Allens is vergäten

Allens is vergäten,
wat mi Dags hätt quält,
wenn uns Noawer obends
sine Treckfidel spält.
Buten still is worden,
Dörp un Hoff und Huus.
Hen und her in Schummern
schütt de Fledermuus.
Uk de Sünn güng schlopen,
ut de Wisch steeg Doak,
sachting trekt de Käulung
över Feld un Broak.
Un mi is so selig,
as wenn nix mi fehlt,
wenn uns Noawer owends
sine Treckfidel spält.

Pommersche Volksweise

Hannelore Doll-Hegedo

Pommern

Rezepte, Geschichten und historische Fotos

Bassermann

Kleines pommersches Wörterbuch

Bohnenkraut	Pfefferkraut
Eierpfannkuchen	Eierkuchen
Eintöpfe	Zusammengekochtes
Gänsebrust	Spickbrust
Gehacktes	Schabefleisch
Graupen	Kälberzähne
Holunderbeeren	Fliederbeeren
junge Möhren	Rübchen
Kanehl	Zimtstange
Kartoffelklöße roh	Grüne Klöße
Kartoffeln	auch Nudeln oder Erdäpfel
Kartoffelpfannkuchen	Kartoffelkuchen
Knust (Brot)	Kanten
Kohlrüben	Wruken
Kruste	Kürste
Mehlklümpchen	Klieben oder Klackerklieben
Möhren	Mohrrüben
Pimentkörner	Gewürzkörner
Räucheraal	Spickaal
Räucherflundern	Spickflundern
Rinderbrühtopf	Suppkartoffeln
Salzbrötchen	Salzkuchen
Schwäser/Bries	Kalbsmilch

Inhalt

Allens is vergäten 4

Kleines pommersches Wörterbuch 6

Vorwort 8

Die Rezepte

Suppen und Zusammengekochtes 10

Allerlei Fisch 20

Kartoffelgerichte 36

Gänsegerichte 42

Rind-, Schwein und Schaffleisch 54

Wurstspezialitäten 62

Wild 66

Klöße, Tollatschen und Rübenkreude 74

Süßspeisen 80

Kuchen und Gebäck 90

Getränke 112

Rezeptverzeichnis nach Kapiteln 118

Alphabetisches Rezeptverzeichnis 120

Karte von Pommern 122

Impressum 124

Liebe Freunde pommerscher Kochkünste

Ein Schlemmerparadies war's nicht, unser Pommerland, aber trotz der bescheidenen Küche, die ja dem Charakter und Geldbeutel seiner Agrarbewohner entsprach, wusste man doch, was schmeckte.

Und so etliche echt pommersche Gerichte, die man vor Jahrzehnten in anderen Gauen – deren Küche damals ja auch um einiges bescheidener war – aus Unkenntnis absolut verschmähte, wurden nach 45 einfach annektiert. Pommerns frühere Bewohner verteilten sich auf die ganze jetzige Bundesrepublik, mit Schwerpunkt Schleswig-Holstein. Pommerns Hausfrauen kochten vieles weiterhin so, wie sie es gewohnt waren. Ihre Kinder übernahmen einen großen Teil, die Rezepte wurden vererbt und haben sich erhalten und werden es auch weiterhin tun.

Ein gutes Beispiel dafür fällt mir ein. Auf Rezeptrecherche sprach ich einmal mit dem von der „Guldenburg"-Fernsehserie weithin bekannt gewordenen Besitzer des Schlosses Wotersen im Kreis Lauenburg, Nikolas Graf Bernstorff. Er hat eine pommersche Wirtschafterin aus der Umgebung des gleichnamigen Städtchens wie in Schleswig-Holstein, Lauenburg in Pommern. Und was machte sie zu einem von Bernstorffs Lieblingsessen? Gefüllte Schweinerippe! Vorher in seinem Umkreis weitgehend unbekannt.

