



Willi Krift

# So kochten wir damals in Westfalen



F. COPPENRATH VERLAG







Willi Krift

So kochten wir damals  
in Westfalen

**Beiträge zur Volkskultur in Nordwestdeutschland  
herausgegeben von der  
Volkskundlichen Kommission für Westfalen  
Landschaftsverband Westfalen-Lippe**

---

**Heft 51**

---

**Münster 1986**

Willi Krift

**So kochten wir  
damals  
in Westfalen**



F. COPPENRATH VERLAG

Schriftleitung: Gerda Schmitz

---

Titelfoto:

Kochmaschine, um 1910. Hamalandmuseum Vreden. Aufn. Esseling, Vreden.

---

ISBN: 3-88547-295-3

ISSN: 0724-4096

© 1986 F. Copenrath Verlag, Münster

+ Herausgeber

Alle Rechte vorbehalten, auch auszugsweise

Printed in Germany

Imprimé en Allemagne



## I N H A L T

VORWORT .....	1
Herkunftsangaben .....	3
Maße und Gewichte .....	3
VON GEMÜSESUPPEN UND "GEMÜSE" (DURCHGEMÜSE)	4
GEMÜSESUPPEN .....	5
"Quer durch den Garten" .....	5
Kartoffelsuppe - dünne tiufeln .....	5
Grüne Wiesensuppe .....	5
"Gänsefutter" oder "Blindhuhn" .....	6
Bohnensuppe .....	6
Erbsensuppe .....	7
Graupensuppe - kalwertiene .....	7
Schnippelbohnsuppe - vuiksbäonen - fitzebohnsuppe .....	8
Rindfleischsuppe .....	8
DURCHGEMÜSE .....	9
Wirsing (1) .....	9
Wirsing (2) .....	9
Wirsing (3) .....	9
Stielmus - knisterfinken, striedpraiwen, witte stoppeln .....	10
Steckrübengemüse - kläosterfinken .....	10
Möhrengemüse - wuerteln, wuertelpott .....	11
Schnippelbohngemüse - vuiksbäonen .....	11
"Sipp-Sapp" (Gemüse aus grünen Bohnen, Möhren und Kartoffeln) .....	12
Gemüse aus grünen Bohnen, Birnen, Kartoffeln und Speck ...	12
Große Bohnen mit Speck - Dicke Bohnen mit Speck .....	13
Dicke Bohnen (1) .....	14
Dicke Bohnen (2) .....	14

Wibbelbohnen, auch Pferde- oder Saubohnen genannt .....	15
Frische Wibbelbohnen .....	15
Wibbelbohnen (getrocknet) .....	15
"Graue Weiber" (= graue Erbsen) mit Speck .....	16
Grünkohl .....	17
Sprossengemüse - spritzenmaus .....	17
Sauerkraut mit Eisbein .....	18
"Himmel und Erde" .....	18
<b>GEMÜSE ALS BEILAGE .....</b>	<b>19</b>
Möhren und Erbsen .....	19
Möhren .....	19
Grüne Bohnen .....	19
Porree .....	20
Butter- oder Blumenkohl .....	20
Rosenkohl .....	20
Kohlrabi .....	20
Rotkohl .....	20
<b>EINSÄUERN UND EINLEGEN VON GEMÜSE .....</b>	<b>22</b>
Sauerkraut .....	22
Gurken .....	23
Senfgurken .....	23
Rote Bete .....	24
<b>FLEISCHGERICHTE VON GEKOCHTEM FLEISCH .....</b>	<b>25</b>
Vom Potthast .....	25
Potthast vom Schwein .....	25
Pfefferpotthast vom Rind (1) .....	25
Pfefferpotthast vom Rind (2) .....	26
Rindfleisch mit Zwiebelsoße .....	26
Rindfleischtopf, Fleischkuchen .....	27
Warme Wamme .....	28

GEBRATENES FLEISCH .....	29
Schweinebraten .....	29
Rinderbraten .....	29
Schweinepfeffer .....	30
Geschmorte Pökelrippe .....	30
Senffleisch .....	31
SOSSEN .....	32
Rosinensoße .....	32
Backpflaumensoße .....	32
Senfsoße zu Sülze und kaltem Fleisch .....	32
Zwiebelsoße zu gekochtem Rindfleisch oder sauren Kartoffeln .....	33
Specksoße zu grünem Salat .....	33
KARTOFFELGERICHTE .....	34
Gedämpfte Kartoffeln - dümpetiufeln .....	34
Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei .....	34
Saure Kartoffeln .....	34
Spanisch Frikko .....	35
Bauernfrühstück .....	35
Pellkartoffeln mit saurer Sahne .....	36
potthucke .....	36
Reibekuchen, Reibepuffert, Puffert .....	36
SALATE .....	38
Kartoffelsalat .....	38
Heringsalat .....	38
PFANNEKUCHEN .....	40
Buchweizenpfannekuchen - baukwaiten-henrich .....	40
Mehlpfannekuchen .....	40
Mehlpfannekuchen mit Äpfeln, Pflaumen, Kirschen oder Waldbeeren .....	41

## VIII

Speckpfannekuchen .....	41
Eierpfannekuchen .....	41
Kartoffelpfannekuchen .....	41
Pickert, Lappenpickert, Pfannenpickert .....	42
gaiseke, gieseke .....	42
MILCH- UND MEHLSPEISEN, KÄSE .....	43
Hotten .....	43
Hotten - hottenmeälke .....	43
plunnermeälke .....	43
Rührei - aihottel, hottenägger .....	44
Dicke Milch .....	44
Buttermilchsuppe (einfach) - keärnemeälksiupen .....	44
Käsematte, Handkäse .....	44
Biersuppe mit Ei - aisiupen .....	45
Biersuppe mit Ei und Korinthen - wamboier .....	45
"Blinde Fische" .....	45
"Hackepol" (Milchsuppe mit Mehklößchen) .....	46
"Graue Grete" - gruisse graite, rüemel, ruemeltse .....	46
"Eierkäse", Eierkuchen .....	46
Griesmehlbrei .....	46
Steifer Reis .....	47
Topfbeutel - pöttkesbuil .....	47
Mehlknödel mit getrockneten Apfelscheiben, Backpflaumen und Specksoße .....	48
GETRÄNKE MIT ALKOHOL .....	49
Advokatenschnaps - hoppelpock .....	49
hoppelpoppel .....	49
BACKWERK .....	50
Braune Ecken, Wecken .....	50
Heissewecken - hoitweggen, haitkölskes, nunnenföetkes .....	50
Flache Wecken, Fladen - plattweggen .....	51

Butterwecken, Buttersemmeln .....	52
Pfefferkuchen, Pfefferstuten - giä(r)kauken .....	52
Stutenkerl (Gebäck zu St. Nikolaus) .....	53
"Hirschböcke", Spekulatius (Weihnachtsgebäck) .....	54
Weihnachtswecken - kristweggesken .....	54
Eiskuchen, Neujahrskuchen .....	55
Waffeln .....	55
Spritzgebäck .....	56
Butterkuchen .....	56
Apfelkuchen - appeltate .....	57
Rodonkuchen .....	57
Zwieback .....	57
Hefe - gest .....	58
VOM BROTBACKEN .....	59
BROTAUFSTRICH AUS OBST .....	62
Pflaumenkraut, Pflaumenmus .....	62
Gelee von roten Johannisbeeren - schaloi van räoen kasperten (gehannisdriuwen) .....	62
Rübenkraut - kriut .....	62
DIE HAUSSCHLACHTUNG .....	64
Was wiegt das Schlachtschwein? "Wiegen" ohne Waage .....	69
Schmalz .....	70
Schmalz mit Äpfeln und Zwiebeln .....	70
Zwiebelschmalz .....	70
WURST U. Ä. ....	72
Ungefährer Gewürzbedarf für jeweils ein Pfund Wurstmasse ...	72
Leberwurst .....	73
Leberwurst mit Mehl .....	73
Blutwurst .....	73
Blutwurst mit Mehl - blautbuil .....	74

Mettwurst .....	74
Kohlwurst .....	75
Zungenwurst .....	76
Schwartenmagen .....	76
Knackwurst - knappwurst .....	76
Saure Rolle .....	77
Sülze .....	77
Rinderwurst .....	78
Wurst im Teig .....	78
VERARBEITEN DER WURSTEBRÜHE .....	80
Panhas, Pannas .....	80
Panhas ohne Wurstebrühe .....	80
Krösse - kroise .....	81
Krösse ohne Wurstebrühe .....	81
Möpkenbrot .....	81
Wurstebrot .....	82
Leberbrot .....	83
Fettsuppe - fettsoppe .....	83
VOM SCHINKEN .....	84
VON SENF UND MOSTERT .....	87
Senf .....	87
WAS MAN ASS UND TRANK .....	88

## VORWORT

Wer über vergangene Zeiten Westfalens berichtet, wird auch Westfalens Herz, seiner heimlichen Hauptstadt Soest, und der Kornkammer Westfalens, der Soester Börde, begegnen, die ein "Paradies" für gutes Essen und Trinken war. Christophel von Grimmelshausen berichtet vom Dreißigjährigen Krieg: Simplicius, Simplicissimus, das "Jägerken von Soest", war mit seinem Herrn als Schutzwache in das Kloster Paradiese (Paradiese, Ortsteil von Soest) gelegt worden, wo es, wie er sagt, "statt der Engel, schöne Jungfrauen gab". "Da setzte es", so erzählt er weiter, "das fetteste Bier, die besten westfälischen Schinken und Knackwürste, wohlschmeckendes und sehr delikates Rindfleisch, welches man aus dem Salzwasser kochte und kalt zu essen pflegte, da lernte ich das schwarze Brot fingerdick mit gesalzener Butter schmieren und mit Käse belegen, damit es desto besser rutschte, und wenn ich so über einen Hammelbraten kam, der mit Knoblauch gespickt war, und eine Kanne guten Bieres daneben stehen hatte, so erquickte ich Leib und Seele und vergaß all meines ausgestandenen Leides, kurzum, dieses Paradies schlug mir so wohl an, als ob es das rechte gewesen wäre."

Ich habe nun versucht, der Fährte des "Jägerken von Soest" zu folgen, um die Gerichte und Spezialitäten der alten Küche der Soester Börde aufzuspüren und sie zu neuem Leben zu erwecken. Dabei fand ich viele Gerichte und Spezialitäten, die nicht nur in diesem Raum, sondern in ganz Westfalen bekannt sind. Andererseits wurden auch in den Randgebieten der Soester Börde Spezialitäten den Nachbarlandschaften übernommen. Hier nun eine genaue Abgrenzung zu finden, ist unmöglich, da schon bei vielen Gerichten Abweichungen nicht nur von Landschaft zu Landschaft, von Ort zu Ort, sondern auch von Familie zu Familie festzustellen sind. Doch sind diese Abweichungen von untergeordneter Bedeutung. Verhängnisvoller ist es, wenn dem Freund heimischer Spezialitäten in Gaststätten Gerichte angeboten werden, die außer dem alten Namen nichts Gemeinsames mit den alten Spezialitäten haben. Hier beginnen nun die Schwierigkeiten, hier wird aber auch die Geduld auf die Probe gestellt, die man aufbringen muß bei der Suche nach wirklich alten, landschaftsbezogenen Küchenrezepten.

