



SO SCHMECKT DEUTSCHLAND

SCHLEMMER
REISEN
VON DER
NORDSEE
BIS ZU
DEN ALPEN



+ KUNTH +









Sauerteig-
brot

Wurzelbrot
- Korn -

dunkles
Vollkornbrot

Campaillou

Brotlai

Wurz
- dur



ZU DIESEM BUCH

Würzige Alpenkräuter und frischer Meeresfisch, elegante Weine und süffiges Bier, deftige Hausmannskost und phantasievolle Sternküche: Deutschland schmeckt zugleich nach Heimat wie auch nach weiter Welt. Seine kulinarische Palette ist so vielfältig wie seine Landschaften und die Menschen, die hier zuhause sind.

Bauern, Fischer, Handelsherren und international bestens vernetzte Adelsgeschlechter trugen schon vor Jahrhunderten zu den Gerichten bei, die zwischen Zugspitze und Rügen auf die Teller kamen. Klosterbrüder suchten und (er)fanden im Mittelalter köstliche Flüssignahrung für ihre Fastentage; findige Winzer führen das Weinbauerbe der Römer bis heute an Rhein, Main, Mosel, Saar, Ahr und Saale fort. Über die Häfen von Nord- und Ostsee kamen schon früh exotische Köstlichkeiten wie Kaffee, Tee, Kakao und Pfeffer ins Land. Und auch die Mandeln für das berühmte Lübecker Marzipan stammen ebenso aus der Ferne wie die Gewürze für die Nürnberger Lebkuchen. Selbst die auf deutschen Speisezetteln fast allgegenwärtige Kartoffel ist ein Einwanderer.

Dennoch ist die deutsche Küche nicht nur durch internationale Einflüsse geprägt worden, sondern aus sich selbst heraus gewachsen. Gerichte wie Maultauschen und Buletten, Kieler Sprotten und bayerischer Schweinsbraten, dunkles Brot und Frankfurter Kranz zeugen davon. Manches kennt man, anderes wie Lipperscher Pickert, Mutzenmandeln oder Mehlibüddel sind oft nur regional ein Begriff. Mit diesem Buch erhält man nicht nur einen wunderbaren Überblick darüber, was wo gegessen wird, ganz nebenbei erfährt man auch noch einiges über die deutsche Esskultur. Über Tischmanieren und die erste deutsche Fertig-Pizza, über Gault Millaut-Sterne und warum Deutschland als Brotdorf-Weltmeister gilt. Zahlreiche Adressen, Veranstaltungstipps und Rezeptvorschläge runden das mehrgängige Menü ab. Lassen Sie es sich munden, aus dem Glas, der Tasse, der Schale, vom Teller, mit Messer, Gabel, Löffel – oder schlicht aus der Hand. Zum Wohl – und guten Appetit!

Auch in Sachen Brot gilt Deutschland als äußerst vielfältig. An die 3000 unterschiedliche Brotspezialitäten werden hier täglich gebacken und verkauft.





INHALT

Schleswig-Holstein	10
Hamburg & Altes Land	20
<i>Gutes aus der Ferne – Hamburgs Importe</i>	30
Ostfriesland & Emsland	32
Bremen	42
Rund um Hannover	50
<i>Benimm Dich! Von Tischsitten und Essmanieren</i>	60
Mecklenburg-Vorpommern	62
<i>Rund um die Knolle – Kartoffeln für Deutschland</i>	72
Brandenburg	74
Berlin	84
Harz	94
<i>Deutschland in Feierlaune –</i>	
<i>Von bunten Schnittchen bis Chili con Carne</i>	104
Lausitz	106
Leipzig, Dresden & Vogtland	116
<i>Messer, Gabel, Tischgebet – Geschichte der Esskultur</i>	126
Eichsfeld & Thüringer Becken	128
<i>Vegan, Rohkost, Paleo – so isst man heute</i>	138
Rheingau, Taunus & Wetterau	140
Frankfurt am Main	150
<i>Witzigmann & Co. –</i>	
<i>Geschichte der deutschen Sternenküche</i>	160
Nordrhein-Westfalen	162
<i>Heute bleibt die Küche kalt ...</i>	
<i>Beginn des Fast Foods in Deutschland</i>	172
Saarland	174
Rheinland-Pfalz & Mosel	184
<i>Unser täglich Brot – Deutschlands liebste Speise</i>	194
Nordbayern	196
<i>Aus fremden Töpfen –</i>	
<i>Internationale Küche in Deutschland</i>	206
Südbayern	208
<i>Bier – Die Kunst des Brauens</i>	218
Schwäbische Alb, Bodensee & Schwarzwald	220
Register	230
Bildnachweis, Impressum	232



