

Herbert W. Rhein  
Annegret Weilandt

# Sonntags *auf dem Land*

Herzhaft kochen und genießen in ländlicher Tradition

mit Fotografien von  
Wolfgang und Christel Feiler

 Bassermann

# Inhalt

Die Königinpastete  
ist ein Klassiker der  
Vorspeisen.



|         |   |
|---------|---|
| Vorwort | 6 |
|---------|---|

## Vorspeisen aller Art 8

Klassiker wie Cremesuppen, die  
traditionelle holsteinische Hochzeits-  
suppe sowie Terrinen, Pasteten und  
andere Köstlichkeiten

## Hauptgerichte mit Fleisch 22

|              |    |
|--------------|----|
| Schweinernes | 24 |
|--------------|----|

Vom Schweinebraten über Schinken-  
braten im Kräutermantel und Eisbein  
mit Sauerkraut bis hin zu Lendchen  
mit Rotweinpflaumen

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Gerichte<br>mit Rindfleisch | 30 |
|-----------------------------|----|

Rinderbaten, Rouladen & Beefsteak –  
und natürlich einen Tafelspitz

|               |    |
|---------------|----|
| Kalbsgerichte | 38 |
|---------------|----|

Mager und bekömmlich – Braten,  
Koteletts und Frikassee

|                            |    |
|----------------------------|----|
| Köstlichkeiten<br>mit Lamm | 44 |
|----------------------------|----|

Gebeizter Rücken, Ragout und Keule



Knuspriger Gänsebraten mit Speckbohnen und  
Salzkartoffeln als Festtagsgericht.

|                     |    |
|---------------------|----|
| Geflügelvariationen | 50 |
|---------------------|----|

Hahn, Huhn, Pute, Gans und Ente –  
und für Gourmets Fasan, Wachteln  
und Tauben

## Hauptgerichte mit Fisch 66

Als Suppe, aus der Pfanne oder dem  
Kochtopf, eingelegt und mariniert –  
Fisch, der nordische Klassiker



Rehrücken kombiniert mit Birnen, Preiselbeeren  
und Pfifferlingen.

## Süßspeisen und Desserts 128

Cremes, Mousses und Kaltschalen,  
Gelees, Aufläufe und Grützen –  
Delikates zur Abrundung Ihres  
Menüs

## Grundrezepte 158

Zum Vergewissern, Nachsehen und  
sich kundig machen – Grundlagen der  
guten Küche

Rezepteregister 172

Über dieses Buch 174

## Hauptgerichte mit Wild 82

Hirsch, Reh, Wildschwein und Hase –  
herzhafte und pikante Gaumen-  
freuden

## Gerichte für jeden Tag 104

Deftige Suppen und Eintöpfe,  
Schnelles aus der Pfanne, Süßspeisen-  
gerichte und Aufläufe – mit Gemüse,  
Fleisch und Eiern



Süße Verführung  
zum Abschluss –  
Grießflammeri  
mit Fruchtsauce.







# Vorwort

Die Landhausküche richtet sich an alle Liebhaber einer gesunden, herzhaften, traditionellen Küche. Grundlage dieser Küche ist die überwiegende Verarbeitung von frischen, heimischen Zutaten, so wie es auch heute noch auf dem Land vielfach üblich ist. Verfügen Sie nicht über einen eigenen Gemüse- oder Kräutergarten, sollten Sie die Zutaten auf dem Markt oder in entsprechenden Geschäften frisch kaufen.

Die aufgeführten Rezepte sind zum Teil schon seit Generationen überliefert. Sie wurden von uns den heute erhältlichen Zutaten und üblichen Essgewohnheiten angepasst. Früher wurden z. B. Schweine bis auf vier Zentner gemästet, bevor sie geschlachtet wurden. Sie waren dadurch älter, fester im Fleisch und wesentlich fetter als die heutigen Zwei-Zentner-Schweine. Sie mussten deshalb länger gebraten und intensiver gewürzt werden.

Die Rezepte sind so aufgebaut und die Zubereitung der Hauptspeisen ist so detailliert beschrieben, dass sie auch ein im Kochen Unerfahrener problemlos zubereiten kann. Am Ende der Rezepte sind die zu der Hauptspeise passenden Beilagen aufgeführt. Sie können einzeln oder in Kombination miteinander serviert werden. Da sich die Beilagen bei vielen Speisen wiederholen, haben wir ihre Zubereitung einmalig im Kapitel »Grundrezepte« beschrieben.

