

Schleswig-Holstein

Die **Gerichte**  
meiner **Kindheit**  
Rezepte und Geschichten



Wartberg Verlag

Annerose Sieck

Schleswig-Holstein

Die **Gerichte**  
meiner **Kindheit**  
Rezepte und Geschichten



Wartberg Verlag

Annerose Sieck

## **Bildnachweis**

Titelfoto: ullstein bild-Oscar Poss

Danker: S. 5, 67, 91; Johannsen: S. 13 oben; Lenschow: S. 19; Jandrey: S. 37, 81; Zauner: S. 49 (2); Möbius: S. 53; Jacobshagen: S. 55; Rehder: S. 61; Sattler: S. 101; Klische: S. 107; Jacobshagen: S. 109; Seismann: S. 115; Wiebke Buschmann: S. 7; Radka Schöne/pixelio.de: S. 9; Stephan Barth/pixelio.de: S. 11 oben; m. gade/pixelio.de: S. 11 unten; Nicolaus Schmidt/wikipedia: S. 13 unten; Jetti Kuhlemann/pixelio.de: S. 16; Susanne Beeck/pixelio.de: S. 25; gänseblümchen/pixelio.de: S. 27; Eric Rockel/pixelio.de: S. 33; Betty/pixelio.de: S. 35; Hannelore Louis/pixelio.de: S. 39; knipseline/pixelio.de: S. 41, 77; ullstein bild-Oscar Poss: S. 43; Ute Mulder/pixelio.de: S. 45; Doris Weiland: S. 47, 79 (beide); Jonathunder/wikipedia: S. 53 (links); Helene Zouza/pixelio.de: S. 75; Sabine Schmidt/pixelio.de: S. 59; Iris Fehske-Egbers/pixelio.de: S. 69; Riki1979/wikipedia: S. 71; Elisabeth Patzal/pixelio.de: S. 75; Maja Dumat/pixelio.de: S. 85; Bobby M/pixelio.de: S. 87; Daderot/wikipedia: S. 93; Sabine Rathmann: S. 97; Ingrid Sattler: S. 99; Klaus Steves/pixelio.de: S. 103; Image Bank Sweden: S. 111; Dieter Schütz/pixelio.de: S. 117; Tila Monto/wikipedia: S. 123; Michael Meinecke/wikipedia: S. 125

Annerose Sieck: 15, 17, 20, 21, 23, 29 (beide), 31, 39 links, 51, 63, 65, 73, 83, 89, 95, 105, 113, 119, 121

1. Auflage 2014

Alle Rechte vorbehalten, auch die des auszugsweisen Nachdrucks  
und der fotomechanischen Wiedergabe.

Satz und Layout: Christiane Zay, Potsdam

Druck: Druck- und Verlagshaus Thiele & Schwarz GmbH, Kassel

Buchbinderische Verarbeitung: Buchbinderei S. R. Büge, Celle

© Wartberg Verlag GmbH & Co. KG

34281 Gudensberg-Gleichen, Im Wiesental 1

Telefon: 0 56 03 - 9 30 50

www.wartberg-verlag.de

ISBN 978-3-8313-2197-1



## Liebe Leserin, lieber Leser,

wie so vieles, geraten auch sie im Laufe des Lebens in Vergessenheit, die Kindheitsgerichte, die unsere Mütter, Väter, Großeltern oder eben andere Menschen, die wir mochten, für uns gekocht oder gebacken haben. Dann fällt uns mit einem Mal eine alte Rezeptkladde oder ein Fotoalbum in die Hände und wir werden in eine Zeit versetzt, in der wir uns behütet und liebevoll umsorgt wussten. Da sind sie wieder – die Gerichte, für die wir alles stehen und liegen ließen. Rezepte, die für das Eingebundensein in regionale Traditionen stehen. Auch wenn unsere Kindheit der Vergangenheit angehört, so können wir mit den Erinnerungen daran ein Gefühl zurückholen, das uns erdet und uns eine völlig neue Beziehung zur Heimat gibt.

Ich möchte mich bei allen Schleswig-Holsteinerinnen und Schleswig-Holsteinern bedanken, die bereit waren, Rezepthefte und Fotoalben herauszukramen, um mich und damit Ihnen einen Blick in ihre Kindheit werfen zu lassen. Ich bin sicher, Sie werden sich so manches Mal wiedererkennen. Und wenn Ihnen Geschichten einfallen, schreiben Sie sie auf, damit sie nicht verlorengehen. Wie sagte der Autor Jean Paul? „Die Erinnerung ist das einzige Paradies, aus dem wir nicht vertrieben werden können.“

Annerose Sieck



# Großmutter's Aalsuppe mit Schwemmkloßchen

## Zutaten

(für 4 Personen)