SCHLESWIG-HOLSTEIN





Das Essen in Schleswig-Holstein ist deftig und schmackhaft. Klar, denn wer in rauem Klima lebt, braucht viel Energie und Wärme. Neben dem Salzwiesenlamm gehören natürlich Krabben auf den Tisch. Sie werden sauer eingelegt, zu Frikadellen verarbeitet, landen als Friesen-Spezi mit Kartoffelpuffer auf dem Teller und sind Bestandteil von »Porrenpann«, einer friesischen Krabbenpfanne. Grünkohl und Scholle sind ebenso typisch für die Region wie Labskaus. Eine andere Spezialität ist »Queller«, eine Pflanze, die auf den Salzwiesen wächst. Man kann sie gut mit Bohnen mischen oder zu Salat verarbeiten. Ein süßer Klassiker ist die »Friesentorte«. Zwischen zart knusprigen Blätterteigböden schichten sich Mengen von Sahne und Pflaumenmus auf. Dazu passt gut ein »Pharisäer«, Kaffee mit Rum und Sahne, eine angeblich nordfriesische Erfindung.



KOCHEN

Labskaus

1 Gemüsezwiebel, 1 kg Kartoffeln
1 kg gepökelte Rinderbrust
oder Tafelspitz
180g Butter, 250 g Röstzwiebeln,

Gemüsezwiebel und Kartoffeln in Würfel schneiden. Gepökelte Rinderbrust oder Tafelspitz mit der Zwiebel, den Kartoffeln, Butter, Röstzwiebeln, 2 Lorbeerblättern, 1 TL Piment, Pfeffer und Salz in einen Topf geben und mit Wasser auffüllen, sodass alles bedeckt ist. Etwa 3 Stunden köcheln lassen. Das Fleisch mit den Zwiebeln durch die große Scheibe eines Fleischwolfs drehen. Die Masse in einem Topf mit Butter aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken. Das Kartoffelpüree mit der Fleischmasse mischen. Das Labskaus wird mit Roter Bete, Spiegelei, Salzgurken und Matjesfilet oder Bismarckhering serviert.

GENIESSEN

Labskaus

Es schmeckt wie ein sehr kräftiges Kartoffelmus und ist ein uraltes Seemannsgericht. Denn als man noch mit Segelschiffen auf große Fahrt ging, gab es an Bord kaum Möglichkeiten, Lebensmittel frisch zu halten. Also griff der »Smutje«, wenn die Vorräte aus dem Hafen aufgebraucht waren, fürs Mannschaftsessen auf haltbare Produkte zurück: Kartoffeln, Zwiebeln, gepökeltes Rindfleisch, eingekochte Rote Bete. Zu dem daraus gekochten Brei gab es mitunter noch Matjes und Spiegelei. Inzwischen erlebt Labskaus wieder eine Renaissance, wird allerdings eher mit Cornedbeef zubereitet und auch mal mit Gewürzgurke serviert. Ob der Matjes untergemischt wird oder man ihn separat serviert, ist allerdings bis heute strittig.