Mein erster Weg führte mich bei meiner Suche in Antiquariate und Archive. Ich durchstöberte Hausböden, Kisten, Truhen, kurzum alles, von dem ich annahm, daß es Gedrucktes oder Geschriebenes über heimische Küchenspezialitäten enthielt. Die Kochbücher von Henriette Davidis, Sophie-Wilhelmine Scheibler und Mathilde Ehrhardt wurden zur Freizeitlektüre. Einzelaufzeichnungen und fein in Sütterlinschrift geschriebene Privatkochbücher kamen hinzu. Rezepte über Rezepte, alte Rezepte, das jüngste, handgeschriebene Kochbuch ist von 1912.

Doch je mehr ich mich mit diesen Rezepten befaßte, um so mehr mußte ich feststellen, daß die überwiegende Zahl, ob gedruckt oder handgeschrieben, fast wortgetreu übereinstimmte. Mit anderen Worten, die Kochrezepte, die für eine bestimmte Landschaft bezeichnend sind, wurden offenbar weder gedruckt noch handgeschrieben festgehalten. Sie wurden von Generation zu Generation mündlich von der Mutter an die Tochter weitergegeben.

Woher aber kommen nun die Rezepte in den handgeschriebenen Kochbüchern, welche in vielen Haushaltungen noch vorhanden sind? Im letzten Drittel des vorigen Jahrhunderts wurden, insbesondere in den staatlichen Bädern und Kurorten, sogenannte "Töchterheime" oder "Töchterpensionate" eröffnet, welche neben der schulischen und geistigen Weiterbildung die Ausbildung in der "feinen Küche" offerierten. Daneben gab es schon viele Haushaltungen auf größeren Höfen und Gütern oder auch in den Städten, wo die Töchter des Landes ebenfalls die sogenannte "feine Küche" erlernen konnten.

Von den Töchterheimen und Pensionaten bekamen die Absolventinnen zum Abschluß häufig ein gedrucktes Kochbuch, ansonsten notierten sie sich die Rezepte der "feinen Küche" handschriftlich in ein Heft. So finden wir heute noch die vielen handgeschriebenen Kochbücher, die aber fast wortgetreu mit den damals erschienenen gedruckten Kochbüchern übereinstimmen. Die Hausmacherküche erlernte man zu Hause bei der Mutter.

So legte ich meine bisherigen Aufzeichnungen beiseite. Die Suche begann von neuem, doch dieses Mal im Verwandten- und Bekanntenkreis. Ich durchstreifte hierbei das ganze Gebiet des Kreises Soest, bekam hier ein Rezept und dort eine Adresse. Wurde ein Rezept mehrfach bestätigt, schrieb ich es nieder und kochte es nach.



## Herkunftsangaben

Soester Börde	=	Altkreis Soes
Märkisches Sauerland	=	Hönnetal, Iserlohn, Menden
Kurkölnisches Sauerland	=	Altenhellefeld, Arnsberg, Bremen, Brilon, Meschede, Sundern, Werl
Sauerland	=	die unter märkischem und kurkölnischem Sauerland genannten Orte
Südliches Münsterland	=	Ahlen, Beckum, Diestedde, Hamm, Wadersloh
Westliches Münsterland	=	Billerbeck, Ochtrup
Westfalen	=	alle oben genannten Orte

## Maße und Gewichte

Beim Sammeln der Rezepte glaubte ich anfangs, Schwierigkeiten mit unterschiedlichen Maßen und Mengenangaben zu bekommen, aber sowohl im Raum der Möhne, Soest, Werl, Wickede und Dinker wurden überall als Maß täglich gebrauchte Küchenutensilien benutzt.

1 Löffel	=	1 Eßlöffel
1 Kanne	=	1 Liter
1/2 Kanne	=	1/2 Liter
1 "schlaif" (Schöpfkelle)	=	1/4 Liter
8 Eßlöffel	=	1/8 Liter
1 Kaffeelöffel	=	1 Teelöffel

Natürlich erhalte ich hier nicht genau auf das Gramm zu bestimmende Mengenangaben, aber beim Nachkochen wird jeder feststellen, daß für die Speisenzubereitung diese Maßangaben durchaus ausreichend sind:

1 gestrichener Eßlöffel Reis	15 g
1 gestrichener Eßlöffel Zucker	20 g
1 gestrichener Eßlöffel Salz	15 g
1 gestrichener Kaffeelöffel Zimt	3 g
1 gestrichener Kaffeelöffel Mehl	5 g
1 gestrichener Kaffeelöffel Zucker	5 g
1 gestrichener Kaffeelöffel Salz	4 g
1 Tasse (1/8 l) Graupen	150 g
1 Tasse Gries	150 g
1 Tasse Reis	200 g

## VON GEMÜSESUPPEN UND "GEMÜSE" (DURCHGEMÜSE)

Der "Eintopf" von heute ist meist etwas anderes als das "Durchgemüse" von früher. Mit der seit dem Beginn der dreißiger Jahre aufkommenden Bezeichnung "Eintopf" waren überwiegend die Gemüsesuppen gemeint, die mit dem Löffel gegessen wurden. Das Durchgemüse, kurz "Gemüse" genannt, wurde dagegen "steif" gekocht und mit der Gabel gegessen.

Zu einem richtigen Durchgemüse werden das Fleisch oder die Fleischnochen zunächst mit viel Wurzelwerk und Suppengrün vorgekocht, das Fleisch herausgenommen, Gemüse und Kartoffeln in der Brühe gegart und zum Schluß für die restliche Garzeit das Fleisch wieder zugefügt. Eine wichtige Voraussetzung für ein gutes Gelingen ist die Länge der Garzeit. Da wir das Durchgemüse nicht kochen, sondern grundsätzlich nur garen, d.h. langsam "köcheln" lassen, benötigen wir dazu also viel Zeit.

Schließlich ist das richtige Fingerspitzengefühl für gutes Würzen nötig. Pfeffer und Salz waren Kostbarkeiten. Nicht umsonst sprach man von "gesalzenen" und "gepfefferten" Preisen. So wurden Pfeffer und Salz sehr sparsam angewendet und erst nach Abschluß der Garzeit zugefügt. Man war überwiegend mit diesen beiden Gewürzen zufrieden, zumal Brühe und Fleisch durch Wurzelwerk und Suppengrün schon vorgewürzt waren. Kräuterecken mit Pfefferminze, Salbei, Liebstöckel, Rosmarin, Thymian und Majoran waren aber auch schon früher in vielen Gärten vorhanden. Übrigens schmeckt Durchgemüse aufgewärmt (nicht aufgekocht) am besten.

Obwohl das Durchgemüse viele Jahre als "Arme-Leute-Essen" verpönt war, wird der Kreis der Freunde, welche es aus langem Dornröschenschlaf wiedererwecken wollen, von Jahr zu Jahr größer, womit eine alte Küchentradition fortgesetzt wird.

## GEMÜSESUPPEN

### "QUER DURCH DEN GARTEN"

Ein Pfund Fleisch - hohe Rippe oder ein Stück aus dem Pökelfaß - eine gute Stunde in heißem, leicht gesalzenem Wasser kochen. Das Gemüse (zwei Kohlrabi, ein kleines Stück Sellerie, ein halbes Pfund Kartoffeln, zwei Porreestangen, vier Möhren) gut abspülen und in kleine Stücke schneiden. Fleisch aus der Brühe nehmen und zum Abkühlen auf einen Durchschlag geben. Das Gemüse in die Brühe schütten und eine halbe Stunde kochen lassen. Danach Fleisch kleinschneiden und zu dem Gemüse in die Brühe geben. Mit Salz abschmecken und zuletzt Petersilie darüberstreuen.

(Westfalen)

### KARTOFFELSUPPE - dünne tiufeln

Fleischreste oder Knochen waschen. In kaltem Wasser mit Suppengrün und Salz aufsetzen. Sechs bis acht in Würfel geschnittene Kartoffeln hinzugeben und alles etwa zwei Stunden kochen lassen. Die Suppe dann durch ein Sieb rühren. Vor dem Anrichten werden feingeschnittene Zwiebeln in Butter gebräunt und mit kleingehackter Petersilie und gerösteten Weißbrotwürfeln zur Suppe gegeben.

(Westfalen)

### GRÜNE WIESENSUPPE

Sechs bis acht Kartoffeln kocht man mit Fleischbrühe gar und rührt sie durch ein Sieb. Dann gibt man eine handvoll gewaschene Spinat- oder Sauerampferblätter hinzu und läßt alles eine halbe Stunde kochen, legiert mit einem Eigelb und zieht mit drei Eßlöffeln saurer Sahne und einem Stück Butter ab. Der Suppe kann noch etwas Sago zugesetzt werden.

(Westfalen)

## "GÄNSEFUTTER" ODER "BLINDHUHN"

Ein halbes Pfund weiße Bohnen über Nacht in zwei Liter Wasser einweichen. Am nächsten Morgen das Ganze eine halbe Stunde kochen. Darauf ein Pfund durchwachsendes Fleisch, ein Rippenstück oder auch Fleischknochen dazugeben und wieder eine gute Stunde kochen lassen.

Anderthalb Pfund Kartoffeln schälen, ein halbes Pfund Möhren schrapfen, ein halbes Pfund Äpfel schälen, ein halbes Pfund Stangenbohnen abfädeln und zwei Zwiebeln abpellen.

Fleisch oder Knochen aus dem Topf nehmen.

Kartoffeln, Möhren, Äpfel, Stangenbohnen und Zwiebeln kleinschneiden, zu den weißen Bohnen geben und das Ganze noch eine halbe Stunde kochen. Mit Zucker, Salz und ein bißchen Essig abschmecken und das kleingeschnittene Fleisch zugeben.

Wenn man das "Gänsefutter" mit Fleischknochen kocht, schmeckt Mehlpfannekuchen gut dazu.

(Soester Börde, Münsterland)

## BOHNENSUPPE

Ein halbes Pfund weiße Bohnen über Nacht einweichen. Etwa eine halbe bis dreiviertel Stunde kochen, ein Pfund Pökelfleisch zugeben und etwa eine Stunde weiterkochen lassen. Das Fleisch herausnehmen. Ein und ein halbes Pfund kleingewürfelte Kartoffeln und ein halbes Pfund Möhren zufügen und das Ganze etwa eine halbe bis dreiviertel Stunde gar kochen. Mit Salz abschmecken. Kleingewürfeltes Fleisch hinzugeben, alles gut umrühren und servieren.

Wenn statt des Pökelfleisches Fleischknochen genommen werden, reicht man dazu Mehl- oder Kartoffelpfannekuchen.

(Westfalen)

## ERBSENSUPPE

Ein halbes Pfund Erbsen über Nacht in zwei Liter Wasser einweichen, am anderen Morgen mit dem Einweichwasser zum Kochen bringen. Ein Pfund Pökel- oder Kleinfleisch und Suppengrün nach einer Stunde Kochzeit zufügen. Noch eine Stunde kochen lassen. Während der letzten halben Stunde ein Pfund kleingewürfelte Kartoffeln in die Suppe geben; zwei Zwiebeln glasig dünsten und auch zufügen. Fleisch aus der Suppe nehmen, in kleine Stücke schneiden und dann wieder in die Suppe geben. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

Beilagen: Eingelegter Hering oder Mehlpfannekuchen oder Kartoffelpfannekuchen.

