

## Zurück an den Herd – zurück zur ‚guten alten Zeit‘?

Die kochende Vollzeit-Hausfrau als retrotopisches Ideal der *Tradwife-Community*

Alexandra Regiert

„Mein Mann hatte heute Lust auf was Süßes, also habe ich direkt angefangen, die Butter zu machen für seine Lieblingsschokoladenkekse. Die Butter mache ich aus Sahne, und die muss man einfach nur so lange aufschäumen, bis sie fest wird. Dann mit Butterbrettchen forme ich sie und im Backpapier tu ich sie erstmal einpacken. Meine selbstgemachte Schokolade mache ich aus Kakaofrüchten. Die schneide ich auf und tu die Kakaobohnen auf einen Teller. Die müssen als Erstes fermentiert werden und dann geröstet. Danach kann man die Kruste von den Kakaobohnen schälen und dann kommen meine Kakaonips in meine Steinmühle. Dann gebe ich die fertige, hundertprozentige Schokolade in eine Schokoladenform. Die schneide ich dann in Stückchen. Und aus Vollkorndinkelkörnern mache ich dann mein Mehl und zu meinem Teig kommen dann noch Eier, die verrühre ich mit dem Teig, und dann kommen noch Butter, Zucker und meine selbstgemachte Schokolade. Die Cookies-Kekse kommen dann auf ein Blech und werden gebacken. Mein Mann und meine Kinder waren dann hin und weg und haben sich einfach total gefreut.“<sup>1</sup>

Mit sanft intonierter Stimme kommentiert „Simhalily“ den Herstellungsprozess der auf Wunsch ihres Ehemannes gebackenen Kekse; im dazugehörigen *Instagram*-Reel trägt die junge Mutter ein knielanges Kleid mit rosa-weißem Hahnentrittmuster, darüber fällt eine braune Schürze, ein bereits ausgeprägter Babybauch wölbt sich darunter; den hüftlangen dunklen Zopf ziert, um die nostalgisch-hyperfeminine Ästhetik zu komplettieren, eine weiße Schleife. „Simhalily“ Aufnahmen zeigen sie, teils in Gesellschaft ihrer beiden Kinder, an einem mit frischen Rosen dekorierten Holztisch in ihrer Landhausküche beim Schäumen, Mahlen, Rühren, Schneiden und Kneten; einige Sequenzen verfolgen ihre routinierten Arbeitsschritte in Großaufnahme. Schließlich tritt ein Mann im karierten Hemd neben sie an den Tisch, den blauen Hut tief in das Gesicht gezogen; er nimmt sich einen Keks und beißt ab – „Simhalily“ strahlt.<sup>2</sup>

---

1 Account Simhalily. Schokoladenkekse. URL: <https://www.instagram.com/reel/C9HazqgNTXC/> (Stand: 17.02.2025).

2 Vgl. ebd.

Das Video steht paradigmatisch für eine Vielzahl von Clips, die „Simhalily“ bei der Herstellung von Schokolade, Mozzarella, Frischkäse, Pasta oder „gesunder Nutella“<sup>3</sup> zeigen.<sup>4</sup> Auf *Instagram* folgen der gebürtigen Kolumbianerin<sup>5</sup> rund eine Million Abonnent:innen, womit sie zu den erfolgreichsten deutschsprachigen Influencerinnen mit sogenanntem *Tradwife*-Content gehört. „Simhalily“ polarisiert – das führt ein kursorischer Blick in die Kommentarspalten vor Augen. Neben höhnischen Bemerkungen wie „Bisschen faul die Eier nicht selbst zu legen“<sup>6</sup> oder „Während das Kind auf die Kekse wartete, beendete es die Schule und gründete eine Familie“<sup>7</sup>, finden sich auch lobende Stimmen, die „Simhalily“ – ob des vermeintlichen Verfalls tradierter kulinarischer Techniken – für ihre Fähigkeiten Anerkennung zollen: „Warum so viel hate? Was die Frau Tag für Tag macht ist beeindruckend! Traurig genug das heutzutage fast keiner mehr ohne backmischung backen kann!! Da verdient sowas absoluten Respekt. Schämt euch [sic].“<sup>8</sup>

Während „Simhalily“ das Augenmerk ihres Feeds auf Back- und Kochanleitungen legt, erfüllen diese bei der deutschen Content-Creatorin „tradwifefactory“<sup>9</sup>, die auf *Instagram* zur Zeit der Datenerhebung rund 16.000 Abonnent:innen zählt, eine primär illustrative Funktion: So tunkt sie etwa selbstgebackene Donuts in Schokoladenglasur und erklärt in der dazugehörigen *Caption*, ihr Mann, der „Leitwolf“<sup>10</sup>, und sie seien keine „gleichberechtigten Partner“<sup>11</sup> – „Wir glauben, dass Gott ihn als Mann dazu befähigt und auserkoren hat, die Familie zu beschützen, zu versorgen und anzuleiten“<sup>12</sup>. In weiteren Clips, welche die Protagonistin stets nur bis zur Schulter

---

3 Account Simhalily. Nutella. URL: <https://www.instagram.com/reel/C60gGFCNujq/?igsh=c3l6Zjhrem9kaXVr> (Stand: 17.02.2025).

4 Vgl. Account Simhalily: URL: <https://www.instagram.com/simhalily?igsh=MWYwZ3dqempleGhxdg==> (Stand: 17.02.2025).

5 Siehe hierzu Account Simhalily. Über meine Geschichte. URL: <https://www.instagram.com/simhalily/reel/C-hwce3NKES/?hl=de> (Stand: 19.02.2025).

6 Account Simhalily. Schokoladenkekse. URL: <https://www.instagram.com/reel/C9HatzqgNTXC/> (Stand: 13.01.2025).

7 Ebd.

8 Ebd.

9 Account tradwifefactory. URL: <https://www.instagram.com/tradwifefactory?igsh=dmhqYjKxOHJpYnhp> (Stand: 17.02.2025).

10 Account tradwifefactory. Partnerschaft. URL: <https://www.instagram.com/reel/C7uHSKWtE28/?igsh=YWZrMmw5bTA2aTh3> (Stand: 17.02.2025).

11 Ebd.

12 Ebd.

und – ähnlich wie „Simhalily“ – in hellen Kleidern und Schürzen zeigen, verziert sie Cupcakes mit Sahne und führt „biologisch[e]“<sup>13</sup> Gründe auf, weshalb „eher die Frauen zuhause bleiben sollten“<sup>14</sup>, oder sie offenbart, ihren Mann um Erlaubnis zu bitten, bevor sie sich etwas kauft; indes überzieht sie einen Gugelhupf mit Zuckerglasur.<sup>15</sup> Auch unter „tradwifactorys“ Reels spiegeln sich in den Kommentaren neben zustimmenden vorwiegend kritisch-sarkastische bis ungläubige Reaktionen: „Scheiß auf den jahrzehntelangen Kampf für Frauenrechte“<sup>16</sup>, spottet eine Nutzerin, eine andere hofft, „dass das ganze Profil Satire ist“<sup>17</sup>.

### #Hausfrau: Digital inszenierter Rückzug ins Private

Gleichwohl „Simhalily“ und „tradwifactory“ als zwei der reichweitenstärksten deutschsprachigen Akteurinnen unterschiedliche Akzente in ihren Social-Media-Auftritten setzen – „Simhalily“ auf Backen und Kochen, „tradwifactory“ dezidiert auf eine geschlechtsspezifische Rollenverteilung –, inszenieren beide die Zubereitung von Speisen „als Zeichen der (Für-)Sorge für die Familienangehörigen“<sup>18</sup> und sind als ‚traditionell‘ identifizierte Hausfrauen Teil einer kontrovers diskutierten Online-Community. Das Portmanteau *Tradwife* setzt sich aus dem englischen Adjektiv *traditional* und dem Substantiv *wife* zusammen und dient als Selbstbezeichnung zuvorderst weißer<sup>19</sup> Frauen, die sich zur Rolle der Vollzeit-Hausfrau

---

13 Account tradwifactory. Arbeitseinteilung. URL: <https://www.instagram.com/reel/C2koUABtoHO/?igsh=MTE0anU3ZWtnNWZtcw==> (Stand: 17.02.2025).

