

## Blaue Lebensmittel: Woher kommt die Abneigung?

Ein blaues Eis oder ein blauer Bonbon? Die meisten Menschen greifen lieber zu roten, gelben oder grünen Lebensmitteln. Dabei ist Blau weltweit eine sehr beliebte Farbe. Woher kommt unsere Abneigung gegen blaues Essen?

Der weite Himmel, das kühle Meer: Die Farbe Blau wirkt beruhigend und **entspannend**. Blau ist weltweit die beliebteste Farbe, trotz aller kulturellen Unterschiede. Sie ist die häufigste Farbe in der Mode, und auch die meisten **Uniformen** der Welt sind blau. Wer Blau trägt, erscheint entschlossen, vernünftig und zuverlässig. Doch wie entsteht diese Wirkung?

Licht besteht aus **Wellen** von unterschiedlicher Länge, die unsere Augen als Farben **wahrnehmen**. Und auch unsere Haut spielt eine Rolle: Dort reagieren **Sensoren** auf Licht und Farben und beeinflussen bestimmte Prozesse im Körper wie **Herzschlag**, **Atemfrequenz** oder **Blutdruck**. Im Alltag kann uns das helfen: Farben **lösen** Reaktionen in uns **aus**. Rot als Farbe von Blut oder Feuer macht uns sofort auf Gefahr aufmerksam. Bei Lebensmitteln hat sie jedoch eine andere Wirkung: Wir denken an **Reife** und Süße.

Bei Blau ist der Effekt **umgekehrt**: Obwohl die Farbe eigentlich angenehm wirkt, sehen blaue Lebensmittel für uns nicht sehr **appetitlich** aus. Tatsächlich kommt blaues Essen in der Natur sehr selten vor. Wir verbinden damit Gefahren, **Fäulnis** oder Bitterstoffe. Und die wenigen „blauen“ Lebensmittel, die es gibt, sind in Wirklichkeit eher violett: Pflaumen oder **Weintrauben** zum Beispiel.

Ein Teil dieser Abneigung gegen blaue Lebensmittel liegt in unseren **Genen**. Im Laufe des Lebens wird sie allerdings stärker. Sie hat also auch mit Erziehung und Erfahrungen zu tun. Erwachsene reagieren auf die Farbe Blau für Lebensmittel oft ablehnender als Kinder. Die sind **Schlumpf**-Eis oder blauen Bonbons gegenüber offener und interessierter. Vielleicht ist es gerade der Spaß an der unappetitlichen Farbe, der blaue **Süßigkeiten** für Kinder so anziehend macht.

*Autor/Autorin: Alexander Freund; Arwen Schnack*

---

## Glossar

**Abneigung, -en (f.)** – das Gefühl, dass man etwas nicht mag oder möchte

**entspannend** – so, dass man von etwas ruhig wird und sich erholen kann

**Uniform, -en (f.)** – die Kleidung von z. B. Polizisten oder Soldaten, die bei allen gleich ist

**Welle, -n (f.)** – hier: die Art, wie sich das Licht (kurvenförmig) im Raum bewegt

**etwas wahr|nehmen** – etwas hören, sehen, riechen, fühlen oder schmecken

**Sensor, -en (m.)** – hier: ein Teil des Körpers, mit dem man etwas Bestimmtes fühlen kann

**Herzschlag, -schläge (m.)** – hier: die Häufigkeit, mit der das Herz im Körper schlägt

**Atemfrequenz, -en (f.)** – die Häufigkeit, mit der jemand ein- und ausatmet

**Blutdruck (m., nur Singular)** – der Druck, den das Blut im Körper erzeugt

**etwas aus|lösen** – der Grund/die Ursache für etwas sein

**Reife (f., nur Singular)** – hier: die Tatsache, dass ein pflanzliches Lebensmittel so weit entwickelt ist, dass man es essen kann

**umgekehrt** – andersherum; im Gegenteil

**appetitlich** – so, dass man etwas gerne essen mag

**Fäulnis (f., nur Singular)** – ein Prozess, durch den Lebensmittel schlecht werden und nicht mehr gegessen werden können, weil sie nicht mehr frisch sind

**Weintraube, -n (f.)** – eine Art von Obst, die aus einzelnen Beeren besteht, aus denen man Wein herstellen kann

**Gen, -e (n.)** – die Teile eines Lebewesens, die die vererbaren Informationen tragen

**Schlumpf, Schlümpfe (m.)** – blaue Comicfiguren des belgische Autors Peyo

**Süßigkeit, -en (f.)** – etwas Süßes zu essen (z. B. Schokolade oder Bonbons)