1 Schinkenknochen (oder 500 g  
geräucherter durchwachsener Speck)

1 Zwiebel

1 Stück Sellerie

1½ l Fleischbrühe

einige Pfefferkörner

250 g entsteinte Backpflaumen

200 g junge Möhren

200 g junge Erbsen

½ Petersilienwurzel

Zucker

Weinessig

200 g geräucherter Aal

1 Bund frische glatte Petersilie

Für die Schwemmkloßchen

125 g Butter

Salz

180 g Mehl

3 Eier

geriebene Muskatnuss

## Zubereitung

Den Schinkenknochen gut abspülen. Mit kaltem Wasser ohne Salz und Gewürze in einen Topf geben, zum Kochen bringen und 10 Minuten leicht köcheln lassen. Den ersten Sud weggießen. Er ist zu salzig und rauchig. Zwiebel und Sellerie schälen. Fleischbrühe mit Pfefferkörnern, Zwiebel und Sellerie zum Knochen geben und köcheln lassen, bis sich das Fleisch vom Knochen löst. Die Backpflaumen in 500 ml Wasser weich garen, aber nicht zerkochen.

Möhren putzen und schälen. Erbsen aus den Schoten lösen. Petersilienwurzel schälen. Das Gemüse in 1 l leicht gesalzenem Wasser garen. (Wegen der unterschiedlichen Garzeiten wird alles getrennt gegart. Auch kann man so die Zusammensetzung der Flüssigkeit individuell regeln. Nicht jeder mag den intensiven Rauchgeschmack und nimmt deshalb lieber etwas weniger Fleischbrühe.)

Den Knochen aus der Brühe nehmen. Das Fleisch ablösen und in Würfel schneiden. Die Gemüsebrühe abseihen. Zwiebel und Sellerie entfernen. Möhren und Petersilienwurzel in Scheiben schneiden. Fleischbrühe, Gemüsegarwasser und Pflaumenwasser nach Geschmack zusammen in einen großen Topf gießen. Fleisch, Gemüse und Backpflaumen hinzufügen. Mit Zucker, Salz und Essig abschmecken.

Zum Schluss den in Stücke geschnittenen Aal dazugeben. Noch einmal kurz erhitzen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen, hacken und zur Suppe geben.

Für die Schwemmkloßchen 180 ml Wasser mit Butter und Salz in einen Topf geben und aufkochen. Das Mehl auf einmal zugeben und die Masse unter ständigem Rühren abbrennen, bis sich der Teig vom Topfboden löst. Den Topf vom Herd nehmen und 1 Ei sofort unterrühren.

Die beiden restlichen Eier nacheinander einrühren. Den Teig nicht kalt werden lassen, sondern sofort mit einem Teelöffel Kloßchen abstechen und im heißen Wasser gar ziehen lassen.

Die Aalsuppe mit den Schwemmkloßchen servieren.



## Klammheimlich genascht

Jedes Jahr im Spätherbst wurde bei uns geschlachtet. Neben leckeren Mettwürsten wurden in der Rauchkate zwei Schinken für uns geräuchert. Wenn dann mit dem Spargel die letzte Scheibe Schinken gegessen war, blieben noch die Knochen übrig. Sie waren die Grundlage für Großmutter's Aalsuppe.

Als wichtigste Zutat gehörten ganz junge Erbsen und Möhren hinein. Sie wuchsen in unserem großen Gemüsegarten und schmeckten uns Kindern roh besonders gut. Wurden wir beim Spielen hungrig, schlichen wir uns in den Garten und pflückten die zarten Schoten. Mit dem Daumen drückten wir die Schoten auf – und vor uns lagen wie Perlen in einer Reihe die süßesten Erbsen. Auch die ersten jungen Möhren ließen wir uns schmecken. Wir zogen sie aus dem Boden, entfernten die Erde, indem wir einmal damit durch das Kraut fuhren und bissen dann in das saftige Gemüse. Immer darauf bedacht, nicht erwischt zu werden. Denn gerade die ersten Erbsen und Möhren waren als Zutat für Großmutter's Aalsuppe sehr wichtig und da hatte sie kein Nachsehen. Uns aber versüßte gerade dieses Heimliche und vermeintlich Verbotene die ohnehin schon leckeren Erbsen und Möhren.

*Silke Danker*

Silke Danker naschte gern heimlich junge Erbsen und Möhren aus dem Garten – zum Ärgernis ihrer Großmutter.

# Dithmarscher Meelbüdel

## Zutaten

(für 6 Personen)

120 g Butter

6 Eier

375 ml Milch

1 Prise Salz

etwas abgeriebene Zitronenschale

630 g Mehl

1 TL Backpulver

1 Stück Schweinebacke oder  
geräucherter durchwachsender Speck

## Zubereitung

Die Butter in einem kleinen Topf zerlassen. Eier trennen. Eigelb und Milch in einer Rührschüssel verrühren (am besten mit einem Handmixer). Die zerlassene Butter hinzufügen und unterschlagen.