14 Ebd.

15 Vgl. Account tradwifactory. Käuferlaubnis. URL: <https://www.instagram.com/reel/C3InUitkFZ/?igsh=MXdzd2IIdnQ0enl5eg==> (Stand: 05.03.2025).

16 Account tradwifactory. Partnerschaft. URL: <https://www.instagram.com/reel/C7uHHSKWtE28/?igsh=YWZrMmw5bTA2aTh3> (Stand: 17.02.2025).

17 Ebd.

18 Schlegel-Matthies, Kirsten: Mahlzeit im Wandel – die Entideologisierung einer Institution. In: Barbara Methfessel/Gesa Schönberger (Hg.): Mahlzeiten. Alte Last oder neue Lust? Wiesbaden 2011, S. 27–38, hier S. 33.

19 Siehe exemplarisch zur Reproduktion kolonialistischer Diskurse in der *Tradwife*-Community: Bower, Laura J.: The Thorn in Feminism’s Side: Black Feminist Reconceptualization and Defence of #tradwives and the #tradwife Movement. In: *Journal of Gender Studies* 34/7 (2024), S. 1037–1053, <https://doi.org/10.1080/09589236.2024.2423198>.

in einer hierarchisch geordneten Kernfamilie sowie hiermit assoziierten (christlich-)konservativen, teils fundamentalistischen Werten bekennen.<sup>20</sup>

Obschon der Begriff im englischsprachigen Raum bereits seit einigen Dekaden sporadisch verwendet wird, fand er im Zuge der COVID-19-Pandemie und des damit einhergehenden Rückzugs ins Private weitere Verbreitung; ein im Januar 2020 veröffentlichtes BBC-Interview mit der britischen *Tradwife* Alena Pettitt, die hierin bekannte, sich ihrem Ehemann „unterzuordnen, als sei es 1959“<sup>21</sup>, befeuerte die Bekanntheit des Phänomens.<sup>22</sup>

Als dicht vernetzte „social media-based subculture“<sup>23</sup> nutzen *Tradwives* diverse virtuelle Sozialräume wie *Instagram*, *TikTok* oder *YouTube* und erproben Methoden des Influencer-Marketings, um heteronormative, hegemonial-patriarchale Geschlechterordnungen zu reproduzieren und den eigenen Internetauftritt durch Werbekooperationen oder den Verkauf eigener Produkte, im Fall „Simhalily“ etwa handgefertigte Schokolade sowie Kunstdrucke,<sup>24</sup> zu kommerzialisieren<sup>25</sup> – dass sie durch ihre unternehmerische Tätigkeit einen womöglich nicht unbeträchtlichen Beitrag zum Familieneinkommen leisten, wird in der Regel verschleiert oder bagatellisiert, zumal sich dies kaum in das Leitnarrativ einer devoten ‚Nur-Hausfrau‘ fügt.<sup>26</sup> Nicht zu bagatellisieren ist ferner die Wirkmacht einer noch immer schmal anmutenden Online-Community, die sich potenziell weit über digitale Sphären hinaus entfaltet: Begreift man (soziale) Medien im Sinne Christoph Bareithers nicht als „von der soziokulturellen Umwelt isolierte

---

20 Vgl. Straßmann, Lea: Wie *Tradwives* Rollenbilder und Care-Arbeit auf Instagram vermitteln. In: *Feministische Geo-RundMail* 97 (2024), S. 32–40, hier S. 32; Proctor, Devin: The #Tradwife Persona and the Rise of Radicalized Domesticity: In: *Persona Studies* 8/2 (2022), S. 7–26, hier S. 7f.; Sykes, Sophia M./Hopner, Veronica: *Tradwives: Right-Wing Social Media Influencers*. In: *Journal of Contemporary Ethnography* 53/4 (2024), S. 453–487, hier S. 455, 466f.

21 BBC Stories. ‘Submitting to my husband like it’s 1959’: Why I became a TradWife. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=ZwT-zYo4-OM> (Stand: 17.02.2025).

22 Vgl. Proctor: #Tradwife Persona (2022), S. 7f.; Sykes/Hopner: *Tradwives* (2024), S. 455; Straßmann: *Tradwives* (2024), S. 33.

23 Sykes/Hopner: *Tradwives* (2024), S. 454.

24 Siehe hierzu Onlineshop Simhalily: URL: <https://simhalily.de/?srsltid=AfmBOoqvaEe8QlaoGgwLlxNlCtET1UvDYslJUxbXIb74ZmMDgZbk1DZ> (Stand: 18.07.2025).

25 Vgl. Straßmann: *Tradwives* (2024), S. 33; Sykes/Hopner: *Tradwives* (2024), S. 454.

26 Vgl. dazu: Muenster, Roxana M./Foster, Margaret E.: Breadwinner or Breadmaker: Contradictions in *Tradwives’* Creator Labor, Religious Vernacular, and Aesthetics. In: *AoIR. Selected Papers of Internet Research* (2025), <https://doi.org/10.5210/spir.v2024i0.14008>.

Artefakte, sondern als integrale Bestandteile komplexer Alltagswelten<sup>27</sup>, wird deutlich, dass kulturelle Normen und Machtstrukturen reziprok zwischen beiden Feldern zirkulieren.<sup>28</sup>

Wie sämtliche kulturelle Phänomene kann die *Tradwife*-Community schließlich nur in ihrer Genese verstanden werden: Entsprechend den Deutungshorizonten der Vergleichenden Kulturwissenschaft, die, so Gunther Hirschfelder, „[die] Gegenwart in ihrer medialen Konstruktion, ihrer alltagskulturellen Ausgestaltung und in ihrem geschichtlichen Gewordensein“<sup>29</sup> analysiert, spürt dieser Beitrag anhand des *Instagram*<sup>30</sup>-Contents von „Simhalily“ und „tradwifeactory“<sup>31</sup> den Fragen nach, wie sich die Idealisierung der christlich-bürgerlichen Kernfamilie in der *Tradwife*-Community als Kontinuität polarisierter „Geschlechtscharaktere“<sup>32</sup> erweist, inwieweit die Vision einer ‚guten alten Zeit‘ von Stereotypisierungen eines „Goldenen Zeitalters“<sup>33</sup> zehrt und welche Rolle einer als ‚natürlich‘ und ‚traditionell‘ inszenierten Ernährung zukommt.

