



Die Schweizer Karateka Elena Quirici ist neu Botschafterin für UESHIMA Coffee.

Elena Quirici (27) ist dreifache Karate-Europameisterin und verpasste bei den Olympischen Sommerspielen in Tokio im Juli 2021 knapp den Halbfinal und damit eine Medaille. Wer Quirici kennt, weiss: Aufhören ist jetzt keine Option. Seit diesem Oktober ist Elena Quirici Botschafterin für UESHIMA Coffee. Wir haben mit ihr über dieses Engagement, Japan und Kaffee gesprochen.

Elena Quirici, was verbindet dich mit der japanischen Lebensart und mit Japan allgemein?

Als Karateka übe ich eine japanische Kampfsportart aus, welche sehr viel mit der japanischen Kultur und Geschichte zu tun hat. Karate ist nicht nur ein Sport, es beinhaltet auch einen philosophischen Hintergrund um die Bedeutung als Lebensweg zu unterstreichen. Wenn man sich also so intensiv mit Karate auseinandersetzt, wie ich das seit meiner Kindheit tue, dann verinnerlicht man natürlich diese Philosophie.

Ausserdem war ich bereits vor Olympia einige Male in Japan und bin fasziniert von der Art und Weise, wie Japaner:innen auch heute noch viele Dinge ganz anders angehen als wir im Westen: sie sind viel fokussierter auf das was sie tun und wollen es perfekt machen.

Hast Du in Japan auch Kaffee getrunken?

Ja! In Japan trinken die Menschen mengenmässig sogar mehr

Kaffee als wir. Aber weil sie eigentlich eine sehr lange Tee-Tradition haben, trinken die Japaner den Kaffee anders: Sie trinken bis zu 1.5 Liter kalten Kaffee schwarz und ungesüsst. Die japanischen Kaffees schmecken aber weniger bitter und haben weniger Säure, als die «normalen» Kaffees, welche wir in der Schweiz kennen.

Dank meinem neuen Sponsor UESHIMA weiss ich, dass das vor allem damit zu tun hat, dass diese Kaffees nicht so dunkel geröstet sind und es mit der hohen Qualität des Rohkaffees zu tun hat.

Spielt Kaffee auch in deinem Leben hier eine Rolle?

Ja, klar! Ich bin sogar eine richtige Kaffee Enthusiastin. Aber ähnlich wie beim Karate nehme ich mir hier bewusst einen Augenblick Zeit. Jedes Karate-training beginnt und endet traditionell mit einer kurzen Meditation, das nennen wir Mokuso. Dies soll auch den friedfertigen Zweck der Übungen zum



Ausdruck bringen. Entsprechend geniessen ich auch den Kaffee bewusst und mit viel Genuss!

Mit UESHIMA Coffee gibt es diesen Kaffee nach japanischem Vorbild jetzt auch für uns in der Schweiz. Und ich muss sagen, ich schätze diesen etwas weniger bitteren Geschmack und dass er weniger Säure hat.