(Westfalen)

## GRAUPENSUPPE - kalwertiene

Ein halbes Pfund Graupen waschen und über Nacht in zwei Liter Wasser einweichen. Aufkochen. Anderthalb Pfund Rindfleisch, zwei Möhren, zwei Porreestangen und ein bißchen Salz zufügen und gut zwei Stunden langsam kochen lassen; die letzte halbe Stunde ein Pfund kleingeschnittene Kartoffeln zufügen. Aufpassen, daß das Ganze nicht zu steif wird, sonst muß man etwas Wasser nachgießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch kleinschneiden und wieder in die Suppe geben. Umrühren. Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen.

Wenn man kein Fleisch zur Hand hat, kann man auch anderthalb Pfund Kleinfleisch oder Knochen nehmen. Dazu gibt es dann Mehlpfannekuchen.

(Westfalen)

## SCHNIPPELBOHNENSUPPE - vuiksbäonen - fitzebohnenuppe

Ein Pfund Rindfleisch eine Stunde in gesalzenem Wasser kochen. Ein Pfund Kartoffeln schälen und kleinschneiden. Die Kartoffeln und ein Pfund Schnippelbohnen zum Fleisch geben und in gut zwanzig Minuten langsam gar kochen. Fleisch aus dem Topf nehmen, kleinschneiden und wieder zu den Bohnen geben. Umrühren. Mit Salz, Pfeffer und, wenn man hat, mit Bohnenkraut abschmecken.

Falls man kein Fleisch zur Hand hat, kann man auch Fleischknochen nehmen. Dazu gibt es dann Mehlpannekuchen.

(Soester Börde, Münsterland)

## RINDFLEISCHSUPPE

Anderthalb Pfund Rindfleisch - hohe Rippe oder auch eine Beinscheibe - in anderthalb Liter leicht gesalzenem, kochendem Wasser aufsetzen, Topfdeckel auflegen und eine gute Stunde langsam kochen. Eine Porreestange, zwei Möhren, eine Zwiebel und ein Stück Sellerie zufügen und noch einmal gut zwanzig Minuten langsam kochen. Fleisch aus dem Topf nehmen.

Die letzten zwanzig Minuten Nudeln und Eierstich zugeben. Zuletzt mit Salz abschmecken und mit kleingeschnittener Petersilie bestreuen.

(Westfalen)

## DURCHGEMÜSE

Für das Durchgemüse kocht man je nach Vorrat eine Brühe aus

1. Fleisch oder
2. Knochen oder
3. lufttrockenem Speck oder  
ausgelassenem lufttrockenem Speck, abgelöscht mit Wasser.

### WIRSING (1)

Ein Pfund Fleisch kleinschneiden und in einem Liter Wasser mit einem Stückchen Sellerie, zwei Möhren, einer kleingeschnittenen Zwiebel und etwas Salz in einer guten halben Stunde weichkochen.

Zwei Pfund Wirsing in feine Streifen, zwei Pfund Kartoffeln kleinschneiden und beides zum Fleisch geben. Langsam gar kochen (eine halbe bis dreiviertel Stunde). Umrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

(Westfalen)

### WIRSING (2)

Ein Pfund Fleisch kleinschneiden, zwei Eßlöffel Schmalz in einem Topf auflösen. Eine kleingeschnittene Zwiebel und das Fleisch zufügen und anbraten. Einen Liter Wasser zufügen und alles in einer guten halben Stunde weichkochen (Weiter s. Rezept 1).

(Westfalen)

### WIRSING (3)

Ein bis anderthalb Pfund Fleischknochen in einem Liter Wasser mit einem Stückchen Sellerie, zwei Möhren, einer kleingeschnittenen Zwiebel und ein bißchen Salz ein bis eineinviertel Stunde kochen. Wurzelwerk aus dem Topf nehmen. Zwei Pfund Wirsing in feine Streifen schneiden, zwei Pfund Kartoffeln kleinschneiden und beides in die Knochenbrühe geben. In einer guten halben Stunde langsam

gar kochen. Danach einen Stich Butter oder einen Eßlöffel Schmalz zufügen. Wem das Gemüse noch zu suppig ist, der kann eine rohe Kartoffel darüberreiben. Gut umrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu gibt es eine Scheibe lufttrocknen Schinken oder Mehlpfannekuchen.

(Westfalen)

STIELMUS - knisterfinken, striepraiwien, witte stoppeln

Von zwei Pfund Stielmus die Blätter abstreifen, die Stengel in fingerlange Stücke schneiden, mit klarem Wasser abspülen und auf einem Durchschlag abtropfen lassen. Zwei Pfund Kartoffeln schälen und kleinschneiden.

Ein Pfund Fleisch - ein schönes Rippenstück vom Schwein oder Rind - in leicht gesalzenem Wasser aufsetzen und eine gute Stunde kochen. Danach Kartoffeln und Stielmus zugeben und das Ganze fertigkochen.

Fleisch aus dem Topf nehmen und kleinschneiden. Stielmus und Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer durcheinander stampfen, darauf das Fleisch zugeben und mit Salz, Pfeffer und ein wenig Muskatnuß abschmecken.

(Westfalen)

STECKRÜBENGEMÜSE - klösterfinken

Ein Pfund Schweinerippen, Kleinfleisch oder Pökelfleisch mit drei Schöpfkellen kochendem Wasser aufsetzen und eine Stunde ganz langsam kochen lassen.

Statt Schweinerippen kann man auch Rindfleisch (hohe Rippe mit Markknochen) nehmen.

Zwei Pfund Steckrüben schälen, in kleine Stücke schneiden, zum Fleisch geben und noch eine Stunde kochen.

Anderthalb Pfund Kartoffeln schälen, kleinschneiden, gar kochen, ab-



gießen und zu den Steckrüben geben. Das Ganze gut durcheinanderstampfen und fünf Löffel Sahne darüber verteilen. Mit Salz und ein wenig Muskatnuß abschmecken.

(Westfalen)

#### MÖHRENGEMÜSE - wuorteln, wuortelpott

Dreiviertel Pfund Rindfleisch (hohe Rippe) in ein halbes Liter kochendes Wasser geben und eine halbe Stunde kochen.

Anderthalb Pfund Kartoffeln schälen, anderthalb Pfund Möhren schrappen, zwei Zwiebeln abpellen und alles kleinschneiden. Kartoffeln, Möhren, Zwiebeln und zwei Löffel Schmalz zu dem Fleisch geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Ganze langsam gar kochen (eine gute halbe bis dreiviertel Stunde).

Fleisch aus dem Topf nehmen, kleinschneiden und wieder in den Topf geben. Das Ganze gut umrühren. Noch einmal abschmecken. Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen.

(Westfalen)

#### SCHNIPPELBOHNENGEMÜSE - vuiksbäonen

Ein halbes Pfund durchwachsenen Speck in einem viertel Liter Wasser eine halbe Stunde langsam kochen. Ein Pfund Schnippelbohnen zehn Minuten in kochendem Wasser abkochen und auf einem Durchschlag abtropfen lassen.

Nun zuerst die Schnippelbohnen, danach ein Pfund Kartoffelstücke und eine kleingeschnittene Zwiebel auf den Speck im Topf geben und das Ganze in einer guten halben Stunde gar kochen. Speck aus dem Topf nehmen, kleinschneiden und wieder in den Topf geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und umrühren. Wer hat, kann noch Bohnenkraut zufügen und mit Zucker und Essig abschmecken.

Dazu gibt es Mehlpfannekuchen, aber auch eine Scheibe lufttrocknen

Schinken oder eine Scheibe kaltes Fleisch. Auch Frikadellen schmecken gut dazu.

(Soester Börde, Münsterland)

#### "SIPP-SAPP" (GEMÜSE AUS GRÜNEN BOHNEN, MÖHREN UND KARTOFFELN)

Ein Pfund durchwachsendes Fleisch oder lufttrocknen Speck eine gute halbe Stunde in einem halben Liter leicht gesalzenem Wasser kochen. Anderthalb Pfund grüne Bohnen abfädeln, waschen und kleinschneiden. Anderthalb Pfund Möhren schrappen und kleinschneiden. Bohnen und Möhren zu dem Fleisch in den Topf geben und eine Viertelstunde langsam kochen. Fleisch aus dem Topf nehmen, kleinschneiden und warm stellen. Ein Pfund Kartoffeln schälen, kleinschneiden und mit den Bohnen und Möhren zwanzig Minuten langsam kochen. Umrühren. Das Ganze muß schön sämig sein, sonst muß man noch eine rohe Kartoffel darüberreiben. Fleisch wieder in den Topf geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen.

(Soester Börde)

#### GEMÜSE AUS GRÜNEN BOHNEN, BIRNEN, KARTOFFELN UND SPECK

Zwei Pfund Bohnen abfädeln, waschen und kleinschneiden. Ein Pfund lufttrocknen Speck oder durchwachsendes Fleisch mit einem halben Liter leicht gesalzenem Wasser aufsetzen und zwanzig Minuten kochen. Anderthalb Pfund Kartoffeln schälen, kleinschneiden und mit den Bohnen zum Fleisch geben und eine gute Viertelstunde kochen. Fleisch aus dem Topf nehmen, kleinschneiden und warm stellen. Von einem bis fünfviertel Pfund Küttelbirnen, Speckbirnen oder Winterbirnen die Blütenansätze ausschneiden, Birnen waschen und, wenn sie zu groß sind, durchteilen. Birnen auch in den Topf geben und al-

les gut zwanzig Minuten ganz langsam kochen. Umrühren. Das Ganze muß schön sämig sein, sonst eine rohe Kartoffel darüberreiben. Speck oder Fleisch wieder in den Topf geben, alles durchrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen.

(Soester Börde, Münsterland)

#### GROSSE BOHNEN MIT SPECK - DICKE BOHNEN MIT SPECK

Ob sie nun "große" oder "dicke" Bohnen mit Speck genannt werden, seit jeher sind sie ein Leibgericht der Westfalen. Daß man sie mit Speck kochte, hatte folgenden Grund. In fast jedem Haushalt wurden früher jährlich meistens zwei Schweine geschlachtet, eines im November, das zweite im folgenden Februar oder März. Die Fleischvorräte mußten von einer Schlachtung bis zur nächsten ausreichen. Die gepökelten Vorräte waren aber zwischen Ostern und Pfingsten aufgebraucht. In den Monaten Juni und Juli, der Erntezeit der dicken Bohnen, hing also neben dem Schinken nur noch der luftgetrocknete durchwachsene Speck "ob de büene" (auf der Fleischkammer). So lag es nahe, die frischen dicken Bohnen damit zu kochen. Richtig vollständig sind "dicke Bohnen mit Speck" aber erst, wenn die frischen Kartoffeln der neuen Ernte dazu gereicht werden.

Durch die Zunahme der Schlachtereien seit den zwanziger Jahren und durch Einflüsse der Restaurants ist der luftgetrocknete durchwachsene Speck ersetzt worden durch "dicke Rippe", "Kassler" und geräucherten Speck oder Bauchfleisch.