Kieler Sprotten

Schon Matthias Claudius setzte den feingrätiigen Seefischen ein Denkmal: »D'rauf kauft' ich etwas kalte Kost / und Kieler Sprott und Kuchen« lässt er 1786 seinen Weltreisenden Urias im gleichnamigen Gedicht berichten. Und Alfred Brehm vermerkt 1844 in seinem Lexikon, es würden an den Küsten der Ostsee »alljährlich viele, bei Eckernförde allein etwa 16 Millionen Sprotten gefangen, meist geräuchert und dann unter dem Namen ‚Kieler Sprotten‘ in alle Welt versendet«. Inzwischen stammt das Gros der heringsartigen Winzlinge zwar weder aus Kiel noch aus Eckernförde, sondern aus der Nordsee sowie dem Nord-

ost-Atlantik. Und ihren Goldton erhalten die silbernen Sprotten nur noch selten durch traditionelles Räuchern über Buchen- und Erlenholz, sondern meist in modernen, gasbetriebenen Öfen. Aber der Versand in den typischen flachen Holzkisten ist geblieben.

Lübecker Marzipan

Vom lateinischen »marci panis«, Markusbrot, soll das Marzipan seinen Namen haben; doch die Ursprünge der süßen Köstlichkeit liegen wohl in Kleinasien. In Lübeck wird sie erstmals in einer Zunftrolle des 16. Jahrhunderts erwähnt. Die Apotheker der Stadt verkaufen das Gemisch aus geschälten Mandeln, Zucker und Rosenwasser als teure Arznei gegen Kopfschmerzen, Herzbeschwerden oder Blähungen – und als Potenzmittel. Als im 19. Jahrhundert der Rübenzucker in Europa den kostbaren Rohrzucker ablöst, wird Marzipan auch für die breite Bevölkerung erschwinglich. Die berühmte Lübecker Variante besteht mindestens zu zwei Dritteln aus Mandelrohmasse und zu einem Drittel aus Zucker.

Holtseer Käse

Seit Generationen widmen sich viele Bauern aus der Gemeinde Holtsee der Milchwirtschaft. Vierzig von ihnen gründeten in den 1930er-Jahren eine Genossenschaft, die sich auf die Käseherstellung spezialisierte. Tilsiter, Ascheberger, Bernsteiner heißen die nach alten Familienrezepten produzierten Sorten. Inzwischen entstehen aber auch würziger Cheddar mit Meersalz oder das chilischarfe »Holtseer Feuer«.

Unten links: Die einen lieben es, die anderen betrachten es mit Skepsis. Labskaus, das Eintopfgericht aus Seemannszeiten, ist an Niederelbe, Nord- und Ostsee sowie im nördlichen Niedersachsen zu Hause. Unten rechts: Kieler Sprotten.



BESUCHEN

Holtseer Landkäserei

Wie die Löcher in den Käse kommen, wissen die Mitarbeiter der Holtseer Landkäserei ganz genau. Hier wird nämlich noch von Hand nach original norddeutschen Rezepturen geschöpft. Die Käseherstellung im milden Klima zwischen Nord- und Ostsee ist hier seit 1938 heimisch. Damals schlossen sich mehrere kleine Meiereien zusammen und bald machte sich vor allem der Holtseer Tilsiter einen Namen. Nur wenige Meter von der Käserei entfernt befindet sich in der »Holtsser Käsekiste« der Werksverkauf – ein wahres Probierparadies.

Dorfstr. 2, 24363 Holtsee,
Tel. 04357/99710,
www.holtseer.de

Eiskäseladen Giovanni L.

Milch und Käse meets Eis in Kiel, denn Giovanni L. eröffnete 2018 in Kooperation mit der Holtseer Landkäserei den ersten Eiskäseladen Deutschlands. Hier teilen sich die beiden Unternehmen einen gemütlichen Sitzbereich im Landhaus-Stil.

Holtenauer Str. 112, 24105 Kiel,
Tel. 0431/5603938 oder
Tel. 0431/9089592135,
www.giovanniil.com

KOHLosseum

Im historischen Gebäude der alten Dithmarscher Sauerkrautfabrik zeigt das KOHLosseum auf über 400 Quadratmetern alles rund ums Küstengemüse. Seit 1998 wird hier, im Herzen von Europas größtem geschlossenem Kohlanbaugebiet, Sauerkraut in verschiedenen Variationen hergestellt. Wie das aussieht, erfährt man in der Krautwerkstatt, ehe das Kohlmuseum weitere Einblicke gibt.

