

RENATE BERGMANN

*Ihr könnt doch
noch nicht satt sein!*



DIE ONLINE-OMI
TISCHT AUF

List

RENATE BERGMANN

*Ihr könnt doch noch nicht
satt sein!*

Renate Bergmann,

geb. Strelemann, 82, lebt in Berlin-Spandau. Sie war Trümmerfrau, Reichsbahnerin und hat vier Ehemänner überlebt. Renate Bergmann ist Haushalts-Profi und Online-Omi. Ihre riesige Fangemeinde freut sich täglich über ihre Tweets und Lebensweisheiten im »Interweb« – und über jedes neue Buch.

Torsten Rohde,

Jahrgang 1974, hat in Brandenburg/Havel Betriebswirtschaft studiert und als Controller gearbeitet. Sein Twitter-Account @RenateBergmann entwickelte sich zum Internet-Phänomen. Es folgten mehrere Bestseller unter dem Pseudonym Renate Bergmann und neuerdings auch unter Günter Habicht.

RENATE BERGMANN

*Ihr könnt
doch noch nicht
satt sein!*

DIE ONLINE-OMI
TISCHT AUF

LIST

Inhalt

Schnell und fein 10

- Backfisch 13
- Hähnchenpfanne 14
- Bauernfrühstück 17
- Brotsalat mit Tomaten 18
- Eier in Senfsoße 21
- Pfannkuchen 22
- Spinat mit Spiegelei 25
- Toast Hawaii 26



Aus Oma Strelemanns Suppentopf 28

- Suppenstock 31
- Deftige Erbsensuppe 32
- Soljanka 35
- Eintopf aus grünen Bohnen 36
- Linsensuppe 39
- Kürbissuppe 40
- Käse-Hackfleisch-Lauch-Suppe 43
- Hühnersuppe 44
- Grießklößchen 47
- Mohrrübeneintopf 48



Süße Hauptgerichte 50

Dampfnudeln 53

Vanillesoße 54

Grießbrei 57

Marmelade kochen mit Rezepten für Erdbeer-,
Birnen-Chili- und Himbeer-Rhabarber-Marmelade 58

Milchreis 60

Kirschsuppe 63

Kaiserschmarrn 64



Das gibt es am Sonntag 66

Königsberger Klopse 69

Gänsebraten 70

Gefüllte Paprikaschoten 73

Zitronenhähnchen 74

Falscher Hase 77

Schnitzel mit Petersilienkartoffeln 78

Gulasch 81

Forelle »Müllerin« 82

Kohlrouladen 85

Hühnerfrikassee 86

Kasslerbraten 89



Ohne Beilagen geht es nicht 90

Rotkohl 93

Serviettenknödel 94

Grünkohl 97



- Rahmwirsing **98**
Bratkartoffeln **101**
Frische Nudeln **102**
Glasierte Mohrrüben **105**
Kartoffelauflauf **106**
Pfifferlinge **109**
Ratatouille **110**



Wenn Kirsten kommt **112**

- Bunte Gemüsepfanne **115**
Gemüseauflauf **116**
Kartoffelpuffer **119**
Fermentieren mit Rezepten für Sauerkraut **120**
und Kimchi **121**
Focaccia **122**
Stockbrot **125**
Ofengemüse **126**



Man muss die Feste feiern, wie sie fallen **128**

- Kartoffelsalat **131**
Nudelsalat mit Rauke **132**
Gurkensalat **135**
Weißkohlsalat **136**
Flammkuchen **139**
Eierlikör **140**
Erdbeerbowle **143**



Für Süßes haben wir einen Extra-Magen 144

Crème brûlée 147

Rumtopf 148

Rote Grütze 151

Zitronenspeise 152

Tiramisu 155

Grüne Grütze 156

Bratäpfel 159



Aber bitte mit Sahne 160

Waffeln 163

Tortenboden 164

Marmorkuchen 167

Schwarzwälder Kirschtorte 168

Käsekuchen 171

Sachertorte 172

Rhabarberkuchen mit Baiser 175

Osterzopf 176

Christstollen 179



Register 180

»Wo es sonntags um zehn nicht da wohnt keine gute Hausfrau.«

Hier schreibt Renate Bergmann, guten Tag.