Neben den Rezepten enthält das Kochbuch eine Reihe von Tipps. Darunter sind hausfrauliche Hinweise zu verstehen, die Ihnen die Zubereitung oder die Zusammenstellung von Gerichten erleichtern sollen.

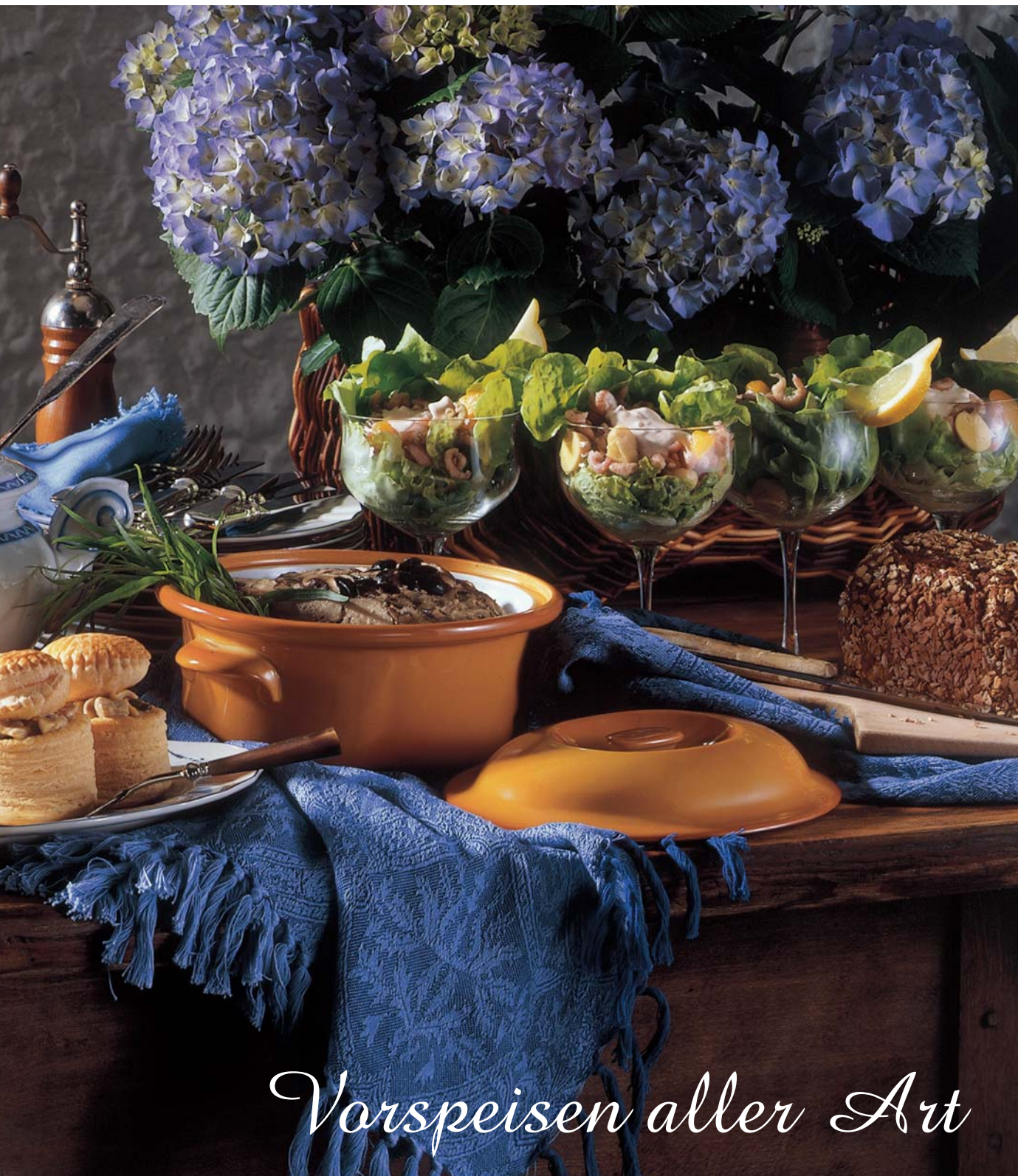
Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg beim Einstieg in die gesunde, herzhafte, naturverbundene ländliche Küche und einen gesunden Appetit.

