

Titel: Hackerbrause kurz & geek“
Author: Kathrin Ganz, Jens Ohlig & Sebastian Vollnhals
ISBN: 978-3-86899-141-3
143 Seiten, broschiert
Preis: EUR 9,90 (D)

In diesem Buch erfährt der Leser alles über die Hackerbrause, ein koffeinhaltiges Erfrischungsgetränk, ihre Geschichte, Herkunft und Entwicklung. Viele kulturelle Hintergründe und hilfreiche Rezensionen von verschiedenen Getränken sind ebenso vorhanden wie weiterführende Links und Rezepten zum Selbermachen.

Im ersten Kapitel wird die Geschichte und Entwicklung der Hackerbrause und ihre Wege von Hackerbrause - Hauptstadt Hamburg nach Berlin, dann an andere Städte und Hackerzentren in Deutschland und schließlich bis nach Amerika beschrieben. Hackerbrasen sind koffeinhaltige Getränke, die vor allem in Hackerkreisen getrunken werden um die Müdigkeit zu verringern und dem Gehirn einen Treibstoff zu liefern. Die Geschichte der Club-Mate, wohl der bekanntesten Hackerbrause, beginnt Anfang der 1990er, was in einem Interview mit Freke Over, der stark zu dem Erfolg beigetragen hat, geschildert wird. Mittlerweile ist dieses Getränk flächendeckend in Deutschland zu kaufen und weiterhin sehr beliebt. Es gibt heutzutage auch mehrere Varianten der Brause, was auch in diesem Kapitel mit Namen, Beschreibungen, Preis- und Internetseitenangaben ausführlich dargestellt wurde und die man grob in Mate, Cola und Energy-Drinks einordnen kann.

Das zweite Kapitel beschäftigt sich mit der Problematik der Gesundheit, Wirkung und Nebenwirkung von den Hauptbestandteilen der Brause, sowie mit einigen Legenden von den Wirkungen. Reichlich in den Erfrischungsgetränken vorhanden sind Koffein, Phosphorsäure (trotz einiger Legenden schadet angeblich dem Magen nicht), Zucker, dafür nur wenig bis kaum Nährstoffe. Daher ist die Brause für eine gesunde Ernährung lieber nicht empfohlen. Was aber noch wichtig an der Hackerbrause ist, ist derer psychologischer Effekt: die Konsum der Brause soll Spaß machen.

Weiter werden noch unterschiedliche koffeinhaltige Pflanzen mit ihrer Beschreibung und ggf. weiterführende Links präsentiert. Das Kapitel enthält auch interessante Informationen über die Einwirkungen der Brause auf das Gehirn. Sehr ausführlich wird auch über Koffeinintoleranz und damit verbundener Steigung des Koffeinkonsums sowie über Koffeinentzug berichtet. Eine Beschreibung der Wechselwirkung von Zucker und Koffein aus zwei verschiedenen Perspektiven ist hier genauso erhalten wie detaillierte chemische Informationen über Fruktose, Glukose und Süßstoffe.

Das dritte Kapitel beschäftigt sich intensiv mit der Hackerbrause (synonym Mate, benannt nach der Pflanze, die als Basis für die Herstellung verwendet wird), ihrer Herkunft und Entwicklung. Es gibt hier auch eine Anleitung zum „richtigen“ Mate Trinken wie in Südamerika sowie viele kulturelle Hintergründe zu diesem traditionellen Getränk. Hier findet man auch Rezensionen und Links von vielen anderen Mate-Getränken.

Das vierte Kapitel widmet sich der Geschichte, Herkunft und Entwicklung der wohl bekanntesten Brause, Coca-Cola, dem deutschen Konkurrenten Afri-Cola sowie anderen Cola-Sorten.

Hier findet der Leser auch einige Beispiele von der heimlichen Produzenten von Hackerbrause aus der GDR und DDR und wieder viele vergleichende Rezensionen der deutschen Produkten.

Das fünfte Kapitel beschreibt die Geschichte und Entwicklung von Energy-Drinks, die ihren Ursprung in Ostasien, vor allem Japan, haben. Es werden hier die Hauptbestandteile und einige Mythen von Energy-Drinks dargestellt. Sehr ausführlich wird hier auch das österreichische Getränk Red Bull präsentiert.

Das sechste und letzte Kapitel ist ein reines DIY (Do-It-Yourself) Kapitel mit vielen Rezepten und Tipps zum Ausprobieren sowie Anregungen zum Experimentieren: es gibt sowohl alkoholhaltige Drinks und Cocktails als auch alkoholfreie Kompositionen mit mehr oder weniger interessanten oder ausgefallenen Zutaten.

Als kleine Überraschung und Krönung des Buches gibt es auch einige Back(!)rezepte oder für Mate-Sorbet.

Im Großen und Ganzen ein kleines feines Buch nicht nur für Fans von koffeinhaltigen Erfrischungsgetränken, sehr simpel und übersichtlich geschrieben, mit vielen hilfreichen Rezensionen und weiterführenden Links. Nicht nur für Hacker empfehlenswert.