Wurden ursprünglich die dicken Bohnen mit Speck und Kartoffeln in einem Topf als Durchgemüse gekocht, so wurde seit dem Ersten Weltkrieg das getrennte Kochen von Bohnen und Kartoffeln immer beliebter. Allerdings kam damit auch die Unsitte der "feinen Küche" auf, "dicken Bohnen" in einer Mehlschwitze zuzubereiten.

Im Münster- und im Sauerland werden die "dicken Bohnen" hier und da noch als Durchgemüse zubereitet. Dazu kocht man bei den folgenden Rezepten ein bis anderthalb Pfund würflich geschnittene Kartoffeln zusammen mit den Bohnen oder man fügt die gekochten Kartoffeln zum Schluß hinzu.

Gewürzt werden die "dicken Bohnen" mit Pfeffer und Salz und evtl. mit Bohnenkraut, Majoran und Liebstöckel (Maggikraut). Man schmeckt sie auch wohl mit "siuer", mit Essig, ab.

Erwähnt werden soll noch, daß die dicken Bohnen früher nicht nur frisch, sondern auch ausgereift und getrocknet das ganze Jahr hindurch gegessen wurden. Die getrockneten Bohnen wurden auch wohl gemahlen und zusammen mit Mehl zum Brotbacken verwendet.

## DICKE BOHNEN (1)

Drei bis vier Pfund große Bohnen enthülsen, abwaschen und mit einem Pfund durchwachsenem Fleisch oder Pökelfleisch und einem halben Liter Wasser aufsetzen, eine Porreestange, zwei Möhren, zwei kleine Zwiebeln und ein Stückchen Sellerie, ein bißchen Salz zufügen und eine gute Stunde langsam kochen. Bohnen auf einem Durchschlag abtropfen lassen, Wurzelwerk und Fleisch aus dem Topf nehmen, Fleisch klein- oder in Scheiben schneiden.

Einen Kaffeelöffel Butter, Schmalz oder kleingeschnittenen lufttrockenen Speck in einem Topf auslassen, mit Bohnenbrühe auffüllen, das Wurzelwerk durch ein Sieb in die Brühe streichen, bis die Brühe schön sämig ist. Bohnen und Fleisch zufügen und eine gute Viertelstunde bis zwanzig Minuten gar kochen. Mit Salz, Pfeffer und so man hat, mit Bohnenkraut abschmecken. Zuletzt Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen.

## DICKE BOHNEN (2)

Vier Pfund große Bohnen enthülsen, abkochen und auf einem Durchschlag abtropfen lassen. Anderthalb Pfund dicke Rippe oder durchwachsenes Fleisch (frisch oder aus dem Pökel) mit einer Porreestange, zwei Möhren, zwei kleinen Zwiebeln und einem Stück Sellerie in gut einem halben bis drei viertel Liter leicht gesalzenem Wasser gut eine bis fünf viertel Stunde langsam kochen.

Fleisch und Wurzelstock aus dem Topf nehmen. Fleisch klein- oder in Scheiben schneiden. Bohnen in die Brühe geben und in gut zwanzig Minuten gar kochen. Wurzelwerk durch ein Sieb in die Bohnenbrühe streichen, bis die Brühe schön sämig ist. Mit Salz und Pfeffer und so man hat, mit Bohnenkraut abschmecken, das kleingeschnittene Fleisch zufügen und mit kleingeschnittener Petersilie bestreuen.

Zu beiden Gerichten gibt es frische Salzkartoffeln.

(Westfalen)

## WIBBELBOHNEN, AUCH PFERDE- ODER SAUBOHNEN GENANNT

Kleine Abart der "dicken" oder "großen Bohne". Sie war als Gemüse besonders auf dem Lande sehr beliebt. (Wird und wurde oft mit "gro Wuiber", eine Felderbsenart, verwechselt.)

## FRISCHE WIBBELBOHNEN

Vier bis fünf Pfund Wibbelbohnen enthülsen, abwaschen und mit ein bis anderthalb Pfund durchwachsenem Fleisch in zwei bis drei viertel Liter Wasser aufsetzen, eine Porreestange, zwei Möhren, zwei kleingeschnittene Zwiebeln, ein Stückchen Sellerie und ein bißchen Salz zufügen und gut fünf Viertelstunden langsam kochen. Wibbelbohnen auf einem Durchschlag abtropfen lassen. Wurzelwerk und Fleisch aus dem Topf nehmen. Fleisch klein- oder in Scheiben schneiden.

Einen Kaffeelöffel Butter, Schmalz oder lufttrocknen Speck in einem Topf auslassen, mit Bohnenbrühe auffüllen. Das Wurzelwerk durch ein Sieb in die Bohnenbrühe streichen. Die Brühe muß schön sämig sein, sonst etwas Kartoffelmehl untermischen. (Zu Kartoffelmehl werden zwei bis drei Kartoffeln auf einen Teller gerieben. Nach einer Weile hat sich das Kartoffelmehl abgesetzt. Das Kartoffelwasser wird abgegossen und das Kartoffelmehl bleibt übrig.) Wibbelbohnen und Fleisch in die Brühe geben und eine gute viertel Stunde bis zwanzig Minuten langsam kochen. Mit Pfeffer, Salz und evtl. frischem Bohnenkraut abschmecken. Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen.

Dazu gibt es Salzkartoffeln oder gedämpfte Kartoffeln.

Statt Wibbelbohnen kann man auch Pflanz-(große)bohnen nehmen.

(Soester Börde)

## WIBBELBOHNEN (GETROCKNET)

Zwei Pfund getrocknete Wibbelbohnen über Nacht einweichen. Wasser abgießen. Drei viertel bis ein Liter frisches und leicht gesalzenes

Wasser auffüllen und eine gute halbe Stunde langsam kochen. Andert-halb Pfund durchwachsenes Fleisch, eine Porreestange, zwei Möhren, zwei kleine Zwiebeln und ein Stück Sellerie zufügen und in gut einer Stunde langsam gar kochen. Fleisch und Wurzelwerk aus dem Topf nehmen, Fleisch klein- oder in Scheiben schneiden. Wurzelwerk durch ein Sieb in die Wibbelbohnenbrühe streichen. Die Brühe muß schön sämig sein. Mit Salz, Pfeffer und evtl. mit Bohnenkraut abschmecken. Fleisch zu den Bohnen in die Brühe geben. Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen.

Wenn man kein Fleisch zur Hand hat, werden die Wibbelbohnen nach dem Abgießen mit leicht gesalzenem, frischem Wasser aufgefüllt und mit einem Kaffeelöffel Butter, Schmalz oder lufttrocknem Speck und dem Wurzelwerk gar gekocht.

Dazu gibt es lufttrockne Schinkenscheiben.

(Soester Börde)

#### "GRAUE WEIBER" (= GRAUE ERBSEN) MIT SPECK

Ein halbes Pfund graue Erbsen (graue Weiber) über Nacht in zwei Schöpfkellen Wasser einweichen. Zwei Möhren und zwei Porreestangen kleinschneiden, zu den Erbsen geben und mit etwas Salz zwei bis zweieinhalb Stunden ganz langsam kochen, damit die Erbsen nicht platzen. Aufpassen, das Wasser muß gut verkocht sein.

Ein halbes Pfund Zwiebeln schälen, kleinschneiden und in zwei Löffeln Butter schön gelb anbraten. Erbsen und ausgelassenen Speck zu den Zwiebeln geben und das Ganze mit Wasser und Salz in einem Topf

Statt Pökelfleisch kann man auch durchwachsenes Fleisch nehmen.

(Münsterland, Soester Börde)

## GRÜNKOHL

Was dem Hanseaten in Bremen sein "Braunkohl", dem Ostfriesen "sin kool - grönkool", dem Münsterländer Grünkohleintopf "moos", dem Sauerländer "kol-döroin", ist unser "käölmaus".

Viele Namen, viele Rezepte. Aber eines haben alle Rezepte gemeinsam: Am besten schmeckt der Grünkohl nach dem ersten Frost.

Früher ließ man in den letzten 15 Minuten noch einige abgewaschene Winterbirnen zur Verfeinerung mitkochen. Oder man gab als Beilage in Schmalz geschmorte Winterbirnen. War einmal der "Grünkohl" etwas dünn geraten, so wurde er mit in Wasser aufgelöster Kartoffelstärke oder mit Haferflocken angedickt.

Zwei Pfund Grünkohlblätter von den Stengeln streifen, kleinschneiden und in leicht gesalzenem Wasser eine viertel Stunde kochen, auf einen Durchschlag geben und gut ablaufen lassen. Ein Pfund durchwachsenes Fleisch und ein kleines Stück vom Rücken mit einer Zwiebel, etwas Salz und vier oder fünf Schöpflöffeln Wasser eine halbe Stunde kochen. Den Kohl zum Fleisch geben; eine Zwiebel schälen, kleinschneiden und über den Kohl streuen, Salz und Pfeffer zugeben und nun das Ganze zwei Stunden sachte kochen lassen. Die letzten zwanzig Minuten einen Kranz Kohlwurst auf den Kohl legen.

Als Beilage: Salzkartoffeln oder gedämpfte Kartoffeln

Dazu mundet ein alter Klarer.

(Soester Börde)

## SPROSSENGEMÜSE - spruitenmaus

Sprossen (Frühjahrsschößlinge des Grünkohls) verlesen, waschen und in ein bißchen Wasser mit Salz abkochen. Mit einem Schaumlöffel die Sprossen auf einen Durchschlag geben. Durchschlag gut zudecken, daß die Sprossen schön heiß bleiben. Sprossen in eine heiße Schüssel geben und Butterstückchen darüber verteilen.

Dazu gibt es Salz- oder gedämpfte Kartoffeln.

Sprossengemüse war in früheren Zeiten ein weitverbreitetes und beliebtes Gründonnerstagsessen.

(Soester Börde)

#### SAUERKRAUT MIT EISBEIN

Anderthalb bis zwei Pfund Eisbein mit zwei kleingeschnittenen Zwiebeln und acht Pfefferkörnern in einem halben Liter Wasser gut dreiviertel Stunde kochen. Ein Pfund Sauerkraut (wenn möglich frisch aus dem Sauerkrautfaß) um das Eisbein verteilen. Einen Eßlöffel Schmalz, einen kleingeschnittenen Apfel und sechs Wacholderbeeren oder, wer mag, stattdessen einen halben Kaffeelöffel Kümmelkörner zufügen und das Ganze in einer halben Stunde langsam gar kochen. Fleisch aus dem Topf nehmen. Eine rohe Kartoffel über das Sauerkraut reiben. Gut umrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu gibt es Kartoffelbrei (Kartoffelpüree).

(Westfalen)

#### "HIMMEL UND ERDE"

Zwei Pfund Kartoffeln schälen, kleinschneiden und in leicht gesalzenem Wasser gar kochen.

Zwei Pfund Äpfel schälen, durchteilen, Kerngehäuse ausschneiden, mit wenig Wasser und einem Eßlöffel Zucker zu einem Brei kochen.

Kartoffeln abgießen und mit einem guten Eßlöffel Butter und einer Tasse Milch durcheinanderstampfen, Apfelmus zugeben und noch einmal alles gut durchstampfen, mit Salz abschmecken und warm stellen.