- 
- 27 Bareither, Christoph: Medien der Alltäglichkeit. Der Beitrag der Europäischen Ethnologie zum Feld der Medien- und Digitalanthropologie. In: Zeitschrift für Volkskunde 115 (2019), S. 3–26, hier S. 3.
- 28 Vgl. Bork-Hüffer, Tabea: cON/FFlating spaces: On the Intersections and Conflation of our ONline and OFFline Worlds. In: Research Group transient Spaces & Societies, <https://www.doi.org/10.34834/2019.0001>; Caldeira, Sofia P./De Ridder, Sander/Van Bauwel, Sofie: Between the Mundane and the Political: Women’s Self-Representations on Instagram. In: Social Media + Society 6/3 (2020), S. 1–14.
- 29 Hirschfelder, Gunther: Europäischer Alltag im Fokus der Kulturanthropologie/Volkskunde. In: Stephan Conermann (Hg.): Was ist Kulturwissenschaft? Zehn Antworten aus den Kleinen Fächern (Edition Kulturwissenschaft 14). Bielefeld 2012, S. 135–173, hier S. 164.
- 30 *Instagram* erwies sich neben *YouTube* und *TikTok* als dynamischste Plattform für *Tradwives*, da sie verschiedene Post-Formate, durch die sich niedrigschwellig Reichweite generieren lässt, sowie die Option zum sozialen Networking vereint; Sykes/Hopner: *Tradwives* (2024), S. 472f.
- 31 Die *Instagram*-Profile der beiden Akteurinnen wurden im Januar und Februar 2025 einer Social-Media-Content-Analyse unterzogen; siehe hierzu: Bareither, Christoph/Schramm, Pia: Social-Media-Ethnografie. In: Kulturanthropologie Notizen 85/2 (2023), S. 78–95, bes. S. 89ff. Da der beleuchtete *Feed* während der Datenerhebung öffentlich zugänglich war und der Beitrag zwei konkrete Profile exemplarisch in den Blick nimmt, wurde auf eine Anonymisierung der Accounts verzichtet.
- 32 Hausen, Karin: Die Polarisierung der „Geschlechtscharaktere“ – Eine Spiegelung der Dissoziation von Erwerbs- und Familienleben. In: Werner Conze (Hg.): Sozialgeschichte der Familie in der Neuzeit Europas. Neue Forschungen. Stuttgart 1976, S. 363–393.
- 33 Hobsbawm, Eric: Das Zeitalter der Extreme. Weltgeschichte des 20. Jahrhunderts. Darmstadt 2019 [1995], S. 324–362.

„Feminine, not Feminist“ – rechte Ideologien im Retro-Chic

Auch die deutschsprachige Medienlandschaft schreibt *Tradwives* unlängst ein reaktionäres Potenzial zu: *FOCUS online* warnte vor einem „gefährliche[n] Rückschritt“<sup>34</sup>, die *WELT* attestierte den Akteurinnen „eine verstörende Anziehungskraft“<sup>35</sup> und unter dem Titel „Kinder, Küche, Klicks“<sup>36</sup> zeichnete der *SPIEGEL* die teils engen Verflechtungen zwischen *Tradwives* und rechts-konservativen, aber auch rechtsextremen Szenen nach – Letzteres kann in den USA etwa mit Blick auf die *Alt-Right*-Bewegung konstatiert werden, die Sophia Sykes und Veronica Hopner als „anti-globalist, anti-establishment, anti-democratic, anti-Semitic, and heteropatriarchal“<sup>37</sup> charakterisieren.<sup>38</sup>

Gleichsam empfänglich zeigen sich *Tradwives* für antifeministische Narrative: Als „männerhassende Ideologie, die nach weiblicher Überlegenheit strebt“<sup>39</sup>, diffamieren Akteurinnen insbesondere die vierte Welle des Feminismus,<sup>40</sup> die infolge der #MeToo-Bewegung seit 2017 in Gestalt eines öffentlichen Benennens und Anprangerns von geschlechtsspezifischer Diskriminierung und sexualisierter Gewalt über den öffentlichen Diskursraum

---

34 Ternès, Anabel: Social-Media-Hype: Der Tradwife-Trend ist ein gefährlicher Rückschritt. Auf: *FOCUS Online*, 31.10.2024. URL: [https://www.focus.de/experts/social-media-hype-der-tradwife-trend-ist-ein-gefaehrlicher-rueckschritt\\_id\\_260338977.html](https://www.focus.de/experts/social-media-hype-der-tradwife-trend-ist-ein-gefaehrlicher-rueckschritt_id_260338977.html) (Stand: 17.02.2025).

35 Praschl, Peter: Die verstörende Anziehungskraft der Tradwives. Auf: *Welt*, 17.05.2024. URL: <https://www.welt.de/kultur/plus251527350/Tradwives-Warum-ihre-Anziehungskraft-verstoerend-und-hypnotisierend-zugleich-ist.html> (Stand: 17.02.2025).

36 Röhlig, Marc: Kinder, Küche, Klicks. Auf: *SPIEGEL*, 24.11.2024. URL: <https://www.spiegel.de/politik/deutschland/afd-und-tradwives-wie-rechte-versuchen-den-trend-zu-nutzen-a-9ffb077e-1ce5-483e-a422-d7f2347770b> (Stand: 17.02.2025).

37 Sykes/Hopner: *Tradwives* (2024), S. 456.

38 Vgl. auch Love, Nancy S.: Shield Maidens, Fashy Femmes, and TradWives: Feminism, Patriarchy, and Right-Wing Populism. In: *Frontiers in sociology* 5, S. 1–3, <https://doi.org/10.3389/fsoc.2020.619572>. Siehe zu Verbindungen zwischen der Neuen Rechten und dem Typus der *Tradwife* im deutschsprachigen Raum überdies: Rösch, Viktoria: Heimatromantik und rechter Lifestyle. Die rechte Influencerin zwischen Self-Branding und ideologischem Traditionalismus. In: *GENDER* 2 (2023), S. 25–40, <https://doi.org/10.3224/genderv15i2.03>.

39 Red Ice TV. The Truth About 'Trad Wives'. URL: <https://www.altcensored.com/watch?v=aqwHUhw96o0> (17.02.2025). Zitiert nach: Sykes/Hopner: *Tradwives* (2024), S. 458.

40 Vgl. Sykes/Hopner: *Tradwives* (2024), S. 458.

schwappt.<sup>41</sup> „Die Feministin“ erscheint in diesem Sinne, wie Beate Binder pointiert, als „dämonisierte“ Figur, die „in der Position der Unzumutbaren, Hässlichen und Störenden verharret“<sup>42</sup> und die vermeintliche Deutungshoheit über Weiblichkeit zu ergreifen sucht.<sup>43</sup> Bekennen sich *Tradwives* nicht offen zu antifeministischen Positionen, argumentieren sie häufig gemäß dem neoliberal geprägten „Choice Feminismus“<sup>44</sup>, wonach sämtliche Entscheidungen, die Frauen treffen, pauschal als feministisch gelten<sup>45</sup> – jene Auffassung verkennt jedoch, so Devin Proctor, in globaler Perspektive bestehende strukturelle intersektionale Ungleichheiten, die das Privileg einer Ermächtigungsfreiheit konterkarieren.<sup>46</sup>

Zwar deckt die *Tradwife*-Community jedwede politische Gesinnung des rechten Spektrums ab – vom gemäßigten Konservatismus bis hin zur rechtsextremen *Alt-Right*- oder *White-Supremacy*-Bewegung –, doch eint sie eine auf digitalen Plattformen wirkungsvoll inszenierte Ästhetik:<sup>47</sup> Der Leitspruch „Feminine, not Feminist“<sup>48</sup> verweist auf eine stereotype Imagination von Weiblichkeit, die vornehmlich auf klischeebelastete Idealisierungen der 1950er-Jahre rekurriert.<sup>49</sup> Entsprechend dominieren bei „Simhally“ und „tradwifefactory“ charakteristische Farbpaletten in weichen

---

41 Vgl. hierzu Soucie, Stephen/Parry, Diana C./Cousineau, Luc S.: The Fourth Wave: what #MeToo Can Teach us About Millennial Mobilization, Intersectionality, and Men’s Accountability. In: Diana C. Parry (Hg.): *Feminisms in Leisure Studies: Advancing a Fourth Wave*. Abingdon 2018, S.149–164; Mohajan, Haradhan: Four Waves of Feminism: A Blessing for Global Humanity. In: *Studies in Social Science & Humanities* 1/2 (2022), S.1–8.

42 Binder, Beate: Die Feministin. In: Daniel Habit et al. (Hg.): *Kulturelle Figuren. Ein empirisch-kulturwissenschaftliches Glossar. Festschrift für Johannes Moser (Münchener Beiträge zur Volkskunde 49)*. Münster 2023, S. 103–108, hier S. 106.