*Annegret Weilandt und Herbert Rhein*









*Vorspeisen aller Art*

# Hochzeitsuppe

## aus Holstein

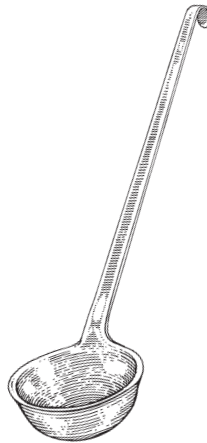
*Für 10 bis 12 Personen*

*Klare Fleischbrühe: 2 Bund Suppengrün • 1,5 kg Markknochen  
1 kg Suppenfleisch vom Rind  
30 g Salz • 1 Bund Petersilie*

*Eiersticheinlage: 6 Eier  
6 EL Milch • 1 Messerspitze Salz  
Paprikagewürz • Öl*

*Fleischklöße: 2 kleine Zwiebeln  
500 g Rinderhack  
250 g Schweinehack • 3 Eier  
3 EL Paniermehl • Salz • Pfeffer*

*Reistiegel: ½ l Fleischbrühe  
150 g Langkornreis • Salz • Öl*



Wenn die Suppe für weniger Personen zubereitet werden soll, müssen entsprechend weniger Zutaten genommen werden. Die Fleischbrühe sollte jedoch aus der angegebenen Menge gekocht werden, sonst würde sie nicht kräftig schmecken.

**1** Für die klare Fleischbrühe das Suppengrün waschen, putzen und mit Küchengarn bündeln. Mit den Markknochen und dem Suppenfleisch in einen großen Topf geben, mit 5 Liter Wasser übergießen und salzen. Die Suppe bei starker Hitze aufkochen, dann bei geringer Hitze 2 ½ Stunden zugedeckt fort-kochen. Während des Kochens mehrfach den Schaum mit einer Schaumkelle abschöpfen.

**2** Nach der Kochzeit Fleisch, Knochen und Suppengrün mit einer Schaumkelle herausnehmen. Das Fleisch kann man später für eine Gemüsesuppe oder für Meerrettichfleisch (siehe Rezept Seite

36) verwenden. Die Fleischbrühe durch ein Brühtuch oder Haarsieb in einen zweiten Topf abgießen, erkalten lassen und die Fettschicht abheben. Aus dem Suppengrün eine Möhre herausnehmen und für die Verzierung des Reistiegels in dünne Scheiben schneiden.

**3** Für die Eiersticheinlage die Eier aufschlagen, mit Milch, Salz und Paprikagewürz in eine Rührschüssel geben und mit dem Schneebesen glatt rühren. Die Masse soll jedoch nicht schaumig werden. Ein hitzebeständiges Gefäß mit Öl einfetten, die Masse hineinfüllen und das Gefäß mit einem Deckel verschließen. Im Wasserbad ankochen und 20 bis 30 Minuten stocken lassen. Den fertigen Eierstich aus dem Wasserbad nehmen, mit einem Messer vom Rand lösen, auf ein Küchenbrett stürzen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Die Würfel bis zur Zubereitung der Suppe kühl lagern.

**4** Für die Fleischklöße die Zwiebeln abziehen und klein würfeln. Das Hackfleisch mit allen anderen Zutaten vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Fleischmasse haselnussgroße Klöße formen, diese in einem möglichst breiten Topf mit kochend heißem (nicht



*Ein Klassiker unter den Suppen, der durch seine unterschiedlichen Einlagen geschmacklich variiert werden kann.*



sprudelndem), leicht gesalzenem Wasser garen. Die Klöße sind gar, wenn sie an der Wasseroberfläche schwimmen. Es dürfen nicht mehr Klöße in das Wasser gegeben werden, als an der Oberfläche Platz haben. Die fertigen Klöße mit der Schaumkelle herausheben und auf eine Fleischplatte legen.

**5** Für den Reistiegel die Fleischbrühe aufkochen, den Reis hinzugeben, mit 1 kräftigen Prise Salz würzen und bei schwacher Hitze 15 Minuten leicht kochen lassen. Den Herd ausschalten und den Reis weitere 20 Minuten ziehen lassen. Die Suppe durch ein Sieb in einen anderen Topf abgießen. Gleichgroße Eierbecher mit Öl einfetten und fest

mit Reis ausstopfen. Mit einem Brett beschweren und den Reis erkalten lassen.