Am leichtesten ist man natürlich altpommerschen Gerichten auf der Spur, wenn sie den Namen wie eh und je halten: Pommersche Gänsebrust, die wir Spickbrust nennen, Rügenwälder Teewurst, Pommersche Lungwurst, die man im schleswig-holsteinischen Raum mancherorts noch einkaufen kann, dann aber oft mit der falschen Bezeichnung Lungenwurst, Pommersche Leberwurst, Krautwurst usw. Die meisten dieser Köstlichkeiten bekamen ihren typischen Charakter durch Verwendung der Kräuter Thymian und Majoran. Dass sie heutzutage überall bekannt sind, tut der Tatsache keinen Abbruch, dass sie damals außerhalb unserer Heimat so gut wie unbekannt waren.

Viele Rezepte sind es wert, erhalten zu bleiben. So manche junge heutige Köchin kann sie ausprobieren und, wenn Gefallen daran gefunden wird, sie weiterhin nutzen. Die meisten Zutaten bekommt man leicht bei unserem vielfältigen Lebensmittelangebot. Die Seltenheiten reizen den kreativ Kochenden, ob Mann oder Frau, sicher auch zur Selbstherstellung, wie z. B. Fliederkreude.

Wer sich mit der Kochkunst beschäftigt, weiß, dass ein genaues Rezept, an zwölf verschiedene Köche ausgegeben, zwölf verschiedene Gerichte ergibt. Denn jeder schmeckt anders ab. Sein Werk muss man ganz individuell sehen. Eine Prise ist eben nicht eine Prise. Und ein paar Tropfen sind nicht ein paar Tropfen. Die Mengen Salz, Zucker, Pfeffer, Muskat sind eben Geschmacks-sache. Für den Koch wie für den Esser. Nun zeigen Sie mal, was Sie können! Oder frischen Sie „geschmorte Erinnerungen“ auf.

Es wünscht Ihnen viel Spaß und ein gutes Gelingen und natürlich die dank-bare Anerkennung der Tischrunde.

Ihre *Hannelore Doll-Hegedo*

Blick auf Lauenburg

Gebrannte Grießsuppe

2 EL Grieß (Hartweizen)
1 EL Butter
1 l Fleischbrühe
1 Eigelb
Salz
Gehackte Kräuter: Petersilie, Kerbel, Schnittlauch

Den Grieß in der Butter hellgelb rösten, mit der Brühe auffüllen. 10 Minuten kochen, mit dem verrührten Eigelb legieren, die Kräuter drangeben.

Süße Nudelsuppe

1 l Milch
Zucker nach Geschmack
150 g kleine Nudeln
etwas Salz
Vanillezucker

Man kocht die Milch auf, gibt Salz und Zucker hinein und in die aufkochende Milch die Nudeln. Sie werden auf kleiner Flamme mindestens 8 bis 10 Minuten gekocht. Die Nudeln dürfen keinen Biss mehr haben, sondern müssen die Suppe recht sämig werden lassen. Zum Abschmecken noch ein Päckchen Vanillezucker zugeben.
Mit weniger Milch gekocht isst man die Nudeln als Brei, ebenfalls heiß, und streut Zucker und Zimt darüber.

Pommersche Kartoffelsuppe

1 kg Kartoffeln
1 Bund Suppengrün
1 kg krause Knochen (die Knochen einer Bratgans oder -ente!)
Kräuter nach Geschmack: Petersilie, Thymian, Kerbel
pro Person ein oder zwei Würstchen

Die Knochen werden ausgiebig gekocht. In dieser Brühe, die besonders gut aus Bratenknochen schmeckt, werden das geschnippelte Suppengrün und die Kartoffeln gekocht. Die Lauchstücke kommen zuletzt hinzu. Abgeschmeckt wird mit Salz, einer Prise Zucker und eventuell etwas Pfeffer. Wer es gern hat, passiert die Masse durch ein Sieb. So oder so werden die Würstchen in der Suppe heiß gemacht und die gehackten Kräuter darübergegeben. Auch in Butter gebräunte Weißbrotwürfel oder Speckwürfel schmecken darübergestreut gut.