43 Vgl. ebd.

44 Vgl. Thwaites, Rachel: Making a Choice or Taking a Stand? Choice Feminism, Political Engagement and The Contemporary Feminist Movement. In: *Feminist Theory* 18 (2017), S. 55–68.

45 Vgl. Ferguson, Michael L.: Choice Feminism and the Fear of Politics. In: *Perspectives on Politics* 8 (2010), S. 247–253, <https://doi.org/10.1017/S1537592709992830>.

46 Vgl. Proctor: #Tradwife Persona (2022), S. 9.

47 Vgl. Sykes/Hopner: *Tradwives* (2024), S. 455f., 478f.

48 Deem, Alexandra: „Feminine, Not Feminist“: Trad Truth-making on Social Media. In: *Ethnologia Europaea* 53/2 (2023), S. 1–20, <https://doi.org/10.16995/ee.8841>.

49 Vgl. Dietze, Gabriele: Feminität als Politisches Kapital – rechtspopulistische Modelle. In: Evelyn Annuß et al. (Hg.): *Populismus Kritisieren. Kunst – Politik – Geschlecht*. Wien/Bielefeld 2024, S. 155–176, hier S. 156.

Pastelltönen;<sup>50</sup> beide kleiden sich in langen, oftmals floralgemusterten Kleidern im Vintage-Stil.<sup>51</sup>

Wie die Soziologin Viktoria Rösch formuliert, firmieren jene ästhetischen Bilder „als Gegenstück zu den Zumutungen der Moderne“<sup>52</sup>: Durch die Verkörperung und Kommerzialisierung „traditioneller Weiblichkeit“ suchen die Protagonistinnen ein positives Identifikationspotenzial zu offerieren, statt sich „apokalyptischer Krisennarrative“<sup>53</sup> zu bedienen.<sup>54</sup> Vermeintlich unpolitische Posts zu „from scratch“<sup>55</sup> zubereiteten Speisen stehen somit nicht nur für die Kritik an einer modernen Konsumwelt, sondern auch für die – keinesfalls ideologiebefreite – digitale Zelebrierung eines vordigitalen Lebens sowie für den Erhalt eines ‚reinen‘ und ‚fruchtbaren‘ Körpers.<sup>56</sup>

### *Goldene Fünfziger? Retrotopische Sehnsüchte nach der ‚guten alten Zeit‘*

Vergangene Alltagsrealitäten, in denen eine vermeintlich ‚natürliche‘ Trennung geschlechtsspezifischer Tätigkeitsbereiche vorherrschte, erscheinen in Reminiszenzen der *Tradwife*-Community an ein diffuses ‚Früher‘ oftmals im romantisch-verklärten Licht.<sup>57</sup> In diesem Sinne legitimiert auch „tradwifefactory“ ihren Wunsch, „in die gute alte Zeit“ zurückzukehren: Die „Mutter“ sei „immer bei den Kindern“, der Vater würde „genug Geld“

---

50 Vgl. Straßmann: *Tradwives* (2024), S. 35.

51 Vgl. Account Simhalily. URL: <https://www.instagram.com/simhalily?igsh=MWYwZ3d-qempleGhxdg==> (Stand: 17.02.2025); Account tradwifefactory. URL: <https://www.instagram.com/tradwifefactory?igsh=dmhqYjKxOHJpYnhp> (Stand: 17.02.2025).

52 Rösch: *Heimatromantik* (2023), S. 37.

53 Ebd.

54 Vgl. ebd.

55 Dt.: „von Anfang an“; diese in der *Tradwife*-Community häufig gebrauchte Redewendung bedeutet in der Regel, dass eine Speise aus Rohzutaten zubereitet wird.

56 Siehe zur ideologischen Aufladung einer ‚natürlichen‘ Ernährung in rechtsextremen Strömungen: Tebaldi, Catherine: *Granola Nazis and the great reset: Enregistering, Circulating and Regimenting Nature on the Far Right*. In: *Language Culture and Society* 5/1 (2023), S. 9–42; Dies.: *Granola Nazis: Digital Traditionalism, the Folkish Movement and the Normalisation of the Far-Right*. In: *Global Network on Extremism & Technology*, URL: <https://gnet-research.org/2023/03/22/granola-nazis-digital-traditionalism-the-folkish-movement-the-normalisation-of-the-far-right/> (Stand: 18.02.2025).

57 Vgl. dazu Straßmann: *Tradwives* (2024), S. 38; Proctor: *#Tradwife Persona* (2022), S. 13f.; Sykes/Hopner: *Tradwives* (2024), S. 475f.

verdienen, „damit es für die Familie reicht“, die Mutter müsse „maximal Teilzeit“ arbeiten und „jeder“ hätte „seine festen Aufgaben“<sup>58</sup>.

Jene ideologischen Appelle an eine Rückkehr in die Vergangenheit bezeichnet der Soziologe Zygmunt Bauman – in Anlehnung an Utopien, die sich an eine imaginierte Zukunft richten<sup>59</sup> – als ‚Retrotopien‘ (2017): „Visionen, die sich anders als ihre Vorläufer nicht aus einer noch ausstehenden und deshalb inexistenten Zukunft speisen, sondern aus der verlorenen/ge-raubten/verwaisten, jedenfalls untoten Vergangenheit[.]“<sup>60</sup> Angesichts der Unwägbarkeiten und wachsenden Instabilität der modernen Welt, in der individuelle Freiheit an die Stelle staatlicher Vorgaben rückt, fungiere die Vergangenheit als Quelle von Identität und Orientierung und somit als Blaupause für die Gestaltung einer ‚retrotopischen‘ Zukunft. *Tradwives* sind zudem als Reflex auf den anhaltenden *Gender-Care-Gap*<sup>61</sup> sowie die persistente Einkommenslücke zwischen Frauen und Männern<sup>62</sup> lesbar: Während der neoliberale Feminismus Frauen dazu anhält, sowohl kapitalsteigernde Erwerbsarbeit als auch unbezahlte Reproduktionsarbeit zu verrichten, d.h. Familie und Karriere möglichst reibungslos zu vereinen, ziehen selbst Frauen mit hoher formaler Bildung aufgrund schwerer multipler Belastungen vermehrt den Rückzug ins Private vor.<sup>63</sup>

---

58 Account tradwifefactory. Gute alte Zeit. URL: <https://www.instagram.com/p/Cp5iD WoDJ4h/> (Stand: 19.02.2025).

59 Vgl. Bauman, Zygmunt: *Retrotopia*. Berlin 2017, S. 12f.

60 Ebd., S. 13.

61 So leisteten Frauen etwa laut Erhebungen des Statistischen Bundesamtes im Jahr 2022 44,3 Prozent mehr unbezahlte *Care*-Arbeit als Männer: Destatis. KORREKTUR: Gender Care Gap 2022: Frauen leisten 44,3 % (alt: 43,8 %) mehr unbezahlte Arbeit als Männer. URL: [https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2024/02/P D24\\_073\\_63991.html](https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2024/02/P D24_073_63991.html) (Stand: 03.03.2025).

62 Etwa betrug der *Gender-Pay-Gap* am Arbeitsmarkt im Jahr 2023 39 Prozent: Destatis. Gender Pay Gap. URL: [https://www.destatis.de/DE/Themen/Arbeit/Verdienste/Ver dienste-GenderPayGap/\\_inhalt.html#1126212](https://www.destatis.de/DE/Themen/Arbeit/Verdienste/Ver dienste-GenderPayGap/_inhalt.html#1126212) (Stand: 04.03.2025).

63 Vgl. Deem: *Feminine* (2023), S. 2f. Siehe auch: Orgad, Shani: *Heading Home: Motherhood, Work, and the Failed Promise of Equality*. New York 2019, <https://doi.org/10.7312/orga18472>.