Wie oft habe ich das erlebt, dass die Leute mich nach einem Rezept gefragt haben, weil es ihnen bei mir geschmeckt hat. Da stand ich dann da, wissen Se, denn für viele meiner Gerichte hatte ich nichts aufgeschrieben! Eine Hausfrau hat doch so was im Gefühl. Ich gehöre nämlich zu der Generation, die noch kochen gelernt hat und nicht nur Büchsen aufkurbelt.

Aber nun habe ich Ihnen meine Lieblingsrezepte zu Papier gebracht.

Man kocht ja aus den verschiedensten Gründen: Manchmal muss es schnell gehen (aber auch dann darf es schmecken), manchmal kocht man, was im Kühlschrank oder in der Speisekammer steht, und wenn Gäste kommen, fährt man gern groß auf. Einige Gerichte kochte und backe ich auch, weil sie mich so an liebe Menschen erinnern. Mein erster Mann Otto zum Beispiel schwärmte für mein Gulasch, und an Stefans Geburtstag gibt es immer Rhabarberkuchen mit Baiser drauf, den mochte der Junge als kleines Kind schon, und den kriegt er bis heute. Und es gibt auch Gerichte, die macht man, weil Reste wegmüssen – meinen Brotsalat zum Beispiel.

nach Braten riecht.



Wie Sterneküche geht, das sollen Ihnen die Fernsehköche erzählen. Bei Renate Bergmann gibt es Hausfrauenküche nach Omas Rezepten. Bei mir kommt noch ein Stich Butter an das Gemüse, sonst schmeckt es nicht. Der Körper könnte die Fittamine ohne Butter auch gar nicht richtig verarbeiten, da sind wir uns ja wohl einig, und wie viel »ein Stich« ist, das entscheidet das Gefühl. Das kann ein Fingerbreit sein oder die Hälfte vom Stückchen, das noch in der Butterdose ist. So was kann man doch nicht abwiegen! »Kochen ist Liebe«, hat Oma Strelemann immer gesagt, und bei der Liebe kann man auch nichts messen und wiegen, sondern nur fühlen. Oder nehmen Se »eine Prise«. Eine Prise ist das, was man mit Daumen, Zeigefinger und Mittelfinger greifen kann. Bei einer zart gebauten Person sind das ein paar Krümel, wenn ein Mann zugreift, kann das auch ein halber Teelöffel sein. Also, man muss beim Kochen ein bisschen »mitfühlen« und abschmecken. Dann gelingt es auch!

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Kochen, Backen und vor allem beim Genießen!

Ihre

Renate Bergmann

Schnell und fein



Manchmal muss es fix gehen. Wenn man große Wäsche hat oder einen Arzttermin am Vormittag, na, da wird man sich nicht hinstellen und zwei Stunden lang Gemüse putzen und vielleicht noch aufwendig ein Drei-Gänge-Mittagbrot kochen. Ich bin keine Freundin von Tütenküchen oder fertigem Zeug aus der Büchse, aber es gibt eine Reihe von »halb fertigen« Hilfen, mit denen man prima kochen kann. Tomaten aus der Dose zum Beispiel, oder tiefgefrorener Spinat. Auch vorgekochte Linsen und Erbsen erleichtern die Arbeit und selbstverständlich auch Nudeln – die mache ich sehr gern selbst, aber die fertigen aus der Tüte sind keine Schande! Ach, es gibt so viele Gerichte, die schnell gemacht sind und prima schmecken!



zum Beispiel:

Eier in Senfsauce
⇒ S. 27



Bauernfrühstück
⇒ S. 17



Toast Hawaii ⇒ S. 26

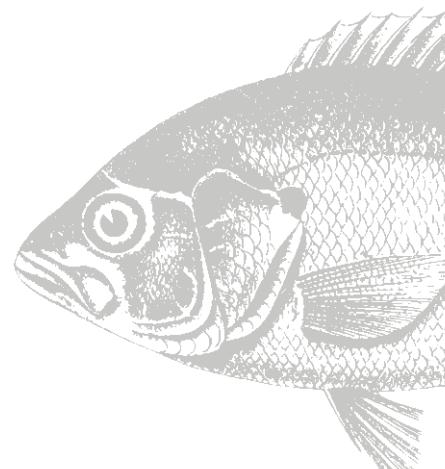


Los geht's!



Freitags mache ich mir meist Fisch, obwohl der Herr Pfarrer schon vor Jahren meinte, ich müsste nicht mehr. Aber wissen Sie, das ist jetzt so drin. Und Fisch ist ja gesund!

