war als Künstlerin und Kletterin tätig und ist heute Redaktorin bei Tagesanzeiger/Newsnetz. Sie lebt mit ihrem Mann, ihrer Tochter (9) und ihrem Sohn (6) in Basel. [www.michelebinswanger.com](http://www.michelebinswanger.com)

Jeanette Kuster



**Jeanette Kuster** ist Redaktorin bei einem Fachmagazin, freie Journalistin und Mutter eines einhalbjährigen Mädchens. Vor der Geburt ihrer Tochter war sie bei verschiedenen Medien vorwiegend in den Ressorts Lifestyle und Kultur tätig. Jeanette Kuster lebt mit ihrer Familie in Zürich.

Letzte Kommentare

[Marcel Zufferey](#) bei [Mutterkuchen zum Frühstück](#)

[Wildkatze](#) bei [Mutterkuchen zum Frühstück](#)

[Wildkatze](#) bei [Mutterkuchen zum Frühstück](#)

[Eremit](#) bei [Mutterkuchen zum Frühstück](#)

[FangBanger](#) bei [Mutterkuchen zum Frühstück](#)

[Eremit](#) bei [Mutterkuchen zum Frühstück](#)

[Wildkatze](#) bei [Wenn Männer psychisch gefoltert werden](#)

[Eremit](#) bei [Käfighaltung oder Freiland?](#)

Kategorien

[Beruf Best of Mamablog](#) [Carte Blanche](#) [Erziehung](#) [Gastblogger](#) [Geburt](#) [Gender](#) [Gesundheit](#) [Hausmitteilung](#) [Kinder](#) [Papablog](#)  
[Politik/Gesellschaft](#) [Scheidungsspezial](#) [Schul-Spezial](#) [Schule](#) [Schwangerschaft](#) [Sex/Partnerschaft](#) [Teenager](#) [Themenschwerpunkt](#) [Sex](#) [Vater](#)

Blog durchsuchen:

Suchen nach:

 

Archiv

Blogroll

[Beste Freundin](#)

[Clack](#)

[Die Angelones](#)

[Die schönsten Kinderbücher](#)

[Fille du Limmatquai](#)

[Frauenblog](#)

[Hebamme-Prader](#)

[Pipistrella](#)

[Rabenmutter](#)

Populär auf Facebook

Erstelle ein Konto oder [melde dich an](#), um zu sehen, was deine

Freunde machen.

Keine neueste Aktivität zum Anzeigen vorhanden.

Füge deiner Seite einige „Gefällt mir“-Schaltflächen hinzu, um deine Nutzer zur Interaktion zu bewegen. Einzelheiten findest du [hier](#).

Soziales Plug-in von Facebook

### Männer



Händchen halten, reden und Familie gründen... Das starke Geschlecht denkt an mehr als an Sex.

[Was Single-Männer wirklich wollen](#)