*Hausarbeit als Liebesdienst? Die Feminisierung von Sorgearbeit*

„Die Unterschiede zwischen Männern und Frauen sind vielfältig und genau diese Diversität ist für uns als Gesellschaft bereichernd“<sup>64</sup>, erklärt „tradwife-factory“ in ihrem *Instagram*-Beitrag „Gegen Gleichmacherei“<sup>65</sup>: Als „[t]ypische weibliche Eigenschaften“ gelten „ihrer Meinung nach“ etwa „Empathie“, „Fürsorglichkeit“ oder „kommunikativ“, wohingegen „Entschlossenheit“, „Schutzinstinkt“ oder „Führungsstärke“ für sie dezidiert maskulin konnotiert sind.<sup>66</sup>

Antworten auf die Frage nach der Entstehung ‚typisch‘ männlicher und weiblicher Eigenschaften finden sich jedoch nicht in biologischem Essentialismus, sondern in der Geschlechtergeschichte: Wie bereits Karin Hausen konstatierte,<sup>67</sup> bildeten sich geschlechtsspezifische Tätigkeitsbereiche im Zuge der Industrialisierung und der damit einhergehenden Transformation von einer ständisch-feudalen zu einer kapitalistisch organisierten Industriegesellschaft heraus – hatte die Familie zuvor eine Wirtschaftsgemeinschaft dargestellt, in der beide Geschlechter für den Lebensunterhalt aufkamen, etablierte sich im 18. und 19. Jahrhundert mit dem erstarkenden Bürgertum eine Differenzierung zwischen männlicher Erwerbs- und weiblicher Hausarbeit.<sup>68</sup> Eng hiermit verflochten war die Zuschreibung von ‚männlichen‘ und ‚weiblichen‘ Geschlechtscharakteren: Der ‚aktive‘ Mann übernahm die Rolle des Ernährers, indessen wandte sich die ‚passive‘ Frau dem familialen Binnenraum, der Kindererziehung und Hausarbeit, zu.<sup>69</sup>

Auch das Kochen für die Familie avancierte zum Ausdruck von Liebe und Fürsorge: Galt es Ende des 18. Jahrhunderts im wohlstuierten Bürgertum noch als unschicklich, selbst zu kochen, riet die Kochbuchautorin Henriette Davidis Mitte des 19. Jahrhunderts dazu, auf eine angestellte Köchin zu verzichten – nicht nur spare dies Geld; da „Liebe durch den

---

64 Account tradwife-factory. Unterschiede zwischen Männern und Frauen. URL: [https://www.instagram.com/reel/C6ogAa5Nb\\_O/?igsh=MWxxMHY5aDNpcDNrcw==](https://www.instagram.com/reel/C6ogAa5Nb_O/?igsh=MWxxMHY5aDNpcDNrcw==) (Stand: 22.02.2025).

65 Ebd.

66 Vgl. ebd.

67 Vgl. Hausen: Die Polarisierung (1976).

68 Vgl. auch: Riegraf, Birgit: Care, Care-Arbeit und Geschlecht: gesellschaftliche Veränderungen und theoretische Auseinandersetzungen. In: Beate Kortendiek/Birgit Riegraf/Katja Sabisch (Hg.): Handbuch Interdisziplinäre Geschlechterforschung. Wiesbaden 2019, S. 763–772, hier S. 765f.

69 Vgl. Wimbauer, Christine: Wenn Arbeit Liebe ersetzt. Doppelkarriere-Paare zwischen Anerkennung und Ungleichheit. Frankfurt a. M./New York 2012, S. 66.

Magen“ gehe, würde selbstzubereitetes Essen auch eine positive Wirkung auf die Ehe entfalten.<sup>70</sup>

Hatte die Weimarer Republik – zumindest formal – die Gleichberechtigung der Ehepartner:innen vorgesehen<sup>71</sup> und progressive Familienmodelle wie die „Kameradschaftsehe“ diskutiert,<sup>72</sup> deklarierten die Nationalsozialisten die Familie zu einer staatlichen Angelegenheit: Sie schlossen hierbei an das biologisch legitimierte Geschlechterverhältnis des 19. Jahrhunderts an,<sup>73</sup> integrierten Frauen aber in den politischen Raum, da diese durch ‚Mutterschaft‘ für den Fortbestand einer ‚erbgesunden Volksgemeinschaft‘ sorgten.<sup>74</sup>

Mit Ausbruch des Zweiten Weltkriegs begann die patriarchale Ordnung der Kernfamilie rasch zu bröckeln, und Frauen drangen vermehrt in Bereiche des Erwerbslebens der eingezogenen Männer vor.<sup>75</sup> Da die Kriegsjahre zur Entfremdung vieler Paare geführt hatten<sup>76</sup> und Ehefrauen mehr Mitspracherecht in der Ehe forderten, stieg die Zahl der Scheidungen nach 1945 erheblich<sup>77</sup> – eine Entwicklung, der die Konservativen mit Beginn der Ära Adenauer im Jahr 1949 durch die Förderung des männlichen Versorgermodells entgegenwirkten.<sup>78</sup> Zahlreiche Frauen arbeiteten jedoch selbst

---

70 Vgl. Davidis, Henriette: Die Hausfrau. Praktische Anleitung zur selbstständigen und sparsamen Führung des Haushalts. Eine Mitgabe für angehende Hausfrauen. 2. Aufl. Leipzig 1864, S. 55. Zitiert nach: Rulfes, Evke: Die Vereinsamung der Hausfrau. In: Vera Bachmann/Johanna-Charlotte Horsts (Hg.): Weibliche Kollektive (Dispositiv der Menge 2). Paderborn 2023, S. 187–197, hier S. 194.

71 Vgl. Neumaier, Christopher: Familie im 20. Jahrhundert. Konflikte um Ideale, Politiken und Praktiken (Wertewandel im 20. Jahrhundert 6). Berlin/Boston 2019, S. 91f.

72 Siehe hierzu Hagemann, Karen: Frauenalltag und Männerpolitik: Alltagsleben und gesellschaftliches Handeln von Arbeiterfrauen in der Weimarer Republik. Bonn 1990, S. 325–331.

73 Vgl. Kämper, Heidrun: Geschlechter- und Generationenbilder. In: Dies./Britt-Marie Schuster (Hg.): Im Nationalsozialismus. Praktiken – Kommunikation – Diskurse. Göttingen 2022, S. 75–102, hier S. 77.

74 Vgl. Steinbacher, Sybille: Einleitung. In: Dies. (Hg.): Volksgenossinnen: Frauen in der NS-Volksgemeinschaft. 2. Aufl. Göttingen 2007, S. 9–26, hier S. 19.

75 Vgl. Polm, Rita: „... neben dem Mann die andere Hälfte eines Ganzen zu sein?!“ Frauen in der Nachkriegszeit. Zur Situation und Rolle der jüngeren Frauen in den Städten der Bundesrepublik (1945–1949). Münster 1990, S. 43.

76 Vgl. Meyer, Sybille/Schulze, Eva: Von Liebe sprach damals keiner. Familienalltag in der Nachkriegszeit. Hrsg. Vom Senator für Gesundheit, Soziales und Familie in Berlin. München 1985, S. 132.

77 Vgl. Biedermann, Thomas: Deutschland in der Nachkriegszeit 1945–1949. Restauration oder Neubeginn? Hamburg 2011, S. 17.