Backfisch



- Die Fischfilets salzen, säuern und pfeffern.
- Das Bier mit dem Zitronensaft, dem Ei und dem Mehl zu einem dünnflüssigen Teig verrühren und etwa 15 Minuten quellen lassen.
- Das Öl auf etwa 180 Grad erhitzen, die Fischfilets in den Teig tauchen und ca. 5–6 Minuten ausbacken.

Für 2 Personen

400 Gramm Seelachsfilet
1 Zitrone
Salz, Pfeffer
½ Liter Raps- oder Sonnenblumenöl
1 Ei
150 Milliliter Bier
100 Gramm Mehl



Tipp: Dazu schmecken Bratkartoffeln oder Kartoffelsalat.

Das ist ein ganz feines, leichtes Gericht, bei dem Sie auch mit dem Gemüse ein bisschen variieren können, wenn der Spargel gerade sehr teuer ist oder es keine Kirschtomaten gibt.

Hähnchenpfanne

Für 4 Personen

300 Gramm Hähnchenbrust
250 Gramm grüner Spargel
2 Möhren
100 Gramm Brokkoliröschen
10 Kirschtomaten
2 Esslöffel Olivenöl
2 Esslöffel Balsamicoessig
1 Esslöffel Honig
50 Milliliter Brühe, zum Beispiel aus → Suppenstock
½ Bund Gartenkräuter
Salz, Pfeffer

- Das Hähnchenfleisch in feine Streifen schneiden, salzen und pfeffern. In einer Pfanne mit heißem Olivenöl kräftig anbraten. Mit dem Balsamicoessig und dem Honig ablöschen.
- Die holzigen Enden vom Spargel abschneiden, die Stangen in etwa 5 cm lange Stücke portionieren.
- Die Möhren schälen und längs vierteln, ebenfalls auf ungefähr 5 cm zurechtschneiden.
- Dann die Möhren und den Spargel in etwas Olivenöl anbraten, den Brokkoli hinzugeben und mit der Brühe ablöschen und köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verkocht ist.
- Die halbierten Kirschtomaten, das Fleisch und die fein geschnittenen Kräuter hinzugeben, alles vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Wer Abwasch sparen will, nimmt die Pfanne vom Fleisch anbraten gleich noch mal für das Gemüse. Schließlich wollen wir nicht stundenlang in der Küche stehen, nicht wahr?





Die **⇒** Bratkartoffeln von Seite 101 sind eine hervorragende Beilage zu Fisch und Fleisch. Mit ein paar Eiern zaubern Sie jedoch im Handumdrehen ein Bauernfrühstück daraus und haben eine vollwertige Mahlzeit:

Für 2 Personen
oder 1 Handwerker

Bauernfrühstück

Bratkartoffeln
(gemäß Rezept)
4 Eier
Salz, Pfeffer
Petersilie

- Die Eier in einer Schüssel mit etwas Salz und Pfeffer verrühren und in eine heiße Pfanne gießen.
- Wenn sie am Boden fest, oben aber noch flüssig sind, die Bratkartoffeln hinzugeben und mit Deckel fertig garen, bis die Eier am Boden goldgelb sind.
- Umgekippt oder zu einer Tasche gefaltet servieren.



Tipp: Wenn Sie einen guten Elektriker oder Maler an der Hand haben – halten Sie sich den bloß warm! Die können sich die Arbeit aus suchen und sind oft über Wochen im Voraus ausgebucht. Bei mir kriegen solche Leute immer ein handfestes Frühstück.

Ich kann kein Brot wegschmeißen.
Es tut mir weh, wenn ich sehe,
was manche Leute alles in die Tonne werfen,
nur weil es nicht mehr ganz frisch ist.

BrotSalat mit Tomaten



Für 1 Person

2 Scheiben altbackenes
SchwarzBrot
100 Gramm Kirschtomaten
1 kleine Zwiebel
½ Bund glatte Petersilie
2 Esslöffel Olivenöl
2 Esslöffel Balsamicoessig
Salz, Pfeffer

- Das Brot würfeln und mit dem Olivenöl in einer Pfanne anrösten. Abkühlen lassen.
- Derweil die Tomaten halbieren, mit der fein geschnittenen Zwiebel und dem Essig vermengen.
- Das Brot hinzugeben, mit Salz, Pfeffer und klein geschnittener Petersilie vermischen.



Tipp: Der Brotsalat kann als Beilage zu Gegrilltem gegessen werden oder für sich als leichte Mahlzeit.