Kürbissuppe

750 g geschälter, gewürfelter Kürbis
½ l Milch • 1 l Wasser
150 g Rosinen
1 EL Zucker • Salz
1 EL Stärkemehl
gehackte Mandeln
2 Eigelb

Der Kürbis wird im Wasser weich gekocht und durch ein Sieb gerührt. Die Milch kocht man auf, gibt den Kürbisbrei darein und schmeckt die Suppe, die auch ohne Rosinen bekannt ist, mit Zucker und Salz ab und dickt sie mit dem Mehl, verrührt mit dem Eigelb, an.
Man kann sie mit gemahlenem Ingwer verfeinern.

Am Marktplatz von Treptow an der Rega.

Biersuppe

½ l Milch
½ l Malzbier
3 Eigelb
1 EL Mehl
1 TL Zucker
Salz • etwas Zimt

Die Milch wird aufgekocht und mit dem in Wasser angerührten Mehl angedickt. Dann wird das Bier dazugegossen (früher nahm man selbstgebrautes Bier) und die Suppe weiter erwärmt, aber nicht gekocht. Man schmeckt sie mit Zucker, Salz und Zimt ab, rührt die Eigelbe darunter und lässt die geschlagenen Eiweiße, mit dem Teelöffel abgestochen, als kleine Klößchen darauf gar ziehen. Auch statt Mehl zum Andicken geriebenes dunkles Brot zu nehmen, war beliebt. Meist wurde die Suppe warm gegessen. Doch auch gekühlt im Sommer hatte sie Liebhaber.

Kliebensuppe

2 l Vollmilch
4–5 EL Mehl
4–5 EL Zucker
1 Prise Salz • 1–2 Eier

Man gibt in eine Schüssel das Mehl und den Zucker (nach Geschmack) und gießt ein wenig Milch darüber. Mit Gabel oder Löffel vermischt und zerdrückt man das Ganze zu einer krümeligen Masse, die aber trocken sein muss. Wer die Klieben lieber härter mag, füllt statt Milch lieber die Eier in das Zuckermehl. Ohne Eier sind sie weicher. Nun bringt man die Milch zum Kochen und lässt die Klieben nacheinander hineinrieseln. Nach einigen Kochminuten ist eine sämige Milchsuppe fertig.
Klackerklieben, Klüber, Klüten. So nannte man sie in den verschiedenen pommerschen Landschaften und aß sie gern nach Matjes mit Pellkartoffeln oder zum Abendbrot.

Zusammengekochtes mochten die Pommern besonders gern. Dabei kochten sie Weißkohl, Wirsingkohl und grüne Bohnen am liebsten mit Hammelfleisch. Wruken, Erbsen und Bohnen mit Schweinefleisch und Brühkartoffeln, Gemüsetopf und Kohlrabi mit Rindfleisch. Zu grünen Bohnen, jungen Erbsen und Kohlrabi gibt man ⅓ Mohrrüben. Erbsen, Bohnen und Wruken wurden mit Thymian (eventuell Majoran) gekocht. Weißkohl, Wirsingkohl, Kümmelkartoffeln brauchten Kümmel. Und alle Gerichte wurden durch das Mitkochen von mehligen Kartoffeln sämig.

Pommersche Bohnensuppe

325 g weiße Bohnen (tags zuvor eingeweicht)
600 – 750 g Gänseklein
Salz
Pfeffer
Petersilie
1 EL Thymian (mancherorts Majoran)
500 g Kartoffeln

Das geputzte Gänseklein in gesalzenem Wasser aufsetzen, nach einer Viertelstunde die Bohnen zutun und beides weich kochen. Mit einem Stampfer die Bohnen zum Teil zermusen. Dann die geschälten, gewürfelten Kartoffeln darin gar kochen. Petersilie zum Servieren überstreuen. Dieses Zusammengekochte wurde auch mit Rindfleisch oder Hammelfleisch gekocht. Man reichte ein wenig Mostrich dazu.