78 Vgl. Ruhl, Klaus-Jörg: Frauen in der Nachkriegszeit. 1945–1963. München 1988, S. 107.

im Westen aus ökonomischen Gründen, in der DDR wurden Mütter seitens des sozialistischen Staates bereits früh angehalten, einer Beschäftigung nachzugehen.<sup>79</sup>

Die unverändert patriarchale Geschlechterordnung spiegelte sich im Bürgerlichen Gesetzbuch bis zum Inkrafttreten des Gleichberechtigungsgesetzes im Jahr 1958 wider, welches der Frau das Recht zur Aufnahme einer Erwerbstätigkeit zusprach – sofern sie ihre häuslichen Pflichten nicht vernachlässigte: Jener Vorbehalt fiel erst im Rahmen der Reform des Ehe- und Familienrechts 1976/77.<sup>80</sup> Unter der Maxime ‚Das Private ist politisch!‘ trat die Neue Frauenbewegung neben der Entkriminalisierung von Schwangerschaftsabbrüchen auch für eine egalitäre Aufgabenverteilung ein.<sup>81</sup> Zwar erfolgte der Wandel weiblicher Lebenszusammenhänge nicht unvermittelt und linear, sondern „in eigentümlichen Wellenbewegungen zwischen ‚Fortschritten‘ und ‚Rückschritten‘“<sup>82</sup>, doch begannen Frauen breiter Bevölkerungsschichten sich im letzten Drittel des 20. Jahrhunderts sukzessive aus tradierten Werten und Normen herauszuschälen und vermehrt „nach einem Stück ‚eigenen Leben‘“<sup>83</sup> zu streben.<sup>84</sup>

---

79 Vgl. Neumaier: Familie (2019), S. 327f.

80 Siehe hierzu: Limbach, Jutta: Die Entwicklung des Familienrechts seit 1949. In: Rosemarie Nave-Herz (Hg.): Wandel und Kontinuität der Familie in der Bundesrepublik Deutschland. Stuttgart 1988, S. 11–36.

81 Vgl. Bauer, Ingrid: 1968 und die sex(ual) & gender revolution. Transformations- und Konfliktzone: Geschlechterverhältnisse. In: Oliver Rathkolb/Friedrich Stadler (Hg.): Das Jahr 1968. Ereignis, Symbol, Chiffre (Zeitgeschichte im Kontext 1). Göttingen 2010, S. 163–187.

82 Beck-Gernsheim, Elisabeth: Vom „Dasein für andere“ zum Anspruch auf ein Stück „eigenes Leben“: Individualisierungsprozesse im weiblichen Lebenszusammenhang. In: Marlene S. Wilz (Hg.): Geschlechterdifferenzen – Geschlechterdifferenzierungen. Ein Überblick über gesellschaftliche Entwicklungen und theoretische Positionen (Hagener Studentexte zur Soziologie). Wiesbaden 2008, S. 19–61, hier S. 21.

83 Ebd.

84 Vgl. Regiert, Alexandra: Im Schatten der Revolte. Zum Wandel der Geschlechterbeziehungen in biografischen Narrationen von Nichtakademikerinnen der 1968er-Generation. In: kuckuck. Notizen zur Alltagskultur 2 (2023), S. 69–74.

„Nichts sagt ‚Ich liebe dich‘ mehr als ein selbstgebackener Kuchen“<sup>85</sup> – Food-Content mit ideologischem Beigeschmack?

Als „Sehnsuchtscontainer für Vorstellungen von ehrlicher Einfachheit, Harmonie und Zielgerichtetheit, Bescheidenheit und Leistungsbereitschaft“, pointiert der Historiker Axel Schildt, „aber auch für sich öffnende individuelle Freiräume“<sup>86</sup> würden die 1950er-Jahre im kollektiven Gedächtnis der Deutschen verharren – ein Befund, der sich auch auf Ästhetiken und Ideologien der *Tradwife*-Community übertragen lässt. Am Beispiel von „Simhalily“ und „tradwifefactory“ tritt die Zelebrierung des Rückzugs in häusliche Sphären besonders scharf anhand von Food-Posts zutage: Erstere backt etwa das „Lieblingsbrot“<sup>87</sup> ihres Ehepartners aus selbstgemahlenem Roggenmehl; sie stellt auf Nachfrage „sofort“ „seine Lieblingstafel“<sup>88</sup> her, und wenn ihre Kinder Verlangen nach Spaghetti Bolognese bekunden, beginnt sie unverzüglich, „die Butter selber zu machen für die Soße“<sup>89</sup>. „Simhalilys“ Posts ist die seit Mitte des 19. Jahrhunderts bestehende ideelle Verwobenheit zwischen Mahlzeit und Familie deutlich inhärent,<sup>90</sup> obzwar nicht der gemeinsame Verzehr im Fokus steht, sondern die Protagonistin selbst und ihre performativ inszenierten, real äußerst zeit- und arbeitsintensiven Back- und Kochprozesse, die einen markanten Kontrast zum kompakten Format der Clips bilden.

„tradwifefactory“ zeigt sich beim Rühren und Abschmecken eines Teiges, lässt aber anders als „Simhalily“ den dezidierten Imperativ anklingen, ihre Follower sollten der „Liebe“ zu ihren Ehepartnern mittels eines selbstgemachten Kuchens Ausdruck verleihen – abermals erscheint die ‚Öffentlichkeit‘ als Welt des reüssierenden Ehemannes, wohingegen „tradwifefactory“ in der weiblich besetzten Küche für sein leibliches Wohl sorgt:

---

85 Account tradwifefactory. Selbstgebackener Kuchen. URL: <https://www.instagram.com/reel/C5galJONTnr/?igsh=MXFnYXhxOTFjN3doMA==> (Stand: 01.03.2025).

86 Schildt, Axel: Anmerkungen zum Wertehorizont der Bundesrepublik in den 1950er Jahren. URL: <https://tu-dresden.de/gsw/slk/zmoe/ressourcen/dateien/dateien/Kolloquien/down/Schildt.pdf?lang=de> (Stand: 01.03.2025), S. 2.

87 Account Simhalily. Lieblingsbrot. URL: <https://www.instagram.com/reel/C-sgzO-N4YH/?igsh=MXVpZHRuMXB5cGtleQ==> (Stand: 01.03.2025).

88 Account Simhalily. Liebingschokolade. URL: <https://www.instagram.com/reel/C7tZ159N5je/?igsh=NjRwNWEyeMjscHMI> (Stand: 01.03.2025).

89 Account Simhalily. Spaghetti Bolognese. URL: <https://www.instagram.com/reel/C9xM2-jtWzO/?igsh=MW9xOWhxa2VjNGpxMw==> (Stand: 01.03.2025).

90 Vgl. Schlegel-Matthies: *Mahlzeit im Wandel* (2011), S. 33.

„Es gibt nichts Schöneres, als meinem lieben Ehemann ein köstliches Mahl zu bereiten. In der Küche zu stehen, während er draußen die Welt erobert – das ist die wahre Erfüllung. Denn nichts sagt ‚Ich liebe dich‘ mehr als ein selbstgebackener Kuchen oder ein herzhaftes Essen, das seine müden Knochen nach einem harten Arbeitstag wiederbelebt. Also, liebe Damen, lasst uns [...] unseren Männern zeigen, wie sehr wir sie wertschätzen – durch Kuchen!“<sup>91</sup>

Der Post, unterlegt mit dem aus gegenwärtiger Warte provokativen Audio einer *Dr.-Oetker*-Reklame („Eine Frau hat zwei Lebensfragen: Was soll ich anziehen und was soll ich kochen?“<sup>92</sup>) für Back- und Puddingpulver aus dem Jahr 1954, illustriert exemplarisch, wie *Tradwives* in ihren ahistorischen Bezügen auf die 1950er-Jahre verkennen, dass die Dekade von hoher Konsumaffinität sowie einem wachsenden Vertrauen in industriell gefertigte Lebensmittel geprägt war: Im Zuge der ‚Fresswelle‘ bahnte sich etwa mit dem erstmals eingeführten Instantpudding, aber auch durch die Renaissance von Dosenfertiggerichten, die bereits im Kaiserreich erhältlich waren,<sup>93</sup> ein Paradigmenwechsel hin zur Rationalisierung und Technisierung im Haushalt an,<sup>94</sup> welcher sich durch den Einzug von Kühlschrank und Küchengeräten in den 1960er-Jahren vollzog.<sup>95</sup>

Während die eingangs erwähnte britische *Tradwife* Alena Pettitt auf ihrem Blog ‚traditionell britische‘ Gerichte wie Yorkshire-Pudding<sup>96</sup> oder Pflaumenkuchen<sup>97</sup> präsentiert und auch eine der international populärsten Akteurinnen, die aus Frankfurt am Main stammende, in den USA lebende Nara Smith, ihr Heimweh mit ‚deutschen‘ Speisen wie Jägerschnitzel und

---

91 Account tradwifefactory. Selbstgebackener Kuchen. URL: <https://www.instagram.com/reel/C5galJONTnr/?igsh=MXFnYXhxOTFjN3doMA==> (Stand: 01.03.2025).

