



«Das Tischgebet gehört dazu»

Pfarrerin Rita Famos backt jede Woche einen Sonntagszopf. Wir sprachen mit ihr über ihr Weihnachtsmenü, kulinarische Sünden und Vorsätze fürs neue Jahr.

Text: Angela Obrist

Rita Famos, was ist für Sie die wichtigste Mahlzeit des Tages?

Der Znacht ist für mich ein sehr wichtiger Moment, in dem ich den Tag mit einer vertrauten Person ausklingen lasse und zur Ruhe komme. Die anderen Mahlzeiten laufen bei mir im Alltag eher nebenbei ab, weil ich in Gedanken oft schon zur Arbeit abschweife.

Was ist Ihr Lieblingsessen?

Ich mag die traditionelle Küche mit wärmenden Gerichten wie Papet Vaudois, Ghackets mit Hörnli und Apfelmus, aber auch Currys. So koche ich selbst. Ausgefallene Speisen esse ich lieber auswärts.

Welches ist das Gericht Ihrer Kindheit?

Kartoffelstock mit Ragout und einem Sauceeseeli, dazu Erbsli und Rüepli. Dieses Gericht ist für mich die pure Erinnerung an die Sonntage meiner Kindheit und die Zeit mit der Familie am Tisch.

Wie wichtig sind Ihnen Familienessen?

Sie bedeuten mir viel, denn wenn man eine Mahlzeit teilt, wendet man sich einander zu. Ich erinnere mich gern an die Essen, als unsere Kinder noch klein waren. Wir haben gemeinsam ein Tischlied gesungen, gegessen, Fröhliches und Schweres geteilt, und die Kinder konnten danach an Leib und Seele gestärkt wieder in die Welt hinausgehen.

Kochen Sie gern?

Ja, wenn ich Zeit habe fürs Kochen, dann entspannt es mich sehr. Ich bin dann ganz darauf konzentriert und freue mich schon auf die Menschen, mit denen ich die Mahlzeit teilen werde.

Wie oft kochen Sie?

In meinem Amt bin ich an Wochentagen stark eingespannt oder im Land unterwegs und finde meist keine Zeit fürs Kochen. Ich bereite etwas Schnelles zu, wie einen Linsen- oder Couscoussalat fürs Büro, oder koche im Homeoffice einen Teller Spaghetti mit selbst gemachtem Pesto, den ich immer vorrätig habe. An den Wochenenden koche ich ein- oder zweimal richtig und lade gern Freunde dazu ein.

Wie gern backen Sie?

Ich backe immer selbst Brot und friere es dann ein. Auch den Sonntagszopf mache ich selbst, das ist Ehrensache. Dafür nehme ich ein klassisches Rezept für eine Bärner Züpfe ohne Zucker, das ich von meiner Mutter bekommen habe.

Was essen Sie, bevor Sie einen Gottesdienst leiten?

Einen schlichten Zmorge, wie ein Müesli mit einem Kaffee.

Wie feiern Sie Weihnachten?

In meiner Familie feiern wir ganz klassisch mit Weihnachtsbaum, wir singen Lieder und essen zusammen. Ein zweites Herzensanliegen ist mir das Feiern mit der Glaubensfamilie beim Besuch eines Gottesdiensts.



Rita Famos (58)

Die Pfarrerin ist seit 2021 Präsidentin der Evangelisch-reformierten Kirche Schweiz, als erste Frau in diesem Amt. Seit 2024 ist sie Präsidentin der Gemeinschaft Evangelischer Kirchen in Europa und ab 2025 auch Vorsitzende des Schweizerischen Rates der Religionen.

Rita Famos lebt mit ihrem Mann in Uster ZH und ist Mutter zweier erwachsener Kinder.

In der Kirche sorgen wir dafür, dass auch diejenigen, die keine Familie zum Feiern haben, sich an einen gedeckten Tisch setzen können.

Was essen Sie an Weihnachten?

Ein Muss ist seit Jahrzehnten ein Sternli-Glacecake. Dafür füllt man selbst gemachte Schokoladenglace lagenweise in eine Cakeform und spritzt dazwischen mit einer Sterntülle Schlagrahm. Wenn alles gefroren ist und man es schneidet, ergibt sich auf den Stücken ein Sternmuster.

Und zum Hauptgang?

Das variiert. Wenn viele Personen mitfeiern, macht mein Mann gern einen Truthahn. In einem anderen Jahr ist es ein schlichteres Gericht. Am Tisch ist mir die gemeinsame Zeit das Wichtigste, nicht nur an Feiertagen.

Wie halten Sie es mit dem Tischgebet?

Das gehört für mich dazu. Das Christentum kennt im Gegensatz zum jüdischen und zum muslimischen Glauben keine Speisevorschriften. Die Dankbarkeit für das Essen ist aber ein wichtiger Grundstein. Das Tischgebet, bei uns meist ein Tischlied, ist für mich ein Ausdruck einer Lebenshaltung: Das, was wir sind und haben, ist ein Geschenk.

Welche Bedeutung haben Mahlzeiten für Sie als Pfarrerin?

Die Tischgemeinschaft spielt in der Bibel und im Christentum eine wichtige Rolle. Am Tisch sitzt man zusammen, bricht das Brot und hat es gut zusammen. Eine Bibelstelle beschreibt das Himmelreich zum Beispiel als grosses Gastmahl, zu dem alle eingeladen sind. Gemäss den Überlieferungen sass Jesus mit ganz einfachen Menschen zusammen, war aber auch an Hochzeiten, an denen er Wasser in Wein verwandelt hat. Beim Abendmahl versammeln wir uns heute und werden uns gewiss, was uns trägt: die Gegenwart von Jesus und die Gemeinschaft.

Was sind Ihre kulinarischen Sünden?

Ich bin «Dessertarierin», liebe und kreierte gern Desserts. Von einer Sünde würde ich aber nur dann sprechen, wenn man solchen Vorlieben im Übermass nachgeht.

Essen Sie Fleisch?

Ich esse Fleisch, aber wohlüberlegt und aus einer Haltung, die das Tierwohl respektiert.

Haben Sie Ess- oder Kochvorsätze für das neue Jahr?

Das vergangene Jahr war sehr hektisch. Im kommenden möchte ich mir mehr Zeit nehmen, um Freunde einzuladen und für sie zu kochen. Das tut ihnen und mir gut.