Kümmelkartoffeln

375 – 500 g Hammelfleisch (möglichst Bauch)
1 EL Kümmel • 375 g Zwiebeln • Salz • 1 kg Kartoffeln

Die Zwiebeln werden gewürfelt und mit dem Kümmel, dem Salz nach Geschmack und dem Hammelfleisch gekocht, bis das Fleisch weich genug ist. Es wird herausgenommen und in mundgerechte Stücke geschnitten. Die geschälten und klein geschnittenen Kartoffeln werden in der Brühe gegart und das Fleisch wieder hineingegeben.
Wer das Gericht als Zusammengekochtes nicht mag, kocht Salzkartoffeln extra dazu.
Zu beachten ist, dass man Hammelfleisch einkaufen sollte und nicht Lammfleisch. Es schmeckt kräftiger. Schließlich will man ja auch nicht nur Kalbsbraten essen, sondern auch gern Rinderbraten. Auch die Menge Zwiebeln/Fleisch 1:1 ist für den Geschmack wichtig.

Dramburg: Markt und Kirche.

Ein pommerscher Schäfer mit seiner Herde.

Grüne-Bohnen-Eintopf

500 g grüne Bohnen
500 g Mohrrüben
375 g Hammelfleisch
1 Zweig Pfefferkraut
1 Bund Petersilie
Salz
Pfeffer

Die gewaschenen Bohnen werden, wenn nötig, von den Fäden befreit, halbiert und mit dem Fleisch gekocht. Die Mohrrüben, in Scheiben geschnitten, gibt man in der letzten halben Stunde zu und die geschälten halbierten Kartoffeln zehn Minuten später. Das Pfefferkraut kocht von Anfang an mit.

Kohlrabitopf

pro Person 1 Kohlrabi
275 g Fleisch (am besten vom Rind oder Hammel)
einige Mohrrüben
Salz und Pfeffer nach Geschmack

Von den jungen Kohlrabiknollen wird das Grünzeug abgeschnitten und klein gehackt. Die Knollen werden geschält und in Stücke geschnitten. Das Fleisch wird mit Salz aufgesetzt und halbweich gekocht, dann fügt man das Gemüse zu, die Mohrrüben in Scheibchen geschnitten. In den letzten 20 Minuten werden die klein geschnittenen Kartoffeln zugefügt, das gehackte Grünzeug kurz mitgekocht. Man kann das Essen mit heller Schwitze ansämen und Sahne zugießen, aber auch die Flüssigkeit reduzieren und die Kartoffeln das Zusammengekochte sämen lassen.

Pommersche Erbsensuppe

350 g gelbe getrocknete Erbsen (keine Schälerbsen)
1 Bund Suppengrün
mehrere Speckschwarten
200 g durchwachsener Speck
1 Schweineschwanz oder 2 Ohren oder 1 Eisbein
Thymian • Salz • Pfeffer
1 kg Kartoffeln

Die Erbsen werden über Nacht in kaltem Wasser eingeweicht. Tags darauf werden sie mit dem Fleisch auf kleiner Hitze gegart. Eine halbe Stunde wird das klein geschnittene Suppengrün mitgekocht. Die letzten 25 Minuten kocht man die gehälfteten mehligen Kartoffeln mit. Gesamtgarzeit je nach Erbsen mindestens 2 Stunden, eventuell länger. Das gekochte Fleisch wird am besten herausgenommen, in mundgerechte Stücke geschnitten und wieder in die Suppe getan. Den Thymian, möglichst frischen, nicht vergessen. Als Sträußchen von Anfang an mitgekocht, nimmt man ihn auch heraus, gerebelt bleibt er in der Suppe. Dieser Suppentopf ist so recht etwas für kühle Tage. Abschmecken mit Salz und etwas Pfeffer.

Wrukentopf

1 große Wruke • 1 TL Zucker
1 große Zwiebel oder mehr
250 g Schweinebauch, klein geschnitten
Thymian • Salz • Pfeffer
1 kg Kartoffeln

Die Wruken werden geschält, in kleine Würfel geschnitten und in dem Topf mit dem karamellisierten Zucker mehrfach geschwenkt. Man gießt Wasser auf, gibt die klein geschnittene Zwiebel, Schweinebauch, Salz, Pfeffer und Thymian hinein und kocht das Gemüse weich. Zuletzt die klein geschnittenen Kartoffeln zutun. Sie machen den Eintopf sämig.