**6** Zum Anrichten die Petersilie waschen, trockentupfen und mit einem Wiegemesser sehr fein hacken. Die Reistiegel im Backofen 10 Minuten bei 80 °C erwärmen. Die Fleischbrühe erhitzen, Eierstich und Fleischklöße hinzugeben und 5 Minuten ziehen lassen. Die Teller erwärmen. Den Reis auf die vorgewärmten Teller stürzen, die Fleischbrühe mit Einlagen darüber gießen, die Petersilie um den Reistiegel streuen, auf den Reistiegel eine Möhrenscheibe legen und heiß servieren.

*Diese Suppe wird bei einer Hochzeit für das ganze Dorf gegeben. Und beim Klößerollen helfen traditionell die Nachbarinnen mit.*

# Gurkencremesuppe

Für 4 Personen

1 Bund Suppengrün  
1 kg Kalbsknochen  
3 große Salatgurken  
1 ½ EL Butter • Salz  
100 g Crème fraîche  
2 Bund Dill • Pfeffer  
250 g Nordseekrabbenfleisch • 100 g Sahne

Anstelle des Krabbenfleischs kann Forellenfilet verwendet werden.

**1** Fleischbrühe wie bei der Hochzeitssuppe (Rezept siehe Seite 10f.) zubereiten. Gurken schälen. Die Butter in einem Topf zerlassen, die Gurken hineinraspeln, mit Salz bestreuen und bei schwacher Hitze 10 Minuten dünsten, dann pürieren. Die

Brühe zu den pürierten Gurken geben und aufkochen. Die Crème fraîche in die nicht mehr kochende Suppe rühren.

**2** Den Dill waschen, trocknen und fein hacken; die Hälfte zur Suppe geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Krabbenfleisch zur Suppe geben. Die Sahne steif schlagen. Die Suppe in eine Terrine füllen, Sahnehäubchen aufsetzen und mit dem restlichen Dill bestreuen.

## Tipp

Damit die Crème fraîche beim Unter-rühren nicht klumpt, verrührt man sie zuvor mit ½ Kelle Gurkensuppe.



# Wildsuppe

Für 4 Personen

500 g Wildfleisch • 1 Zwiebel • 1 Bund Suppengrün  
40 g Butter • 500 g Wildknochen (ca. 5 cm groß) • 6 Wacholderbeeren • Wildgewürz • Salz • Pfeffer • Sojasauce  
2 EL Sherry • 40 g Mehl (wahlweise)

Einlage: Eierstich oder Fleischklöße (siehe Seite 10f.)

Wildfleischklöße: 1 Zwiebel • 200 g Wildfleisch  
100 g Schweinehack • 1 Ei • 1 ½ EL Paniermehl  
Salz • Pfeffer

Das in aller Regel sehr trockene Wildfleisch muss zuerst durch die mittlere und dann mit den anderen Zutaten zusammen durch die feine Scheibe des Fleischwolfs gedreht werden.

**1** Das Wildfleisch klein würfeln. Die Zwiebel abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Das Suppengrün waschen, putzen und bündeln.

**2** Die Butter erhitzen, Fleisch und Knochen mit der Zwiebel, den zerdrückten

Wacholderbeeren, 1 Messerspitze Wildgewürz, Salz und Pfeffer von allen Seiten darin braun braten. Mit 1 Liter Wasser auffüllen, das Suppengrün und 1 Teelöffel Sojasauce dazugeben und bei schwacher Hitze 3 Stunden leicht kochen lassen.

**3** Die Brühe durch ein Haarsieb gießen, mit Wildgewürz, Salz, Sojasauce und Sherry abschmecken. Falls gewünscht, mit Mehl andicken.

**4** Für die Wildfleischklöße die Zwiebel abziehen, vierteln und mit dem gesamten Fleisch durch den Fleischwolf drehen. Weiter wie bei den Fleischklößen.



# Spargelcremesuppe

**1** Die Kalbsknochen in ½ Liter Wasser mit etwas Salz 2 ½ Stunden bei schwacher Hitze kochen. Die Knochen herausnehmen und die Brühe durch ein Haarsieb gießen.