Salz, Zitronenschale und Mehl mit dem Backpulver vermengen und portionsweise unter das Milchgemisch arbeiten. Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unterheben.

Ein Mehlbeutel (ein Geschirrhandtuch oder noch besser eine Stoffwindel) mit Mehl bestreuen, den Teig daraufgeben und über Kreuz zusammenknoten. Zwei Kochlöffel über Kreuz durch die Öffnungen stecken und anschließend den Beutel über einen Topf mit kochendem Wasser hängen. Die Schweinebacke (oder Speck) kocht im gleichen Topf mit. Die Kochzeit beträgt 2 Stunden, eventuell auch etwas länger. Die Schweinebacke wird aufgeschnitten und mit Kirschoße gereicht.





## Wenn es Bühsmelk gab ...

Als ich gefragt wurde, ob ich nicht ein für mich besonders leckeres Gericht aus meiner Kindheit wüsste, fiel mir sofort der „Mehlbeutel“ ein. Ja, und so wurde ich plötzlich gedanklich um viele Jahre zurückversetzt.

Wenn unsere Nachbarin Lenchen verkündete, dass es „Bühsmelk“ (Biestmilch, die Erstmilch der Kuh) gab, dann wusste ich, dass es am nächsten Mittag Mehlbeutel mit Kirschoße gibt.

Nach Schulschluss lief ich schnell nach Hause, um ja den Anschnitt nicht zu verpassen. Lenchen und ihr Sohn Uwe saßen meist schon erwartungsvoll am Tisch, wenn ich zu Hause ankam. Mutter stand am Herd und hob den Mehlbeutel aus dem Wasser. Der durchwachsene Speck war aufgeschnitten, die Kirschoße stand auf dem Tisch. Jetzt war der große Augenblick gekommen: Mutter öffnete das Tuch und nahm den dampfenden Mehlbeutel heraus. Nun bekam jeder zunächst eine Scheibe, die Kirschoße wurde darübergegossen und der Speck an die Seite gelegt. Ich zog es jedoch vor, meinen Mehlbeutel nur mit Kirschoße zu essen.

Der Rest, der übrig blieb, wurde am nächsten Tag in Scheiben geschnitten, in Butter gebraten und mit Sirup gegessen. Noch heute läuft mir das Wasser im Mund zusammen, wenn es Mehlbeutel gibt. Heute wird in manchen Restaurants in Eiderstedt dieses alte Gericht wieder serviert.

*Wiebke Buschmann*

Heute wird der Meelbüdel in vielen Restaurants Schleswig-Holsteins wieder serviert.

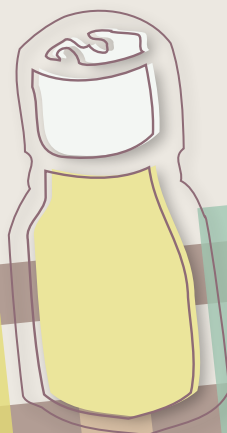


# Abendkater

## Zutaten

(für 6 Personen)

1 Würfel frische Hefe (42 g)  
125 g Zucker  
500 g Mehl  
1 Prise Salz  
2 Eier  
80 g Butter  
ca. 200 ml Milch  
250–300 g geräucherter  
durchwachsener Speck in Scheiben  
2 kg Birnen (frische oder  
eingekochte)



## Zubereitung

Die Hefe mit 1 Esslöffel vom Zucker in einer Tasse verrühren. Mehl, Salz und restlichen Zucker in eine Rührschüssel geben. Eier hinzufügen und die Zutaten vermengen.

Butter und Milch in einen Topf geben, lauwarm erhitzen und zum Teig geben. Jetzt die angerührte Hefe unterarbeiten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich sein Volumen deutlich vergrößert hat.

Den Boden und die Seiten einer Auflaufform mit den Speckscheiben auslegen. Frische Birnen schälen, halbieren und entkernen. Mit der Wölbung nach oben auf den Speck legen. Den Hefeteig noch einmal gut durchrühren, dann auf die Birnen geben und glatt verstreichen. Nochmals 20 Minuten gehen lassen.

Den Abendkater im vorgeheizten Backofen bei 190–200° C 60–70 Minuten backen.

Dazu isst man als Soße angedickten Birnensaft.



## Katze am Abend ...

„Een morgens fröh singt, den holt abends de Katt (Vögel, die früh singen, holt abends die Katze)“, sagte meine Vater immer zu uns, damit wir mit unseren Kräften besser haushalten. Aber wir Kinder konnten gar nicht anders, als schon morgens zu singen. Es kam einfach so aus uns heraus. Und wenn „de Katt“ in Form des Abendkaters zu uns kam, sollte es uns nur recht sein!