Bahnhofstr. 20,
25764 Wesselburen,
Tel. 04833/45890,
www.kohlosseum.de

Marzipan-Speicher

Wer an Lübeck denkt, spürt automatisch die berühmte schmelzende Süßigkeit auf der Zunge. Kein Wunder, schließlich gilt die Hansestadt als Marzipanland. Gleich vier Marzipan-Speicher warten am weltbekannten Holstentor direkt am Altstadt-Hafen: Im historischen

Gebäude von 1871 wird man ganz in die Zeit von Thomas Manns »Buddenbrooks« zurückversetzt. Feinstes Lübecker Marzipan nach Königsberger Art will probiert und das Marzipan-Museum samt weltweit einziger Marzipan-Show besucht werden. Auch Torten, Eis und viele weitere Leckereien warten im Marzipan-Speicher-Café. Etwa 200 Meter entfernt befindet sich in der Beckergrube 97 zudem die »Lübecker Speicher-Rösterei« – der ideale Ort für Schleckermäulchen.

An der Untertrave 98, 23552 Lübeck, Tel. 0451/8973939,
www.marzipanland.eu

Café Niederegger

Als Lübecks heimliches Wahrzeichen gilt das Niederegger-Stammhaus seit seiner Gründung 1806. Direkt am historischen Lübecker Rathaus gibt's nicht nur Konditorei-Spezialitäten, sondern auch die Geschichte des Marzipans im eigenen Museum. Schließlich verhalf Johann Georg Niederegger (1777–1856) seinerzeit dem Marzipan und seinem Unternehmen zu dem Ruhm, den es bis heute in der ganzen Welt genießt.

Breite Str. 89, 23522 Lübeck,
Tel. 0451/5301127,
www.niederegger.de

Kleine Teestube

Das winzige, originell eingerichtete Kaffee- und Teehaus ist längst kein Sylter Geheimtipp mehr. Zu verlockend sind Friesen- und Himbeertorte sowie Waffeln zur regionalen Getränkespezialität »Tote Tante« (Lumumba). Der Legende nach stammt ihr Name von einer Tante, die vom nordfriesischen Föhr nach Nordamerika ausgewandert war, deren Wunsch es aber zu erfüllen galt, nach ihrem Tod auf ihrer Heimatinsel bestattet zu werden. Da die Familie kaum Geld hatte, suchte man nach einer kostengünstigen Möglichkeit, die Schiffsüberfahrt zu bewerkstelligen. Schließlich wurde die »Tote Tante« in einer Kakaoiste verpackt nach Föhr verschifft. Zum Leichenschmaus gab es daher Kakao mit Rum und Sahne. Westerhorn 2, 25980 Sylt/Keitum, Tel. 04651/31862
www.kleineteestube-sylt.de



Unten links: Marzipan, wohin das Auge blickt. Wer die köstliche Süßspeise erwerben möchte, geht ins »Café Niederegger«.
Unten rechts: Nordfriesland wie aus dem Bilderbuch. In der »Kleinen Teestube« in Keitum werden Teeträume wahr.



BESUCHEN

Nordfriesisches Lammkontor

Das Hof-Ensemble des Lammkontors setzt sich aus einem ehemaligen Bierlager der Flensburger Brauerei, Stallungen, einer Remise von 1860 sowie einem 200 Jahre alten Bürgerhaus zusammen und serviert im Restaurant des Eiskellers neben kleinen Snacks als Spezialität das beliebte Salzwiesenlamm, das auf dem deutschen Markt kaum zu erhalten ist.

Deichstr. 7-8, 25813 Husum,
Tel. 04841/4042801,
www.lammkontor.de

Husums Brauhaus

Husum hat eine lange Brautradition. Heute werden in der Gasthausbrauerei jährlich bis zu 16 selbstentwickelte Biersorten gebraut – vom Hellen übers Dunkle mit höherem Stammwürzegehalt bis zum fruchtig-spritzigen Weizenbier. Neben der Führung mit Bierprobe lockt täglich von 17 bis 19 Uhr die »Brauer Hour« mit Sonderpreisen.