**2** Den Spargel waschen, schälen und in 3 Zentimeter lange Stücke schneiden. Die Spargelschalen mit 1 Prise Salz, 1 Prise Zucker und ½ Liter Wasser aufkochen. Den Herd ausschalten und die Spargelschalen 5 Minuten ziehen lassen, dann aus dem Sud nehmen.

**3** Kalbsbrühe und Spargelwasser zusammen gießen. Die Spargelstücke dazugeben und 10 Minuten bei schwacher Hitze leicht kochen lassen.

ze leicht kochen lassen. *Für 4 Personen*

Die Brühe mit Salz abschmecken und – bei Bedarf, um den Geschmack abzurunden – bis zu ¼ Tüte Spargelcremesuppe unterrühren.

4 Kalbsknochen • Salz  
500 g Spargel • 1 Prise Zucker  
¼ Tüte Spargelcremesuppe  
40 g Mehl • 125 g Sahne  
2 Eigelbe • 80 g Butter

**4** Die Suppe mit in Wasser glatt verrührtem Mehl andicken. Sahne und Eigelbe verquirlen und ebenfalls in die Suppe rühren. Die kalte Butter in Flöckchen unterziehen. Heiß servieren.

## *Tipp*

Fleischklöße à la Hochzeitssuppe (Rezept siehe Seite 10f.) dazugeben.

Beim Zubereiten der Spargelbrühe sehr sorgfältig vorgehen. Die Brühe darf nur einmal kurz aufsprudeln. Kocht sie länger, besteht die Gefahr, dass sie bitter wird. Die Brühe deshalb vor der Verwendung probieren.

# Käsecremesuppe

**1** Die Kalbsbrühe in 1 Liter Salzwasser zubereiten (siehe Rezept oben).

**2** Sellerie und Lauch putzen, waschen und klein schneiden. Die Butter erhitzen, Gemüse darin 10 Minuten dünsten, mit Mehl bestäuben, mit Brühe auffüllen und bei schwacher Hitze 20 Minuten garen lassen, dann pürieren.

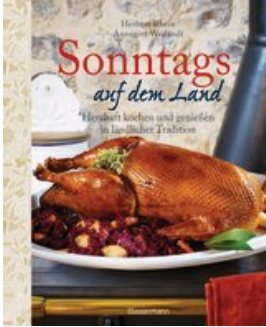
**3** Die Hälfte der Sahne, Crème fraîche und Schmelzkäse miteinander verrüh-

*Für 4 Personen*

8–10 Kalbsknochen • Salz • 250 g Sellerie • 250 g Lauch  
40 g Butter • 30 g Mehl • 100 g Sahne • 100 g Crème fraîche  
200 g Schmelzkäse • Pfeffer • 1 Bund Petersilie

ren. Die Käsemasse mit etwas warmer Suppe glatt rühren, die Suppe damit legieren, salzen und pfeffern. Die Petersilie fein hacken. Die restliche Sahne steif schlagen. Kurz vor dem Servieren die Suppe mit der Sahne und der Petersilie garnieren.





Herbert Rhein, Annegret Weilandt

## **Sonntags auf dem Land**

Herzhaft kochen und genießen in ländlicher Tradition

Gebundenes Buch, Pappband, 176 Seiten, 21,0x25,9

ISBN: 978-3-8094-3315-6

Bassermann

Erscheinungstermin: September 2014

### Die neue alte Heimatküche

Was gibt es alles Leckeres zu schmausen, wenn man sich einmal aufs Land begibt – dorthin, wo die würzige Landluft herrscht, die Kühe friedlich grasen, die Hühner glücklich frei herumlaufen und der Küchengarten strotzt vor frischen grünen Kräutern, prallen Salatköpfen, knackigen Möhren und jungen Kartoffeln. In diesem Buch feiern Annegret Weilandt und Herbert Rhein die Genüsse der traditionellen Landküche. Die Rezepte sind teilweise von Generation zu Generation überliefert und den heutigen Essgewohnheiten angepasst. Von der Holsteinischen Hochzeitssuppe über Aal in Sauer bis hin zur Roten Grütze lässt die ländliche Küche in all ihren Geschmacksrichtungen grüßen.



**Der Titel im Katalog**