Ende der 50er-, Anfang der 60er-Jahre veränderte sich auch bei uns allmählich die landwirtschaftliche Arbeit. Statt der Pferde erledigten nun Traktoren, Mähdrescher und Niederdruckpressen die Erntearbeit. Bei der Ernte halfen wir Kinder mit, denn die Arbeit fand in den Sommerferien statt. Wir fuhren die Traktoren auf dem Feld, packten die Strohballen, die von den Männern mit der Forke aufgestakt wurden, auf die Anhänger. Es bedurfte viel Geschick, den Hänger gerade zu packen. Packte man schief, konnte nicht nur die Fuhre umkippen, sondern der ganze Hänger.

Auch in der Scheune packten wir im Fach. Da wir kleiner als die Männer waren, war unser Platz ganz oben unter dem Dach. Dort mussten wir die letzten Schichten verstauen. Es war heiß, stickig und staubig da oben. Wir halfen gerne, nur das Gerstenstroh, das hassten wir. Die Eilen piekten, verursachten einen Juckreiz, und der schweißdurchtränkte Staub klebte am ganzen Körper. Abends liefen wir dann schnell zum Badese, der nur einen Kilometer entfernt lag. Abgekühlt und erfrischt traten wir meist singend den Heimweg an. Wir freuten uns auf das Abendbrot. Wegen der Wärme gab es mittags oft nur Rote Grütze mit Milch, Zwieback mit Milch oder Pellkartoffeln mit Quark und grünen Salat. Abends wartete etwas Warmes auf unsere hungrigen Mägen. Meist waren es Bratkartoffeln, aber wenn wir Glück hatten, der Abendkater. Danach waren wir pappsatt, glücklich und hundemüde.

*Silke Danker*

„Een morgens fröh singt, den holt abends de Katt!“ In Form des „Abendkaters“ konnte uns Kindern das nur recht sein. Wir liebten dieses Essen!

# Weitere Bücher aus der Region



**Grenzg Geschichten – Mecklenburg-Vorpommern,  
Schleswig-Holstein, Hamburg  
Vom Mauerbau zum Mauerfall**  
Ulrich Grunert  
80 Seiten, zahlr. Fotos  
ISBN: 978-3-8313-2219-0



**Weihnachten in Schleswig-Holstein  
Besinnliche und fröhliche Geschichten**  
Karl-Heinz Groth  
80 Seiten, zahlr. Fotos  
ISBN: 978-3-8313-2411-8



**Kiel – Geschichten und Anekdoten  
Kleiner Kiel(er) ganz groß**  
Karl-Heinz Groth  
80 Seiten, zahlr. Fotos  
ISBN: 978-3-8313-2215-2



**Aufgewachsen in Flensburg  
in den 40er & 50er Jahren**  
Brigitte Cleve  
64 Seiten, zahlr. Fotos  
ISBN: 978-3-8313-2014-1

# Schleswig-Holstein

## Die Gerichte meiner Kindheit

Kindheit – das sind Omas weltbeste Kartoffelpuffer und der unvergleichliche Butterkuchen, den die Mutter in den Backofen schob. Das sind der „Kalte Hund“ zum Geburtstag, die Plätzchen zu Weihnachten und der sonntägliche Hefezopf. Selbst Jahrzehnte später denken wir mit einem wohligen Zuhause-Gefühl an die Gerichte zurück, die uns in jungen Jahren Momente der Geborgenheit schenkten. Denn sie sind viel mehr als nur ein Lieblingsessen. Sie sind unsere Wurzeln und damit auch ein Stück Heimat.

Können Sie sich noch erinnern, was Ihnen besonders gut geschmeckt hat und Sie seitdem vielleicht nie wieder so gegessen haben? Wir möchten mit diesem Buch nostalgische Erinnerungen wecken und das eine oder andere Rezept aus Kindertagen wieder aufleben lassen. Die Historikerin und Journalistin Annerose Sieck hat sich in Schleswig-Holstein auf Spurensuche begeben und zusammengetragen, was Freunde, Familie, Landfrauen und viele andere zu berichten wussten. Emotionale Geschichten und bodenständige, mitunter recht eigenwillige Küchenkreationen aus dem Land zwischen den Meeren erzählen von meist guten Zeiten, aber auch von Zeiten, in denen Schmalhans Küchenmeister war. Vielleicht ist ja auch das Rezept dabei, das Sie schon so lange suchen?



**Wartberg Verlag**



ISBN 978-3-8313-2197-1



9 783831 321971

€ 16,90 (D)