Neustadt 60-68, 25813 Husum,
Tel. 04841/89660,
www.husums-brauhaus.de

GENIESSEN

(Dithmarscher) Kohl

Einem Wesselbrunner Gärtner verdankt das Dithmarsche seinen Wandel vom Korn- und Zuckerrübenland zum Garten Eden des Kohls. Denn schon um 1890 stellte Eduard Lass erste Zuchtversuche mit Kohlsamen an. Die Qualität der Masch- und Geerstböden ebenso wie die klimatischen Bedingungen begünstigten die Entwicklung der Pflanzen. Nach drei Jahren des Experimentierens im Mistbeet und auf einem Versuchsfeld pflanzte der Pionier der Gemüseforschung seinen Kohl auf 50 Hektar an; 1915 beginnt in der alten Zuckerfabrik eine Sauerkrautproduktion, die erst achtzig Jahre später ihr Ende findet. Heute misst das Dithmarsche Kohlgebiet fast 3000 Hektar – und ist damit das größte zusammenhängende Produktionsterrain seiner Art in Europa.

Salzwiesenlamm

Salzmelde, Queller, Andel, Seeaster und Schlickgräser – all das fressen Schafe, die frei auf den Deichen und den aus dem Meer gewonnenen Salzwiesen Nordfrieslands weiden. Schon die neugeborenen Lämmchen saugen den Geschmack der Salzwiesenpflanzen mit der Muttermilch ein; nach kurzer Zeit beginnen sie selbst, das aromatische Grün zu knabbern. Kein Wunder also, dass dieses Lammmfleisch nicht nur besonders zart, sondern auch auf natürliche Art gewürzt ist. Durch die viele Bewegung der Tiere in frischer Luft ist es zudem recht mager, aber dennoch saftig.

Groote Hans/Mehlbüddel

Ein Pudding und ein Kloß – so lässt sich der Unterschied zwischen dem »Großen Hans« und dem »Mehlbeutel« kurz beschreiben. Beide aber fallen in die Kategorie deftig trifft süß. Der Mehlbüddel besteht aus reinem Mehltiegel – mit Eiern, Zitronenabrieb und an Festtagen zusätzlich bestückt mit Rosinen. Gegart wird das Ganze traditionell in einem Leinentuch oder -säckchen über dem Dampf einer Schweinebackenbrühe. Für den Großen Hans indes kommt der (Mehl/Hefe)-Teig in eine Puddingform und stockt darin im Wasserbad. Ursprünglich verwendete man altpackenes Brot für den Großen Hans; es gibt aber auch Rezepte mit Zwieback oder einem Grieß-Milch-Eierteig. Als Hauptgericht wird der Pudding-Hans mit Kassler, Bauchfleisch oder Mettenden serviert, dazu reicht man Kompott oder heiße Kirschen. Zum Mehlbüddel gibt es traditionell Schweinbacken-Scheiben und Backobst.

Raps

Auf mehr als einer Million Hektar leuchtet in Deutschland alljährlich der blühende Raps. Gut ein Zehntel davon wird in Schleswig-Holstein angebaut. Jeweils zwei bis drei Wochen lang stehen die Felder in Blüte und verzaubern das Auge. Nach der Ernte werden die Pflanzen in den Ölmühlen etwa von Kiel oder Hamburg zu Rapsöl gepresst. Fast zwei Milliarden Liter sind es jährlich. Dank seines ausgewogenen Fettsäuremusters und seiner fettlöslichen Vitamine verleiht Rapsöl Salaten, Dips und Marinaden ein nussiges Aroma.

Salzwiesenlämmer sind eine echte Delikatesse. Die Lämmer (vorwiegend der Rasse Texel) weiden traditionell auf den Salzwiesen und Deichen an der nordfriesischen Nordsee. Das Fleisch ist dadurch von Natur leicht salzig, saftig und cholesterinarm zugleich.