Zwar meinte der Mecklenburger Fritz Reuter einmal in einem scherzhaften Gedicht über Pommern:

„De pommersch Bur, de is to kenn,
wenn hei't Gewehr fött bi dat Enn,
wenn hei de Kolben fluschen lett
un – wenn hei dicke Arften frett …"

Die pommerschen Erbsen, das wollen wir mal festhalten, waren aber auch besonders schmackhaft, gelb, mehlig und voller Würze. Vielleicht ist es typisch für den pommerschen Bauern, aber allein von Erbsen hat er sich nicht ernährt. Dafür stehen die vielen Rezepte, die man, hier aufgeschrieben, auch anderen empfehlen kann.

Ess- und Trinkfreudigkeit jedenfalls gehörten zu den Pommern. Das sagte man ihnen überall nach. Brot und Kartoffeln, auf diese beiden Nahrungsmittel wollte und konnte er nicht verzichten. Reis gab's meist als Milchreis oder Brühreis in der Suppe. Und Nudeln auch fast nur süß. Echt bodenständige Gerichte fallen mit Reis und Nudeln aus.

Blick auf die Stadt Deutsch Krone.

Stralsunder Bratheringe

1 kg Heringe (grün), Köpfe und Flossen entfernt
1 große Zwiebel
⅛ l Essig, wer's nicht so sauer mag, darf mit ein wenig Wasser strecken
2 EL Mehl oder Paniermehl • Öl oder Margarine zum Braten
Salz • Pfeffer • Gewürzkörner (Piment) • 1 Prise Salz

Blick auf Stralsund.

Die Heringe werden ausgenommen, gesäubert, gesalzen und gepfeffert. Man wälzt sie in Mehl oder Paniermehl und legt sie in das erhitzte Fett in der Pfanne. Einige Minuten, nachdem sie gebräunt sind, auf beiden Seiten garen (auf kleiner Flamme).
Inzwischen bereitet man eine Marinade aus dem Essig mit den Gewürzen und schichtet die heißen Heringe abwechselnd mit der in Scheiben oder Ringe geschnittenen Zwiebel in eine Schüssel. Man kennt die Zubereitung auch, statt nur mit Essig, mit einer Mischung aus Essig und hellem Bier.
Die Heringe ziehen einen Tag, vielleicht auch zwei bis drei, in der Marinade, bevor sie mit Bratkartoffeln serviert werden.

Heringshoppelpoppel

Rogen und Milch aus den grünen Heringen
1 Zwiebel, Größe nach Menge der Innereien
Pfeffer
Salz nach Geschmack
Bratfett nach Wahl

Die Zwiebel wird in Stückchen geschnitten und in der Pfanne mit dem Fett gebräunt. Die gewaschenen und getrockneten Rogen und Milch werden gesalzen und gepfeffert, eventuell in etwas Mehl gewälzt und zu den gebräunten Zwiebeln in der Pfanne getan. Bei kleiner Flamme oder Hitze alles zusammen garen lassen bis es zartfest ist. Häufig umrühren.
Das Hoppelpoppel schmeckt zu Bratkartoffeln oder Weißbrot, am besten mit Tomatensalat.

Heringe, roh eingemacht

Die Heringe werden geschuppt und ausgenommen, indem man den Kopf abschneidet und damit das Eingeweide herauszieht, dann gewaschen. Wasser und Essig, je zur Hälfte, werden mit reichlich Zwiebeln und Nelkenpfeffer sowie etwas schwarzem Pfeffer aufgekocht. Die Brühe gießt man über die Heringe und lässt sie darin 2 bis 3 Stunden liegen. Ein ausreichend großer Steintopf oder ein Glashafen nimmt nun eine Schicht Lorbeerblätter auf, über die man eine Mischung aus grobem Nelkenpfeffer, etwas gestoßenem Rosmarin, etwas schwarzem Pfeffer und Salz streut. Abwechselnd werden eine Schicht Heringe und etwas von der Gewürzmischung eingeschichtet. Zum Schluss gießt man von der Brühe ein wenig darüber, gibt obendrauf einige Lorbeerblätter und belegt die Mischung mit einem Deckel, der mit einem Stein beschwert wird. So verschlossen lässt man die Fische 14 Tage stehen. Sie sind nun zum Verzehr fertig und werden mit Essig serviert.