Zwei Zwiebeln pellen, kleinschneiden und in einem oder anderthalb Eßlöffel Butter oder Schmalz schön gelb anbraten. Apfel-Kartoffelbrei in eine Schüssel geben und die Zwiebeln mit dem Fett darübergießen.

Dazu Scheiben von Blutwurst anbraten.

(Soester Börde, Münsterland)



## GEMÜSE ALS BEILAGE

Während der Sommermonate kochte man häufiger "getrennt", d.h. die Kartoffeln wurden für sich gekocht und das Gemüse als Beilage in der Kochbrühe des Fleisches gegart. Anschließend ließ man das Gemüse auf einem Durchschlag abtropfen, schwenkte es in etwas ausgelassener Butter und brachte es mit Petersilie oder anderen frischen Kräutern bestreut auf den Tisch. Dieses war die gebräuchlichste Art, Gemüse als Beilage zuzubereiten, zumal dadurch der Eigengeschmack des Gemüses weitgehend erhalten blieb. Hatte man gerade keine Butter zur Hand, so wurde etwas Schmalz oder etwas lufttrockner Speck in der Pfanne ausgelassen und das Gemüse darin geschwenkt. Dieses war nach meinen Feststellungen allerdings die Ausnahme.

Leider fand nach dem ersten Weltkrieg und später mehr und mehr die Unsitte, Gemüse und Soßen mit Mehl anzudicken, Eingang auch in unsere heimische Küche.

## MÖHREN UND ERBSEN

Ein Pfund Möhren säubern, kleinschneiden und ein Pfund Erbsen in einer Tasse leicht gesalzenem Wasser ganz langsam gar kochen. Anderthalb Eßlöffel Butter in einem Topf auflösen, Möhren und Erbsen zugeben und tüchtig darin mischen. Mit Salz abschmecken, Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen.

## MÖHREN

Zwei Pfund Möhren säubern, in daumenlange Stifte schneiden und in einer Tasse leicht gesalzenem Wasser ganz langsam gar kochen. Anderthalb Eßlöffel Butter in einem Topf auflösen, Möhren zugeben und tüchtig darin mischen, Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen.

## GRÜNE BOHNEN

Zwei Pfund Buschbohnen schnippeln oder in daumenlange Stücke schneiden und in einer halben Tasse Wasser und einer halben Tasse Milch und anderthalb Eßlöffel Butter ganz langsam gar kochen. Petersilie kleinschneiden und daruntermischen. Mit Salz und, wenn man

hat, mit Bohnenkraut abschmecken. Aufpassen, daß das Bohnenkraut nicht zu scharf durchschmeckt.

#### PORREE

Von zwei Pfund Porree die Stangen längs durchteilen und tüchtig waschen. In daumenlange Stücke schneiden und in einer halben Tasse Wasser und einer halben Tasse Milch und anderthalb Eßlöffel Butter ganz langsam gar kochen. Mit Salz abschmecken. Zuletzt zwei Eßlöffel Sahne zugeben.

#### BUTTER- ODER BLUMENKOHL

Von einem großen Blumenkohl die Blätter abbrechen und den Strunk abschneiden. Gut abwaschen und mit den Blumen (Röschen) nach oben in einen Topf mit einer halben Tasse Wasser und einer halben Tasse Milch und ein bißchen Salz ganz langsam gar kochen. Den Blumenkohl in eine Schüssel geben, anderthalb Eßlöffel Butter auflösen und über den Blumenkohl gießen.

#### ROSENKOHL

Wie Möhren kochen, aber ohne Petersilie. Evtl. mit Muskat würzen.

#### KOHLRABI

Zwei Pfund Kohlrabi schälen, in daumenlange Streifen schneiden und in einer Tasse leicht gesalzenem Wasser ganz langsam gar kochen. Anderthalb Eßlöffel Butter auslassen und über die Kohlrabi geben. Mit Salz und Milch abschmecken.

Wenn die Brühe zu dünn ist, eine Kartoffel darüberreiben.

#### ROTKOHL

Eine Zwiebel kleinschneiden und in einem Eßlöffel Schmalz schön gelb anbraten. Aufpassen, daß die Zwiebeln nicht zu scharf werden.

Zwei Pfund Rotkohl ganz fein schneiden und mit sechs Eßlöffeln leicht gesalzenem Wasser und einer Gewürznelke zu den Zwiebeln geben, Topfdeckel auflegen und das Ganze langsam gar kochen. Eine frische Kartoffel darüberreiben und mit Salz und Zucker abschmecken.

## EINSÄUERN UND EINLEGEN VON GEMÜSE

### SCHNIPPELBOHNEN

Stangenbohnen abfädeln und waschen. Bohnen mit einem Küchenmesser oder einer Schnippelmaschine schnippeln. Auf zehn Pfund Bohnen kommen zwei Pfund Salz.

Zunächst wird eine kleinere Schüssel Schnippelbohnen mit einer Handvoll Salz vermenget und so lange mit der Faust gestampft, bis Lake entsteht und es schäumt. So werden die Bohnen Schüssel um Schüssel verarbeitet und nach und nach in einen Steintopf geschichtet. Zuletzt werden die Bohnen mit einem Leinentuch abgedeckt und ein Holzbrett obenauf gelegt. Damit die Salzlake gut übersteht, kommt ein dicker Stein darauf. Einmal pro Woche müssen Tuch, Brett und Stein mit heißem Wasser abgewaschen werden. Nach sechs Wochen sind die Schnippelbohnen fertig und die erste Portion kann zum Kochen entnommen werden.

(Westfalen)

### SAUERKRAUT

Von zwanzig Weißkohlköpfen die alten Blätter und dicken Blattrippen abstreifen und die Kernstücke ausstechen. Die Weißkohlköpfe teilen und auf der Kohlschabe schaben. Für zwanzig Pfund geschabten Weißkohl benötigt man zum Einsäuern fünf Eßlöffel Salz.

Auf den Boden des Sauerkrautfasses werden einige Weißkohlblätter gelegt. Man streut etwas Salz darüber, gibt einige Handvoll geschabten Weißkohl ins Faß und stampft den Kohl mit der Faust zusammen, bis ein bißchen Brühe darüber steht. Man füllt nun den Weißkohl nach und nach in das Sauerkrautfaß, streut jeweils etwas Salz darüber und verfährt wie vorher. Man darf nicht zuviel Salz nehmen, sonst entsteht keine Gärung, und das Sauerkraut wird faul. Das eingestampfte Sauerkraut wird mit einigen Weißkohlblättern zugedeckt. Darüber kommt ein Leinentuch, auf das ein Brett gelegt wird. Dar-

auf kommt ein dicker Granitstein, damit die Sauerkrautlake gut übersteht. Alle acht Tage müssen Leinentuch, Brett und Stein mit heißem Wasser abgewaschen werden. Nach vier Wochen ist das Sauerkraut zum Kochen fertig.

(Westfalen)

#### GURKEN

Fünf Pfund Traubengurken waschen, mit gut drei Eßlöffeln Salz bestreuen und über Nacht ziehen lassen. Gurken abwaschen und gut abtrocknen.

Drei viertel Liter Essig mit einem Pfund Zucker und drei viertel Liter Wasser kochen. Die Gurken in Steintöpfe oder Gläser füllen. Einen Eßlöffel weiße Pfefferkörner, ein Pfund ganz kleine Zwiebeln, zwei Stück Meerrettich und ein Bündchen Dill auf den Gurken verteilen. Den Zucker-Essig-Saft über die Gurken gießen.

Steintöpfe mit Pergamentpapier zubinden, Gläser zukochen.

(Westfalen)

#### SENFURKEN

Fünf Pfund gelbe Gurken schälen, längs durchteilen und mit einem Eßlöffel die Samenkerne auskratzen. Gurken in fingerlange Stücke schneiden, mit drei Eßlöffeln Salz bestreuen und über Nacht (gut zwölf Stunden) ziehen lassen. Einen halben Liter Essig mit einem viertel Pfund Zucker aufkochen und abkühlen lassen.

Die Gurken gut abtropfen lassen und in Steintöpfe oder Gläser füllen. Einen Eßlöffel weiße Pfefferkörner, vier Eßlöffel Senfkörner, zwei Stück Meerrettich, ein Pfund kleine Zwiebeln und ein Bund Dill auf den Gurken verteilen. Den abgekühlten Zucker-Essig-Saft über die Gurken gießen. Nach drei Tagen den Zucker-Essig-Saft noch einmal aufkochen, abkühlen lassen und wieder über die Gurken gießen. Gläser oder Steintöpfe mit Pergamentpapier zubinden.

(Westfalen)

## ROTE BETE

Zwei Pfund rote Bete waschen und in Salzwasser zwei Stunden kochen. Die Rüben abpellen und abkühlen lassen, in dünne Scheiben schneiden. Fünf Zwiebeln abpellen und auch in Scheiben schneiden.

Rüben- und Zwiebelscheiben abwechselnd in einen Steintopf oder ein Zubindeglas legen. Ein Viertelliter braunen Essig mit einem Viertelliter Wasser, zwei Körnern Nelkenpfeffer, einigen schwarzen Pfefferkörnern aufkochen, mit Salz und Zucker abschmecken und über die rote Bete gießen. Steintopf oder Zubindeglas mit Papier zubinden.

(Westfalen)

## FLEISCHGERICHTE VON GEKOCHTEM FLEISCH

### VOM POTTHAST

Zu den Gerichten mit sehr langer Geschichte gehört in Westfalen der Potharst oder Potthast. Er wurde ursprünglich aus den "Abfällen" beim Schlachten bereitet. Man legte Ohren, Pfoten, Schwanz und Schnauze vom Schwein einige Tage in Salz. Anschließend wurden sie gewaschen und mit Gemüse und etwas Wasser durcheinander zu Pottharst gekocht. Im Laufe der Zeit wurde das Gemüse durch Zwiebeln ersetzt, so daß es immer mehr unserem heutigen Ragout ähnelte. Auch vom Rind gab es einen Potharst, der aus "Kleinfleisch" bereitet noch mit einer süßen, mit Korinthen versetzten Brühe übergossen wurde.

Nachstehende Rezepte haben sich bis heute bei uns erhalten. Das erste Rezept ist zugleich auch das älteste.

### POTTHAST VOM SCHWEIN

Drei Pfund Schweinefleisch: Füße, Ohren, Schnauze, Rippen, Schwanz, ein Pfund Zwiebelscheiben, ein Lorbeerblatt, ein Sträußchen mit Porree, Möhren, ein Stückchen Sellerie, einen halben Teelöffel Pfeffer und etwas Salz in einen Topf geben, mit Wasser auffüllen, auf den Herd setzen und alles ganz sachte gar kochen.

Fleisch aus dem Topf nehmen, von den Knochen lösen und in kleine Streifen schneiden. Wieder in den Topf geben, langsam aufkochen lassen, geriebenen Zwieback zufügen, umrühren bis alles schön sämig ist. Mit Salz, Pfeffer und Essig (Zitrone) abschmecken.

Dazu gibt es braune Ecken oder Salzkartoffeln und rote Bete.