EINKAUFEN

Ütermarker Hof Pellworm

Schafe, Rinder, Hühner und Enten leben auf dem nach den Richtlinien des Biolandverbandes bewirtschafteten Hof. Ihr Futter wächst direkt auf dem Gelände, außerdem Obst und Gemüse. Das wird im Hofladen zusammen mit Fleisch, Milchprodukten, Eiern und Backwaren angeboten. Ein besonderes Extra: Je nach Saison gibt es Gestricktes aus der Wolle von Pellwormer Schafen.
*Ütermarkerweg 11,
25849 Pellworm, Tel. 04844/230,
www.bio-hof.de*

Pharisäerhof Nordstrand

Auf dem Pharisäerhof kann man Urlaub machen, besonders gern auch mit Hund. Wer nicht gleich über Nacht bleibt, genießt im »Café mit Schwips« hausgemachte Kuchen und Torten. Im Hoflädchen gibt es Marmelade aus der Manufaktur, friesische Spezialitäten und zauberhafte Souvenirs.
*Elisabeth-Sophien-Koog 3,
25845 Nordstrand,
Tel. 04842/353,
www.pharisaerhof.de*

Hofladen Baumbach

Nordstrand

Seine Spezialität sind Lammfleisch und -wurst direkt vom Hof sowie Produkte vom Gallo-way-Rind. Darüber hinaus gibt es Wolle, Textilien, Pflegeprodukte aus Schafwolle und vieles mehr.
*Pohnshalligkoogstraße 1,
25845 Nordstrand,
Tel. 04842/495,
www.lammfleisch.de*

Bauernhof Nielsen Föhr

Klein, aber fein ist der Laden auf dem Nielsen-Hof. In alten offenen Bauernschränken kommen Marmeladengläser und Likörfläschchen gut zur Geltung. Besonders lecker ist Nielsens Eierlikör. Im Sommer gibt es Erdbeeren. Wer Lust hat, pflückt sie selber.

*Taarepswoi 5, 25938 Borgsum
(Föhr), Tel. 04683/96120,
www.bauernhof-nielsen.de*

Hansen Hof Sylt

Köstliche Fruchtaufstriche aus Sauerkirschen, Stachelbeeren oder Quitten, verschiedene Sorten Hausmacherwurst nach eigenen Rezepten und dazu das berühmte Sylter Ei locken auf den



Hansen Hof Sylt. Je nach Saison sind frische Köstlichkeiten im Angebot, wie zum Beispiel geräucherter Fisch.

*Terpstig 65, 25980 Sylt/Morsum,
Tel. 0171/2385074,
www.hansenhof-sylt.de*

Bingehof Hallig Hooge

Der Bingehof bietet nicht nur ein

Appartement und eine Ferienwohnung, hier ist auch ein Hofladen zu finden. Angeboten werden Spezialitäten von der Hallig. Das sind Lammprodukte, Klee-Honig sowie Eier von auf Salzwiesen lebenden Hühnern.
*Mitteltritt 3, 25859 Hallig Hooge,
Tel. 04849/208,
www.hallighofladen.de*

Während die Bauern ihr Land beackern (unten), genießen andere – wie das neugierige Hühnervolk – auf den Bauernhöfen der Region das Landleben. In zahlreichen Hofläden werden regionale Köstlichkeiten wie selbst gemachte Marmeladen angeboten (Bilder oben).



KOCHEN

Porrenpann (Friesische Krabbenfanne)

500 g Krabben
500 g Kartoffeln
1 Zwiebel
100 g Butter
375 ml Milch
2 EL gehackte Petersilie

Die Kartoffeln waschen und in Salzwasser mit etwas Kümmel weich kochen. Inzwischen die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Das Mehl darüberstreuen, verrühren und bei schwacher Hitze anschützen. Mit der Milch unter Rühren ablöschen, die Petersilie dazugeben und alles ca. 15 Min. bei schwacher Hitze köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, frisch geriebener Muskatnuss und Zitronensaft abschmecken. Die Kartoffeln abgießen, abdampfen lassen und möglichst heiß pellen. Die Pelkartoffeln auf Tellern anrichten, mit Sauce übergießen und das Krabbenfleisch darauf verteilen.