92 Account VideoFourSix. Die Lebensfragen einer Frau. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=sw4PeMXyqRg> (Stand: 03.03.2025).

93 Vgl. Spiekermann, Uwe: Künstliche Kost. Ernährung in Deutschland, 1840 bis heute (Umwelt und Gesellschaft 17). Göttingen 2018, S. 696.

94 Vgl. Schlumbohm, Insa: Die Geschichte des Puddings und wie der Pudding ins Museum kam. Sonderausstellung im Historischen Museum Bielefeld. In: Ruth E. Mohrmann (Hg.): Essen und Trinken in der Moderne. Münster/New York 2006, S. 85–98, hier S. 90f.

95 Vgl. Hirschfelder, Gunther: Europäische Esskultur. Eine Geschichte der Ernährung von der Steinzeit bis heute. Frankfurt a. M. 2001, S. 244f.

96 Vgl. Pettitt, Alena Kate: The Best British Yorkshire Puddings: a recipe. URL: <https://www.thedarlingacademy.com/articles/the-best-british-yorkshire-puddings-a-recipe/> (Stand: 03.03.2025).

97 Vgl. Florence, Ella: Ella's wickedly English Plum Pie. URL: <https://www.thedarlingacademy.com/articles/ellas-wickedly-english-plum-pie/> (Stand: 03.03.2025).

Rotkraut lindert,<sup>98</sup> listet „tradwifactory“ in ihren Rezepten nebst Süßspeisen vor allem Gerichte der indischen Küche auf<sup>99</sup> – für sie sei es „immer wichtig gewesen, die Kochtraditionen“<sup>100</sup> ihrer Schwiegerfamilie zu berücksichtigen; stereotype Imaginationen einer „deutschen Nationalküche“<sup>101</sup> bleiben in ihrem Content blass. Ähnlich heterogen und fleischarm erscheinen die Food-Posts „Simhalily“: Zwischen diversen Videos zur Gebäck- oder Schokoladenherstellung findet sich auch eine Vielzahl vegetarischer Speisen – von Spinatnudeln über Kürbismaultaschen bin hin zu einer mit „vegetarische[m] Fleisch“<sup>102</sup> – sprich weizenbasiertem Seitan – belegten Kartoffelpizza.<sup>103</sup>

Deutlich wird: „Simhalily“ und „tradwifactory“ erheben die kochende Vollzeit-Hausfrau einerseits zum retrotopischen Ideal, andererseits schließen sie mit ihrer Bekenntnis zu einem „crunchy Lifestyle“<sup>104</sup> an aktuelle konsumkritische Nachhaltigkeitsnarrative an.<sup>105</sup> Sowohl „tradwifactory“ als auch „Simhalily“ beklagen den „Hass“, der ihnen aufgrund der Verarbeitung ihrer „natürlichen, selbstgemachten Lebensmittel“<sup>106</sup> entgegenschlägt: „Anstatt dass Menschen erkennen, wie wenig man eigentlich braucht, um

---

98 Vgl. Account Nara Smith. Childhood meal. URL: [https://www.instagram.com/reel/C\\_LZktXuljk/?igsh=ODZlcWtyN291YTVu](https://www.instagram.com/reel/C_LZktXuljk/?igsh=ODZlcWtyN291YTVu) (Stand: 03.03.2025).

99 Vgl. Story-Highlights „Rezepte“: URL: <https://www.instagram.com/tradwifactory?igsh=dmhqYjkkOHJpYnhp> (Stand: 25.02.2025).

100 Account tradwifactory. Kochtraditionen. URL: <https://www.instagram.com/reel/C0cFgemMSjK/?igsh=YnZcNtMmlvOXlh> (Stand: 01.03.2025).

101 Siehe dazu: Spiekermann, Uwe: Traditionsmythen: „Deutsche Küche“ zwischen Nation, Region und Internationalisierung. In: Hirschfelder, Gunther (Hg.): Wer bestimmt was wir essen? Ernährung zwischen Tradition und Utopie, Markt und Moral. Stuttgart 2022, S. 24–49.

102 Account Simhalily. Kartoffelpizza. URL: <https://www.instagram.com/reel/C9fgJxEgNf/?igsh=MWplYnQ3eXhjbWgwaA==> (Stand: 01.03.2025).

103 Vgl. ebd.

104 Vertreter:innen eines ‚crunchy Lifestyles‘ präferieren einen ‚natürlichen‘, ‚gesunden‘ und ‚nachhaltigen‘ Lebensstil, der teils auch mit antiwissenschaftlichen Tendenzen, etwa der Ablehnung von ‚Schulmedizin‘ oder institutionellem Ernährungswissen, einhergehen kann; siehe hierzu: Dejmancee, Tisha/Rhode, Flemming Schneider: The Gendered Ethos of Pseudoscience: Feminized Discourse on Food Safety in the Blogosphere. In: Poroi: An Interdisciplinary Journal of Rhetorical Analysis & Invention 16/2 (2021), S. 1–22.

105 Vgl. dazu Hirschfelder, Gunther: Essen heute. Praktiken, Diskurse, Widersprüche. In: Ders. (Hg.): Wer bestimmt was wir essen? Ernährung zwischen Tradition und Utopie, Markt und Moral. Stuttgart 2022, S. 7–23, hier S. 19.

106 Account tradwifactory. Selbstgemachte Lebensmittel. URL: <https://www.instagram.com/reel/DF-sXpAsTrA/?igsh=MWxrbjdvYTk4ZXR0dA==> (Stand: 02.03.2025).

unabhängiger von der Lebensmittelindustrie zu sein, fühlen sie sich oft persönlich angegriffen<sup>107</sup>, moniert Erstere; auch Zweitere kritisiert die Intransparenz der Wertschöpfungsketten und bedauert den Verlust eines vermeintlich über „Jahrtausende“ tradierten Wissens: „Die meisten Menschen“, klagt sie, „gehen jeden Tag in den Supermarkt und kaufen Dinge, von denen man nicht weiß, woher sie kommen oder wie sie hergestellt worden sind.“<sup>108</sup>

Das teils mit hohem Aufwand ‚Selbstgemachte‘ steht bei beiden Protagonistinnen nicht nur symbolisch für die Abgrenzung von egalitären Lebens- und Partnerschaftsmodellen, sondern auch für ein alarmiertes Krisenbewusstsein, das sich als Reflex auf Lebensmittelskandale, Umweltzerstörung und den anthropogenen Klimawandel offenbart: *Tradwives* versprechen mit ihrem Food-Content angesichts medial präsenter Imperative einer nachhaltigen Ernährung zwar potenzielle Anschlussfähigkeit, bergen aber für eine Bevölkerungsmehrheit kaum Identifikationspotenzial, zumal viele Menschen jedweden Ernährungsthemen ob des psychosozialen Stresses sowie geringer finanzieller Ressourcen nur wenig Raum zu widmen vermögen.<sup>109</sup> Grundsätzlich zeigen sich die Protagonistinnen, wie bereits skizziert, weitgehend verschlossen, wenn es um die Frage geht, inwieweit ihr feinsäuberlich kuratierter Social-Media-Auftritt – mitunter ergänzt durch Einnahmen aus Produktverkäufen oder Werbekooperationen – sie innerhalb eines patriarchal konstituierten Versorgermodells nicht selbst als Versorgerinnen agieren lässt.<sup>110</sup>