Gebratene Fischklopse

500 g Fischfleisch, frisch oder gekocht (Reste!)
3 harte Brötchen
1 Zwiebel
2 Eier
2 EL Butter
Salz
Pfeffer
3 EL Paniermehl oder Weizenmehl
Bratfett (Margarine oder Butterschmalz oder Schmalz)

Die Brötchen einweichen und mit dem Fisch durch den Fleischwolf geben. Die Zwiebel fein hacken und mit den Eiern unter die Fischmasse kneten. Ebenfalls die weich gemachte Butter. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Flache Klopse daraus formen und im Paniermehl wälzen. Auf beiden Seiten im erhitzten Fett goldgelb abbacken.
Die Klopse schmecken gut zu warmem oder kaltem Kartoffelsalat oder Brot.

Da fällt mir ein kleines Erlebnis an der Nordseeküste ein. An einer Fischbude entschied sich eine mundartlich deutlich erkennbare süddeutsche Familienmutter zum Kauf von Fischbuletten. Doch sie waren ihr offensichtlich unbekannt und sie fragte den Verkäufer: „Wie isst man denn die? Mit Brot?“
„Wiese Brot“, antwortete der Fischmann, „da ist doch genug Brot dran!“

Bückling mit Rührei

Für eine Person
1 Zwiebel
1 Bücklingsfilet
Bratfett
Salz
Pfeffer
2 Eier
1 Schwarzbrotscheibe (auch mit Toast gut)
Dill oder Petersilie, fein gehackt

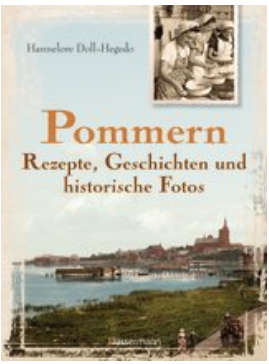
Die fein gehackte Zwiebel wird im Bratfett hell gebräunt. Das Bücklingsfilet wird oben draufgelegt und noch einige Minuten in der Pfanne gelassen bei schwacher Hitze.
Die verquirlten Eier werden um das Filet herum gegossen und gestockt. Zum Servieren auf dem Brot werden ein bisschen weißer Pfeffer und gehackte Kräuter übergestreut.
Soll das Bücklingsrührei zur Hauptmahlzeit werden, nimmt man mehr Bückling und Eier und reicht das Essen mit Bratkartoffeln und gemischtem oder grünem Salat.

Grüner Salat mit Sahnesoße

Süße Sahne wird mit Zitronensaft und Zucker verrührt und über den gewaschenen Salatblättern verteilt. Petersilie oder Dill darüber streuen.

Bassermann

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Pommern - Rezepte, Geschichten und historische Fotos

Gebundenes Buch, Pappband, 128 Seiten, 17,0 x 23,0 cm
ISBN: 978-3-8094-2772-8

Bassermann

Erscheinungstermin: November 2010

Damit es schmeckt wie einst in der Heimat

Für Eingeweihte ein unvergessener Genuss, und für Neuentdecker ein wahrer Schatz unverfälschter Hausmannskost: Schmorwurst mit Salzkartoffeln, Stukkartoffel, Pommersches Gänseklein und Hefeklößchen sind nur vier Beispiele aus diesem wunderbaren Buch. Hannelore Doll-Hegedo serviert in diesem Buch die besten Rezepte aus Pommern, erzählt kleine Geschichten rund ums Essen und gibt auch so manches mundartliche Beispiel. Historische Fotos der Region und ihrer Menschen runden das Bild ab.

Der Titel im Katalog