GENIESSEN

Nordfriesische Austern

Sie leben zwischen Amrum, Föhr und Sylt im Watt – wilde Austern. Doppelt bis dreimal so groß wie ihre Zuchtschwestern schmecken sie zudem nussiger und »meeriger«. Von September bis Mai dürfen sie gesammelt werden – aber nur unter Aufsicht eines lizenzierten Fischers. Die übrigen Monate sind tabu, da laichen die hartschaligen Meeresbewohner. Sie gehören übrigens zur Spezies Pazifische Felsenaustrer und sind wohl eingewandert. Zwar gab es bereits ab dem 17. Jahrhundert Austernvorkommen in der Region – die sogenannten »Holsteiner«, die schon Dänenkönig Friedrich II. und später auch dem Dichter Heinrich Heine mundeten. Aber dann hatte Packeis in mehreren harten Wintern die Molluskeln scheinbar auf immer zerrieben. Um 1970 gelang Fischerei-Wissenschaftlern dann die Aufzucht japanischer Austern bei Sylt. Inzwischen gibt es dort, in der Binselbucht vor List, wieder beachtliche Kulturen.

Pharisäer

Zu Hause ist die alkoholische Kaffeespezialität überall im hohen Norden, erfunden wurde sie jedoch, so die Legende, auf der nordfriesischen Insel Nordstrand. Dort lebte im 19. Jahrhundert ein asketischer Pastor, der sogar von der Kanzel gegen die Trinklust seiner Schäfchen wetterte. Bei gemeinsamen Feiern mit dem Kirchenmann griffen die Insulaner daher zu einer List und gossen ordentlich Rum in ihren Kaffee, den sie zur Ge-

ruchstarnung noch mit einem dicken Klecks frisch geschlagener Sahne krönten. Im Rahmen eines Tauffests bekam auch der Kirchenmann versehentlich einmal eine solchen »Kaffee« in die Hand – und soll entsetzt »Ihr Pharisäer« ausgerufen haben. Der Pharisäer wird übrigens nicht umgerürt, sondern durch die Sahne getrunken – und er muss laut einem Gerichtsurteil mindestens 4 cl Rum enthalten.

Tote Tante

Sogar auf einen Krimi-Titel hat diese Dame es schon gebracht – und sie ist eng verwandt mit dem Pharisäer. Statt des frisch gebrühten Kaffees bildet aber ein heißer, gesüßter Kakao die Basis. Auch ihm wird dann ein guter Schuss brauner Rum zugegeben und eine Sahnehaube aufgesetzt. Aber das alles belebt ja eher, als zum Tode zu führen. Woher also der Name? Die Tante einer Familie auf Föhr, so heißt es, wanderte aus nach Amerika. Als sie starb, wollte sie gern in der Heimat bestattet werden. Da eine reguläre Überführung zu teuer war, wurde die Urne in eine Kiste mit Kakao gepackt. Und selbiger dann, angereichert mit obigen Zutaten, beim Insel-Begräbnis für die Trauergäste zubereitet.

Möwenschiss

Für die Küste Nordfrieslands sind Möwen ebenso typisch wie Leuchttürme und Gegenwind. Aber was haben die Ausscheidungen des heimischen Vogels mit unseren Geschmackspapillen zu tun? Ein kulinarischer Möwenschiss besteht aus vier Komponenten: Mettwurst, Senf, Sahne-

Unten links: Nordfriesische Austern gibt es zum Beispiel beim »Austernmeyer« auf Sylt. Unten Mitte: »Sylter Royal« ist die eingetragene Marke der »Dittmeyer's Austern-Compagnie« auf Sylt – Deutschlands einziger Austernzucht mit eigener Probierstube.



meerrettich und Doppelkorn. Und die Zubereitung ist recht einfach: Zunächst legt man eine Scheibe Wurst auf ein gut gefülltes Glas mit dem klaren Schnaps. Dann kommt jeweils ein Klecks Senf und Meerrettich auf die Wurst. Verzehrt wird das Ganze in umgekehrter Reihenfolge. Inzwischen steht der Begriff Möwenschiss aber auch für friesische Korndestillate – und sogar einen Möwenschiss-Likör gibt es inzwischen.