(Soester Börde, Lipperland, südliches Münsterland)

### PFEFFERPOTTHAST VOM RIND (1)

Drei Pfund Rindfleisch in kleine Stücke schneiden, ein Pfund Zwiebelscheiben, ein Lorbeerblatt, ein Bund mit Porree, Möhren, ein Stückchen Sellerie, einen halben Kaffeelöffel Pfeffer, ein bißchen Salz in einen Topf geben, mit Wasser auffüllen, daß das Fleisch be-

deckt ist. Auf's Feuer setzen und das Fleisch gar kochen. Aufpassen, daß das Fleisch immer gut mit Brühe bedeckt ist.

Ein Stück Schwarzbrot oder Zwieback reiben und über das Fleisch streuen, umrühren, bis das Ganze schön sämig ist. Mit Salz, Pfeffer und Essig (Zitrone) abschmecken.

Dazu gibt es Salzkartoffeln, Gurken oder rote Bete.  
(Soester Börde, Münsterland)

#### PFEFFERPOTTHAST VOM RIND (2)

Zwei Pfund Rindfleisch vom Rücken oder hohe Rippe in walnußgroße Stücke schneiden, eineinhalb Pfund Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden. Fleisch und Zwiebeln in zwei Löffeln Schmalz anbraten, einen halben Kaffeelöffel gemahlene Pfeffer, ein Lorbeerblatt und Fleischbrühe zufügen. Langsam kochen bis das Fleisch gar ist. Aufpassen, daß das Fleisch immer mit Brühe bedeckt ist.

Danach langsam umrühren, soviel gemahlene Zwieback zufügen, bis die Brühe sämig ist. Kurz aufkochen. Mit Salz und Zitrone abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln und eingelegte Gurken, Zwiebeln oder rote Bete.

(Lipperland, südliches Münsterland)

#### RINDFLEISCH MIT ZWIEBELSOSSE

Zu den sogenannten Hochzeiten (Weihnachten, Ostern und Pfingsten) gab es als Festessen in Salzwasser gekochtes Rindfleisch. Nach der Suppe, vorwiegend Hühnersuppe, zu der man Weißbrot oder Brötchen aß, wurde das in Scheiben geschnittene Rindfleisch auf den Suppenteller gegeben. Über das Fleisch wurde reichlich Zwiebel- oder Rosinensoße gegossen. Dazu gab es Kartoffeln und gedünstete Möhren und als Nachtisch "stuifen ruis miet brotpriumen (dicken Reis mit Backpflaumen) oder auch "brotappel miet vanillesose" (Bratäpfel mit Vanillesoße).



Für zwei Pfund Rindfleisch zwei Liter Wasser mit einem Kaffeelöffel Salz zum Kochen bringen. Das Rindfleisch in das kochende Wasser geben, Topfdeckel auflegen und eine Stunde langsam kochen. Eine Porreestange, zwei Möhren, eine Zwiebel und ein Stück Sellerie zugeben und nochmals zwanzig Minuten kochen.

Ein halbes Pfund Zwiebeln abpellen, kleinschneiden und mit einem Löffel Butter anbraten. Wenn die Zwiebeln anfangen gelb zu werden, mit zwei Schöpfkellen Brühe auffüllen, einen Löffel Rosinen zugeben, gut umrühren, nach und nach geriebenen Zwieback zufügen bis die Soße sämig ist. Fleisch in Scheiben schneiden, auf einen tiefen Teller geben und Zwiebelsoße darüberfüllen.

Dazu gibt es braune Ecken oder braune Ecken mit Backpflaumen oder steifen Reis oder Salzkartoffeln mit Salat, Gurken oder rote Bete.

Danach gibt es steifen Reis mit Backpflaumen.

(Westfalen)

#### RINDFLEISCHTOPF, FLEISCHKUCHEN

Anderthalb Pfund Rindfleisch, nicht so fett, in ganz kleine Stückchen schneiden und in etwas Butter, ausgelassenem frischem Speck oder Schmalz anbraten und hinten auf den Herd stellen. Anderthalb Pfund Kartoffeln kochen und in Scheiben schneiden. Vier große Zwiebeln abpellen und kleinschneiden.

Einen tiefen Topf mit Butter austreichen. Nun Fleisch, Kartoffeln, Zwiebeln abwechselnd im Topf aufschichten. Auf jede Schicht ein bißchen Salz und Pfeffer streuen und ein Stückchen Butter geben. Obenauf geben wir eine halbe Tasse Milch und eine Tasse Sahne. Den Topfdeckel auflegen und den Topf in einen Topf kochendes Wasser stellen und zweieinhalb bis drei Stunden garen lassen.

(Münsterland, Lipperland, Sauerland)

## WARME WAMME

Was dem Königsberger sein "Königsberger Fleck", dem Schwaben "saure Kutteln", dem Münsterländer sein "Töttchen", das war dem Soester "warme Wamme". Vor dem Zweiten Weltkrieg war eine Allerheiligenkirmes in Soest ohne "warme Wamme" nicht denkbar. Es wurde dafür der Pansen, die eßbaren Teile aus dem Magenbereich des Rindes, verarbeitet. Der Pansen ist auch heute noch allgemein eine lukullische Spezialität.

Das Münsterländer "Töttchen" wird heute allerdings nicht mehr aus Pansen, sondern aus Kalbfleisch zubereitet.

Wamme über Nacht wässern, abspülen, auf ein Brett legen, mit Salz und Mehl bestreuen und tüchtig abreiben. Abspülen. Danach mit lauwarmem Wasser aufsetzen. Sobald das Wasser heiß ist, abgießen, mit frischem Wasser wieder auffüllen. Dieses drei- bis viermal wiederholen. Anschließend Wamme mit Möhren, Sellerie, Porree, Salz und Pfeffer acht Stunden kochen, bzw. bis sie weich ist. Die Wamme auf ein Sieb legen und abtropfen lassen. Noch evtl. vorhandenes Fett entfernen. Wamme in kleine Stücke oder fingerlange Streifen schneiden.

Für drei Pfund Wamme ein Pfund Zwiebeln kleinschneiden, in Butter weichdünsten (nicht bräunen lassen!). Soviel entfettete Wamme-Brühe wie gewünscht auffüllen und durch Zugabe von geriebenem Zwieback eine sämige Soße kochen. Danach Wammestückchen zugeben und nochmals eine Viertelstunde leicht weiterkochen. Mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken.

Will man die Wamme süßsauer, so muß man den Majoran fortlassen und dafür mit Essig oder Zitrone, Zucker oder Rübenkraut abschmecken. In tiefen Tellern servieren.

Dazu ißt man braune Ecken.

(Soester Börde)

## GEBRATENES FLEISCH

### SCHWEINEBRATEN

Ein halbes Liter Wasser mit einer oder zwei Möhren, einem Stückchen Sellerie, einer Zwiebel, zehn Pfefferkörnern und etwas Salz aufsetzen und kochen. Zwei Pfund Schweinefleisch abwaschen, abtrocknen und in das kochende Wasser geben. Den Topfdeckel auflegen und dreiviertel bis eine Stunde langsam kochen lassen. Fleisch aus dem Topf nehmen und auf einem Durchschlag abtropfen lassen.

In der Zwischenzeit einen Eßlöffel Butter oder ein Stückchen frischen Speck im Fleischtopf auslassen und das Fleisch von allen Seiten braun anbraten, zwischendurch mit etwas Brühe übergießen. Zuletzt das Wurzelwerk in einem Sieb auffangen und mit einem Holzlöffel - unter Zugießen von Brühe - durch das Sieb passieren. Das ergibt die Soße. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und evtl. noch ein bißchen Sahne zufügen.

Dazu Salzkartoffeln mit Kopf-, Bohnen- oder Gurkensalat oder mit Gemüse: im Sommer Erbsen und Möhren, Kohlrabi oder Blumenkohl, im Winter Rosenkohl oder Rotkohl

### RINDERBRATEN

Wenn man früher von Braten sprach, so meinte man überwiegend Schweinebraten. Rindfleisch wurde als Festtagsessen gekocht und mit Zwiebeln und Rosinen gereicht. Noch heute wird der Rinderbraten mehr "geköchelt" als gebraten.

Für den Rinderbraten zunächst einen kleinen Streifen Speck oder anderthalb Eßlöffel Butter im Fleischtopf auslassen. Eine Zwiebel in Scheiben, zwei Möhren, ein Stück Porree in Streifen schneiden und zum Fett in den Topf geben.

Zwei Pfund Rindfleisch abwaschen, abtrocknen und im Topf von allen Seiten in dem heißen Fett anbraten. So viel heißes Wasser zufügen, daß das Fleisch gut zur Hälfte mit Wasser bedeckt ist. Zu einem

Teil kann auch anstelle von Wasser Altbier genommen werden. Salz und Pfeffer über das Fleisch streuen und einen Eßlöffel Rübenkraut unterrühren. Topfdeckel auflegen und gut zwei Stunden ganz langsam kochen lassen. Fleisch aus dem Topf nehmen, in Scheiben schneiden und warm halten. Bratenbrühe mit Wurzelwerk durch ein Sieb gießen. Mit einem Holzlöffel das Wurzelwerk durch das Sieb passieren. Wem die Soße zu suppig ist, der kann noch etwas geriebenen Zwieback unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und evtl. noch ein bißchen Sahne zufügen.

(Westfalen)

#### SCHWEINEPFEFFER

Anderthalb Pfund Schweinefleisch in kleine Stücke schneiden. Drei Eßlöffel Schmalz oder Butter in der Pfanne heiß machen. Ein halbes Pfund Zwiebeln abpellen und feinschneiden. Fleisch und Zwiebeln in der Pfanne anbraten. Aufpassen, daß die Zwiebeln nicht zu braun werden. So viel heißes Wasser aufgießen, daß das Ganze gut bedeckt ist. Ein Lorbeerblatt, zehn Pfefferkörner zugeben und alles anderthalb bis zwei Stunden ganz langsam kochen lassen. Einen Eßlöffel geriebenen Zwieback und drei Eßlöffel Rübenkraut, zur Schlachtezeit statt Rübenkraut frisches Schweineblut, zufügen. Umrühren. Mit Salz und Pfeffer und, so man mag, mit Majoran abschmecken.

(Soester Börde)

#### GESCHMORTE PÖKELRIPPE

Zwei Pfund Pökelprippe in zwei Eßlöffel Butter in der Pfanne anbraten. Eine Tasse heißes Wasser, eine kleingeschnittene Zwiebel, ein Lorbeerblatt, drei Pfefferkörner zugeben. Ganz langsam gar schmoren. Dazu gibt es Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei, entweder mit grünen Erbsen, Sprossenkohl oder Sauerkraut.

(Soester Börde)

## SENFLEISCH

Fleisch kochen. In kleine Stücke schneiden, tüchtig in Senf wälzen. Eine halbe Stunde zur Seite stellen, in Eigelb und geriebenem Zwieback wälzen und in heißer Butter oder Schmalz anbraten.

Schmeckt gut zu gedämpften Kartoffeln und Salat.

(Soester Börde)

**SOSSEN****ROSINENSOSSE**

Zwei Zwiebeln abpellen, kleinschneiden und mit einem Löffel Butter anbraten. Wenn die Zwiebeln anfangen gelb zu werden mit zwei Schöpfkellen Brühe auffüllen, reichlich Rosinen zugeben. So lange kochen, bis die Rosinen weich sind. Nach und nach geriebenen Zwieback zugeben, bis die Soße sämig ist. Mit Salz, Pfeffer und ein bißchen Rübenkraut abschmecken.