### *Fazit: Tradwives als Symptom der Retraditionalisierung?*

*Tradwife*-Akteurinnen wie „Simhalily“ und „tradwifefactory“ mögen mit ihrem Content zunächst vermeintlich harmlose Retrotopien<sup>111</sup> einer vagen ‚guten alten Zeit‘ beschwören, die es so nie gegeben hat; ihre ästhetischen Referenzen auf die ‚goldenen‘ 1950er-Jahre speisen sich primär aus selektiven Erinnerungen, eine tiefere Auseinandersetzung mit vergangenen weiblichen Lebensrealitäten jenseits stereotyper Hochglanzbilder

---

107 Ebd.

108 Account Simhalily. Lebensmittel selber machen. URL: <https://www.instagram.com/reel/DFDh4ixsC91/?igsh=MWYybzIld2pyazBhMQ==> (Stand: 02.03.2025).

109 Vgl. Hirschfelder: Essen heute (2022), S. 17f., 22.

110 Siehe hierzu: Muenster/Foster: Breadwinner (2025).

111 Vgl. Bauman: Retrotopia (2017).

bleibt indes aus. Rasch führt ein differenzierter Blick auf das Phänomen vor Augen, dass sich hinter den in sanften Pastelltönen strahlenden Landhausküchen und selbstgebackenen Streuselkuchen ein komplexes Geflecht aus krisenbedingt erwachsenen Bewältigungsstrategien verbirgt, das nicht nur als Ausdruck einer diffusen Unzufriedenheit mit gegenwärtigen gesamtgesellschaftlichen Entwicklungen zu verstehen ist, sondern auch als Symptom einer wachsenden Orientierungslosigkeit, in der tradierte Ordnungsvorstellungen als stabilisierende Gegenerzählung zu einer als prekär empfundenen Moderne wirken.

Während „Simhalily“ das ambivalenzfreie Selbstportrait einer sorgenden Ehefrau und Mutter zeichnet, Back- und Kochanleitungen in den Fokus stellt und politische Positionierungen weitgehend unterlässt, profiliert sich „tradwifefactory“ als vehemente Verfechterin der patriarchal geordneten Kernfamilie. Beide eint jedoch die subtile oder dezidierte Instrumentalisierung vermeintlich unpolitischen Food-Contents, um „polarisierte Geschlechtscharaktere“<sup>112</sup> und damit die – aufgrund ihrer reichweitenstarken Social-Media-Präsenz insgeheim illusorische – geschlechtsspezifische Trennung einer öffentlichen und privaten Sphäre zu propagieren. Trotz der vorhergehend diskutierten Verbindungen zur *Alt-Right*-Bewegung sowie zu antifeministischen Strömungen wäre es freilich zu kurzgegriffen, *Tradwives* pauschal als reaktionär oder gar rechtsextrem zu werten,<sup>113</sup> und doch gilt es, sich für den ideologischen Beigeschmack zu sensibilisieren, den die als ‚natürlich‘ inszenierten, für die Kernfamilie zubereiteten Speisen transportieren.

Parallel hierzu sei herausgestellt, dass *Tradwives* mit ihrem Content auch implizit auf die historisch gewachsene, noch immer persistente Bagatellisierung von *Care*-Tätigkeiten verweisen – selbst wenn der öffentliche Diskurs sich diesbezüglich sensibilisiert hat. Dass „Geschlecht als Differenzkategorie seine Bedeutung noch nicht verloren [hat]“<sup>114</sup>, offenbart ein cursorischer Blick auf fortbestehende strukturelle Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern: Frauen leisten fast zehn Stunden mehr *Care*-Arbeit als

---

112 Hausen: Die Polarisierung (1976).

113 Vgl. Proctor: #Tradwife Persona (2022), S. 21.

114 Binder, Beate: Gender/Geschlecht. In: Brigitta Schmidt-Lauber/Manuel Liebig (Hg.): Begriffe der Gegenwart. Ein kulturwissenschaftliches Glossar. Wien/Köln 2021, S. 115–124, hier S. 117.

Männer,<sup>115</sup> alle drei Minuten sind Frauen Opfer von häuslicher Gewalt,<sup>116</sup> gut jede fünfte Frau ab 65 Jahren gilt als armutsgefährdet.<sup>117</sup>

Stellen *Tradwives* Vorboten einer weitergefassten Retraditionalisierung der Geschlechterverhältnisse als Reflex auf scheinbar unüberwindbare Asymmetrien und nicht zuletzt globale politische Friktionen dar? Wie kann ein nuancierteres historisches Bewusstsein für das ‚Gewordene‘ heranreifen, das den verschwommenen Blick auf das heile ‚Früher‘ klärt? Welche Rolle sollte die Empirische Kulturwissenschaft hierbei einnehmen, die es sich zur Aufgabe erklärt hat, an der Lösung gesellschaftlicher Probleme mitzuwirken? Wie dringlich werden sich diese Fragen angesichts einer innerhalb und außerhalb Europas erstarkenden politischen Rechten in naher und ferner Zukunft darstellen?

Gunther Hirschfelder regte seine Studierenden stets dazu an, ein reflektiertes politisches Bewusstsein zu generieren und kulturwissenschaftliches Werkzeug zu nutzen, um die Vielschichtigkeit soziokultureller Phänomene und somit auch Gesellschaft zu verstehen; und auch wenn zeitgenössische Krisenszenarien ein nachvollziehbares kollektives Unwohlsein, geradezu dystopische Visionen schüren mögen, gilt es gemäß einem seiner vielen favorisierten Zitate zu bedenken: „Die Geschichte der Prognostik ist [zu- mindest manchmal, A. R.] die Geschichte ihres Nicht-Eintreffens“.

---

115 Vgl. Destatis. KORREKTUR: Gender Care Gap 2022: Frauen leisten 44,3 % (alt: 43,8 %) mehr unbezahlte Arbeit als Männer. URL: [https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2024/02/PD24\\_073\\_63991.html](https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2024/02/PD24_073_63991.html) (Stand: 03.03.2025).

116 Vgl. Bundesministerium des Innern. Straftaten gegen Frauen und Mädchen steigen in allen Bereichen – Fast jeden Tag ein Femizid in Deutschland. URL: <https://www.bmi.bund.de/SharedDocs/pressemitteilungen/DE/2024/11/lagebild-geschlechtsspezifische-gewalt.html#:~:text=Alle%20drei%20Minuten%20erlebt%20eine,unertr%C3%A4glich%20E2%80%93%20und%20verlangt%20konsequentes%20Handeln.> (Stand: 04.03.2025).

117 Vgl. Destatis. Gender Pension Gap 2023: Alterseinkünfte von Frauen 27,1 % niedriger als die von Männern. URL: [https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2024/04/PD24\\_N016\\_12\\_63.html#:~:text=Gut%20jede%20f%C3%BCnfte%20Frau%20ab,M%C3%A4nnern%20\(15%2C9%20%25\)](https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2024/04/PD24_N016_12_63.html#:~:text=Gut%20jede%20f%C3%BCnfte%20Frau%20ab,M%C3%A4nnern%20(15%2C9%20%25)) (Stand: 04.03.2025).