Biike-Brot (Grünkohlbrot)

Nein, mit einem Fahrrad hat diese Spezialität nichts zu tun. »Biike« bedeutet auf Friesisch »Feuerzeichen«. »Tjen di Biiki ön!« heißt es Ende Februar traditionell auf den Inseln und in vielen Orten an der Nordseeküste, wenn das Feuer zur Austreibung des Winters angezündet wird. Da es aber meist doch noch recht kalt ist an diesem Tag, gibt es zum Biike, bei dem die Umstehenden ihre vertrockneten Weihnachtsbäume, Strandgut und Äste aufgeschichtet haben und mit Fackeln entzünden, auch ein deftiges Grünkohlessen. Die Flammen des Biike und das grüne Wintergemüse inspirierten schließlich auch die friesische Bäckerzunft. Und bald kamen die ersten Biike-Brote aus dem Ofen. Roter Schinken und grüner Kohl sprenkeln den Sauerteig ebenso wie weiße Zwiebelstückchen. Ein deftiges Vergnügen – abgerundet noch durch etwas Schmalz.

Grüner Hering

Frisch, jung, unreif – nicht nur bei Menschen, sondern auch beim Hering steht die Bezeichnung grün für diese Eigenschaften. Ursprünglich

betonte man mit dem Farbattribut den Unterschied zu den konservierten Salzheringen. Allerdings trägt der Atlantische Hering tatsächlich mitunter einen blau- oder graugrünen Schimmer auf seinem Rücken, während Seiten und Bauch silbrig gefärbt sind. Der Schwarmfisch kommt sowohl in der Nord- als auch in der Ostsee vor. Zubereitet werden Grüne Heringe in Norddeutschland traditionell nach »Müllerin-Art« – also in Mehl gewendet und in Butter gebraten. Man serviert sie frisch aus der Pfanne. Legt man sie danach zum Kaltverzehr ein, werden sie als Brathering bezeichnet. Traditionelle Beilagen zu Grünen Heringen sind Bratkartoffeln und gebratene Zwiebelringe; es passen aber auch Salzkartoffeln, Kartoffelpüree oder Kartoffelsalat.

Mädchenröte

Noch bis in die Mitte des vergangenen Jahrhunderts war diese feinschaumige Creme aus Eischnee und rotem Fruchtsaft ein beliebter Nachtisch. Allerdings wurde sie meist nur zu besonderen Anlässen gereicht. Die Zutaten hatte man zwar fast immer im Haus – aber das Aufschlagen des Eiweißes mit dem Schneebesen war mühsam. Dann mussten noch Johannisbeersaft und Zucker untergezogen werden. Zum Schluss stabilisierte mitunter in Saft aufgelöste Gelantine den rosigen Schaum. Ob die Mädchen erst bei seinem Verzehr erröteten oder schon rote Wangen von der Herstellung hatten, ist nicht bekannt. Sicher aber ist, dass die gut durchgekühlte Mädchenröte oft mit Vanillesauce oder Englischer Creme gereicht wurde.

BESUCHEN

Fischhaus Loof



Krabbenfischerei und Nordsee gehören zusammen wie Hafenstadt und Meer. Ob Garnelen, Porren oder Krabben, mit den kleinen Nordseetierchen lässt sich allerlei Köstliches machen: Selbstgepult, im Fischbrötchen oder in maritimen Gerichten gibt es die Husumer Krabben zum Beispiel im »Fischhaus Loof« direkt am Hafen. Hier wird auf zwei Stockwerken sogar das Krabbenpulén für Gruppen angeboten.

Kleikuhle 7,
25813 Husum,
Tel. 04841/2034,
www.fischhausloof.de

Unten rechts: Grüner Hering mit Sauerampfer, roter Zwiebel und Petersilie. In alten Rezepten wird empfohlen, die ausgenommenen Heringe innen mit Essig zu befeuchten. Dies soll den unangenehmen Geruch, der beim Braten von Heringen entsteht, verhindern.