(Soester Börde, Sauerland, Münsterland)

**BACKPFLAUMENSOSSE**

Anderthalb Tassen Backpflaumen in Wasser einweichen, abgießen und aussteinen.

Braten, Enten- oder Gänsebraten aus dem Brattopf nehmen. Backpflaumen zum Bratensatz durch ein Sieb streichen. Gut durch- und umrühren. Ein Viertelliter Sahne zufügen und kurz aufkochen. Wem das Ganze zu steif ist, der kann noch gute Fleisch- oder Knochenbrühe zufügen. Zuletzt mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Paßt gut zu Schweine-, Enten- oder Gänsebraten.

(Soester Börde, Sauerland, Münsterland)

**SENFOSSE ZU SÜLZE UND KALTEM FLEISCH**

Einige hartgekochte Eigelb mit einem bißchen Senf und Öl verrühren, das Eiweiß schön fein hacken und zufügen. Das Ganze durchrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

(Westfalen)

### ZWIEBELSOSSE ZU GEKOCHTEM RINDFLEISCH ODER SAUREN KARTOFFELN

Ein halbes Pfund Zwiebeln abpellen, kleinschneiden und mit einem Löffel Butter anbraten. Wenn die Zwiebeln anfangen gelb zu werden, mit zwei Schöpfkellen Brühe auffüllen, einen Löffel Rosinen zugeben, gut umrühren, nach und nach geriebenen Zwieback zufügen, bis die Soße sämig ist.

(Westfalen)

### SPECKSOSSE ZU GRÜNEM SALAT

Frischen Speck ganz fein schneiden und in der Pfanne auslassen. Aufpassen, daß die Grieben nicht zu groß werden. Zwei Eigelb mit einer Tasse Milch verrühren, zu den Grieben in die Pfanne gießen und zu einer schönen sämigen Soße rühren.

Mit Salz, Pfeffer und ein bißchen Essig abschmecken.

(Westfalen)

## KARTOFFELGERICHTE

### GEDÄMPFTE KARTOFFELN - dümpetiufeln

Kartoffeln schälen und in Streifen schneiden. Fetten Speck kleinschneiden und in der Pfanne auslassen. Kartoffeln in das heiße Fett geben und salzen. Einige Minuten anbraten lassen, dann etwas Wasser zugießen und die Pfanne mit einem Deckel zudecken. Wenn der Deckel nicht dicht schließt, den Deckelrand mit einem nassen Tuch bedecken. Sobald die Kartoffeln gar sind, werden sie mehrmals in der Pfanne gewendet und mit der Pfanne zu Tisch gebracht.

Abänderungen:

Man kann kleingeschnittene Zwiebelstücke mitdämpfen oder Winterbirnen durchschneiden, die Kerne entfernen und die Birnenstücke mitdämpfen.

(Westfalen)

### STAMPFKARTOFFELN, KARTOFFELBREI

Zwei Pfund Kartoffeln schälen und in gesalzenem Wasser in einer guten halben Stunde gar kochen. Topfdeckelauflegen nicht vergessen! Wasser abgießen, mit einem Kartoffelstampfer die Kartoffeln zerstampfen. Heiße Milch, einen Eßlöffel Butter und ein Eigelb zufügen. Umrühren. Mit einem Schneebesen gut durchschlagen. Einen halben Eßlöffel Zucker zugeben und mit Salz und, wenn man mag, mit Muskatnuß abschmecken.

(Soester Börde)

### SAURE KARTOFFELN

Mäusekartoffeln (kleine, längliche Kartoffeln) mit Zwiebelsoße und einer Scheibe lufttrocknem Schinken oder einem Stück lufttrockner Mettwurst.

(Kurkölnisches Sauerland)



## SPANISCH FRIKKO

Beliebt, geheimnisumwittert sein Ursprung und Name! Würde man den Beliebtheitsgrad eines Gerichtes an der Zahl der Rezeptvorschläge messen, "Spanisch Frikk" würde sehr weit oben stehen. Diese Vorschläge betreffen in der Hauptsache die Variationsmöglichkeiten mit verschiedenem Gemüse.

Im Grundrezept besteht fast wörtliche Übereinstimmung:

Zwei Pfund Fleisch vom Schwein oder Rind (oder halb und halb) kleinschneiden. Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Man benötigt zwei gehäufte Suppenteller voll und einen Suppenteller voll kleingeschnittener Zwiebeln. Zwiebeln in zwei Eßlöffeln Butter erhitzen und beiseite stellen. Einen Stich Butter zerpfücken und in einem Suppentopf auf dem Boden verteilen. Darauf abwechselnd Kartoffeln, Fleisch und Zwiebeln zwei Fingerbreit schichten. Auf die Kartoffeln und das Fleisch jedes Mal ein bißchen Butter und Pfeffer geben. Obendrauf drei Eßlöffel Sahne verteilen und den Topfdeckel auflegen.

Den Topf gut zweieinhalb bis drei Stunden in einen Topf kochendes Wasser stellen.

Dazu gibt es braune Ecken.

(Westfalen)

## BAUERNFRÜHSTÜCK

Einen Eßlöffel Schmalz oder Butter in der Pfanne erhitzen. Ein viertel Pfund Speckwürfel und anderthalb Pfund gekochte und in Scheiben geschnittene Kartoffeln anbraten. Dann ein viertel Pfund in Streifen geschnittenen Schinken und drei in Würfel geschnittene kleine Zwiebeln dazugeben und kurz mitbraten. Vier Eier mit etwas Salz verschlagen und über die Kartoffeln gießen. Pfannendeckel auflegen und die Eimasse stocken lassen. Vor dem Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Dazu reicht man frische Salate.

(Westfalen)

## PELLKARTOFFELN MIT SAURER SAHNE

Fünf Zwiebeln abpellen und feinschneiden, eine halbe Kanne saure Sahne zufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und so lange umrühren, bis die Sahne schön glatt vom Löffel läuft.

Zwei Pfund Kartoffeln kochen, abpellen und die saure Sahnesoße darübergießen. Dazu gibt es eine Scheibe lufttrocknen Schinken.

Saure Sahnesoße schmeckt auch gut im Herbst zu Kartoffeln aus dem Kartoffelfeuer.

Wenn man keine saure Sahne hat, kann man auch Quark nehmen: Ein halbes Pfund Quark mit Milch glattrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer will, der kann auch Schnittlauch oder Zwiebellaub kleinschneiden und darunterrühren.

(Soester Börde)

## potthucke

Zwei Pfund frische Kartoffeln schälen, reiben und gut ausdrücken. Ein halbes Pfund gekochte Kartoffeln feinstampfen, den frischen Kartoffelbrei, eine Tasse Sahne (Milch), vier Eier zufügen und das Ganze gut durchrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ein viertel Pfund frischen durchwachsenen Speck im Fleischtopf auslassen. Danach den Kartoffelbrei in den Topf füllen. Das Ganze im heißen Backofen in gut drei viertel Stunden gar backen.

Die Potthucke heiß auf den Tisch bringen. Dazu gibt es frischen Salat. Es gibt auch Leute, die Apfelmus dazu essen.

(Märkisches und kurkölnisches Sauerland)

## REIBEKUCHEN, REIBEPUFFERT, PUFFERT

Ein Pfund Mehl in eine Schüssel geben und in der Mitte eine Vertiefung machen. Zwei Eßlöffel Hefe mit etwas warmer Milch und einem Kaffeelöffel Zucker anrühren und in die Vertiefung schütten. Mit et-

was Mehl zu einem Teig rühren und zwanzig Minuten gehen lassen.

Sechs dicke Kartoffeln schälen, reiben, ablaufen lassen, mit drei Eiern, zwei Eßlöffeln Butter und einem Liter Milch zum Teig geben. Den Teig tüchtig rühren, bis er schwer vom Löffel fällt.

Im Fleischtopf kleine Speckstücke auslassen, den Teig hineingeben und in ein bis anderthalb Stunden gar backen. Aus der Form stürzen und heiß servieren.

Mit Kaffee und Schwarzbrot als Abendessen.

(Münsterland)

## SALATE

### KARTOFFELSALAT

Heute finden wir den Kartoffelsalat nicht mehr so oft an Sonn- und Feiertagen auf dem Abendbrottisch, wie das im ersten Drittel unseres Jahrhunderts üblich war. Er ist auf dem besten Wege, zu einem "Arme-Leute-Essen" herabgewürdigt zu werden. Vergleicht man den Kartoffelsalat von früher mit dem von heute, so muß man leider feststellen, daß beide nur noch den Namen gemeinsam haben. Darum sollten wir unseren Freunden und Gästen einmal wieder selbstgemachten Kartoffelsalat nach altem Rezept servieren.

Für einen solchen Kartoffelsalat werden zwei Pfund Pellkartoffeln abgepellt und in Scheiben geschnitten. Für die Soße acht Eßlöffel Öl mit vier Eßlöffeln Essig verrühren, eine kleingeschnittene Zwiebel und einen halben Kaffeelöffel Zucker zufügen. Gut umrühren und mit Salz und Pfeffer und evtl. mit Senf abschmecken. Kartoffelscheiben in eine tiefe Schüssel geben und die Salatsoße darübergießen. Mit zwei Löffeln langsam umrühren. Einige hartgekochte Eier in Scheiben schneiden und mit kleingeschnittener Petersilie über den Kartoffelsalat verteilen. Wenn man hat, kann man vor dem Umrühren noch zwei bis drei Eßlöffel Sahne zufügen.

Dazu gibt es Knackwurst oder Sülze.

(Westfalen)

### HERINGSALAT

Zehn Heringe abwaschen und eine Nacht in Wasser oder Milch legen. Abtropfen lassen. Heringe abziehen, Gräten entfernen und kleinschneiden. Ein halbes Pfund Bratenfleisch und ein halbes Pfund gekochten Schinken oder ein Pfund Bratenfleisch kleinschneiden. Drei Äpfel (Boskopp), vier Gurken, drei bis vier große Zwiebeln, fünf oder sechs hartgekochte Eier kleinschneiden. Ein Pfund rote Bete kochen und kleinschneiden. Das Ganze vorsichtig mischen und umrühren.

Zwei Eigelb mit einem Kaffeelöffel Senf verrühren. Nach und nach

zwei Eßlöffel Öl und drei Eßlöffel Quark zufügen und mit Salz, Pfeffer und etwas Essig abschmecken. Heringsoße vorsichtig unter den Heringsalat rühren. Einige Stunden ziehen lassen.

(Westfalen)

## PFANNEKUCHEN

### BUCHWEIZENPFANNEKUCHEN - baukwaiten-henrich

Ein Pfund Buchweizenmehl mit zwei Schöpfkellen (1/2 Ltr.) Milch, vier Eiern, einem halben Kaffeelöffel Zucker und einem bißchen Salz zu einem glatten Teig rühren. Zwei und eine halbe Stunde hinten auf dem Herd warm stellen.

Schmalz oder Butter in der Pfanne auslassen, einen Löffel Teig in die Pfanne geben und ausbacken.

Wenn man keine Milch zur Hand hat, kann man auch Gerstenkaffee nehmen und in den Teig noch zwei Löffel gut abgewaschene Rosinen geben.

Zu Buchweizenpfannekuchen schmeckt: Honig, Kraut, Pumpernickel, braune Ecken oder auch Schwarzbrot mit Butter und Salat.

Wer gerne Speck ißt, der schneidet sich ein halbes Pfund Speck in kleine Stücke und läßt sie in der Pfanne aus. Zum Backen gibt man auf zwei Löffel Speckgrieben einen Löffel Buchweizenteig und läßt sie auf beiden Seiten gut ausbacken.

(Münsterland)

### MEHLPFANNEKUCHEN

Ein halbes Liter Milch, ein halbes Pfund Mehl und einen Kaffeelöffel Salz zu einem Teig rühren und eine halbe Stunde warm stellen. Wenn man hat, kann man auch zwei oder drei Eier zugeben.

In der Pfanne Öl heiß machen. Einen großen Löffel Teig in die Pfanne geben und auf beiden Seiten schön gelb backen.

(Westfalen)

### MEHLPFANNEKUCHEN MIT ÄPFELN, PFLAUMEN, KIRSCHEN ODER WALDBEEREN

Ein halbes Liter Milch, ein halbes Pfund Mehl, drei Eier und einen Kaffeelöffel Salz zu einem Teig rühren und eine halbe Stunde warmstellen.

In der Pfanne Öl heiß machen. Einen Löffel Teig in die Pfanne und Apfelstücke, halbe Kirschen, halbe Pflaumenstücke oder Waldbeeren auf den Teig geben und langsam ausbacken.

(Westfalen)

### SPECKPFANNEKUCHEN

Speck kleinschneiden und in der Pfanne auslassen. Aufpassen, daß die Grieben nicht zu scharf werden. Mehlpfannekuchenteig zugeben und auf beiden Seiten ausbacken.

Dazu gibt es Salat.

(Westfalen)

### EIERPFANNEKUCHEN

Ein halbes Pfund Mehl, eine Tasse Milch, drei Eigelb zu einem Teig rühren und eine viertel Stunde ruhen lassen. Das Eiweiß zu Schnee schlagen und unter den Teig rühren. Mit Salz abschmecken.

Öl in der Pfanne heiß machen. Eine Schöpfkelle Teig in die Pfanne geben und auf beiden Seiten ausbacken.

Dazu schmeckt Rübenkraut oder Apfelmus.

(Westfalen)

### KARTOFFELPFANNEKUCHEN

Zwei Pfund rohe Kartoffeln reiben. (Für Magenkranke nimmt man 1 1/4 Pfund rohe und 3/4 Pfund gekochte Kartoffeln.) Einen Kaffeelöffel Salz und zwei Eier zufügen. Alles gut durchrühren. In einer

Pfanne Öl oder Schmalz erhitzen und mit einem kleinen Schöpflöffel portionsweise den Brei hineingeben. Unter Umwenden handtellergröße Plätzchen daraus backen.

Mit Apfelmus servieren.

Statt Fleisch zu Erbsensuppe, Bohnensuppe, Schnippelbohnsuppe.

Übriggebliebene Kartoffelpfannekuchen aufwärmen oder auch kalt auf butterbestrichenem Schwarzbrot oder Weizenstuten mit Rübenkraut servieren.

(Münsterland, Soester Börde)

#### PICKERT, LAPPENPICKERT, PFANNENPICKERT

Drei Pfund Kartoffeln schälen, waschen und in eine Schüssel reiben; ein halbes Pfund Weizenmehl, drei Eier und eine Tasse Schmant oder Milch zufügen und gut umrühren. In einer kleinen Pfanne Öl heiß machen oder frischen Speck auslassen und den Kartoffelteil mit einem kleinen Schöpflöffel daumendick in die Pfanne füllen. Den Teig auf beiden Seiten nicht zu dunkel ausbacken.

Auf jeden Pickert ein Stückchen Butter geben und ihn noch heiß auf den Tisch bringen.

Man kann den Pickert auch noch mit Gelee oder Rübenkraut oder auch mit Leberwurst essen.

(Lipperland, Münsterland, Sauerland)

#### gaiseke, gieseke

Eine beliebte "Pfannekuchenspezialität" des Sauerlandes und der Haar waren die gaiseke oder gieseke. Weizenmehl, geriebene Kartoffeln und Milch wurden zu einem Pfannekuchenteig gerührt. Man warf den Teig mit einem Löffel an die mit Fett oder Schmalz eingeriebenen heißen Wände des Eisenofens, bis er gar gebacken herunterfiel. Die "gaiseke" wurden mit Butter und Rübenkraut bestrichen und heiß gegessen.

(Sauerland)



## MILCH- UND MEHLSPEISEN, KÄSE

### HOTTEN

Leider ist der Name Hotten, auch Hoppen genannt, in Vergessenheit geraten. Hotten, hotteln, "die meälke hottelt" = die Milch läuft zusammen, sie gerinnt. Die geronnene Milch wird auf ein Sehtuch gegeben, und nach Abfließen der Flüssigkeit bleibt das weiße Eiweiß, der Hotten, übrig.

#### HOTTEN - hottenmeälke

Hottenmilch wurde früher, besonders in der wärmeren Jahreszeit, von Mai bis weit in den Herbst hinein tagaus, tagein als nahrhafte aber auch durstlöschende Vorspeise zum Mittagessen gegessen. Ein Sprichwort lautet: "De kruinekrane brenget dien hottenkietel miet und niemet 'ne äök wuier miet." (Die Kraniche bringen den Hottenkessel mit und nehmen ihn auch wieder mit.)

Die Herstellung der Hottenmilch war sehr einfach. Abgerahmte, süße Milch wurde zum Kochen gebracht, ein "halwer schlaif" (eine halbe Schöpfkelle) Salzwasser zugefügt und etwas "kwol" (Lab) hineingekrümelt. Schon bald begann die Milch zu "hotteln" (gerinnen), und weiße Käseflocken schwammen auf einer grünlichen Flüssigkeit, der "wietke" (Molke, Käsewasser). Diese Molke wurde zur Hälfte abgegossen und durch frische Milch ersetzt.

(Westfalen)

#### plunnermeälke

An heißen, schwülen Sommertagen mit Gewitterneigung wird frische Milch in einer offenen Schüssel beiseite gestellt. Innerhalb von vierundzwanzig Stunden ist die Milch "geplunnert" (geronnen). Diese "plunnermeälke" wird umgerührt, mit Zucker und Zimt bestreut und mit einer Scheibe Schwarzbrot dazu gegessen. Das ist eine nicht nur leckere, sondern auch nahrhafte und erfrischende Nachspeise.

(Westfalen)

## RÜHREI - aihottel, hottenägger

Einen Eßlöffel Butter in einem Steintopf (Keramik) auflösen. Sechs Eier mit sechs Eßlöffeln Milch und einem bißchen Salz verrühren und mit der Butter mischen.

Ein kleines Stück frischen Speck in der Pfanne auslassen, Eiermilch zufügen und backen lassen bis sie steif ist. Danach mit zwei Gabeln auseinander reißen.

Schmeckt gut zu gedämpften oder Stampfkartoffeln oder auf Schwarzbrot mit Butter.

(Westfalen)

## DICKE MILCH

Frischer Milch wird Lab zugegeben. Sobald die Milch geronnen ist, wird sie in einen Leinenbeutel gefüllt, um die "wietke" (Molke) abfließen zu lassen. Dann wird die "frische Käsematte" in eine Schüssel gegeben und mit Milch oder, soweit man hat oder früher bei besonderen Angelegenheiten, mit süßer Sahne angerührt, mit Zucker und Zimt bestreut und als Vor- oder Nachspeise gereicht.

(Westfalen)

## BUTTERMILCHSUPPE (EINFACH) - keärnemeälksiupen

Frische Buttermilch erhitzen, ein paar Schwarzbrotsscheiben zugeben und fertig ist die "keärnemeälksiupen". Ihren besonders guten Geschmack verdankte die Buttermilchsuppe in früheren Jahren den auf der Suppe schwimmenden und vom Buttern zurückgebliebenen Butterstückchen.

(Westfalen)

## KÄSEMATTE, HANDKÄSE

Milch warm stellen und gerinnen lassen, dann in ein sauberes Leinentuch füllen und abtropfen lassen. Mit Salz abschmecken und zu faust-

großen Käsestücken ausrollen. Luftig stellen. Der Käse ist reif, wenn sich eine gelblich-weiße Haut gebildet hat.

Je nach Geschmack kann man den Käse mit kleingewürfelten Zwiebeln oder Kümmel würzen.

(Westfalen)

#### BIERSUPPE MIT EI - aisiupen

Eine halbe Kanne Milch mit einer Stange Vanille und zwei Löffeln Zucker kochen. Einen Löffel Mehl mit etwas kalter Milch anrühren und in die heiße Milch geben. Eine halbe Kanne Bier unter die Milch rühren und das Ganze sachte aufkochen lassen. Mit Salz abschmecken. Vom Herd nehmen und zwei Eigelb darunterziehen. Das Weiße von den Eiern zu Schnee schlagen und auf die Suppe geben.

(Soester Börde, kurländisches Sauerland)

#### BIERSUPPE MIT EI UND KORINTHEN - wamboier

Bei wa(r)mboier handelt es sich um die gleiche Suppe wie im Rezept vorher, es sind ihr noch zusätzlich Korinthen zugefügt. Sie wurde auch Totensuppe genannt, weil sie nach Beerdigungen gegessen wurde.

(Soester Börde, kurländisches Sauerland)

#### "BLINDE FISCHE"

Zwei Eier in eine Schale Milch geben und beides mit einem Löffel gut durcheinanderschlagen. Zehn Zwiebacke in der Eiermilch wenden und mit einem bißchen Butter in der Pfanne anbraten. Danach auf einen Teller geben und mit Zimt und Zucker bestreuen.

Apfelmus schmeckt auch dazu.

(Soester Börde, südliches Münsterland)

"HACKEPOL" (Milchsuppe mit Mehlklößchen)

Vier Tassen Milch mit vier Löffeln Zucker zum Kochen bringen. Vier Löffel Mehl in eine Schüssel geben, zwei Eier darüberschlagen und beides gut durchkneten. Mit bemehlten Händen Streusel machen und in die kochende Milch geben. Eine Viertelstunde ziehen lassen.

(Soester Börde)

"GRAUE GRETE" - gruisse graite, rüemel, ruemeltse

Drei viertel Pfund Backpflaumen und Backobst in heißem Wasser einweichen. Danach auf einen Durchschlag geben und ablaufen lassen.

Zehn Schöpfkellen abgerahmte Milch mit einem Pfund trockenem Brot oder Brotecken kochen, Backpflaumen und Backobst zugeben. Mit drei Löffeln Zucker abschmecken.

(Westfalen)

"EIERKÄSE", EIERKUCHEN

Acht oder neun Eier, ein Liter Milch und ein bißchen Salz mit einem Schneebesen gut verrühren. In einen Stein(Keramik)topf gießen. Den Steintopf so lange in kochendes Wasser stellen, bis alles geronnen und fest ist. Eikäse auf einen Teller stürzen.

Darüber einen Guß Sahne oder Milch mit Zimt und Zucker oder Himbeersaft gießen.

(Kurkölnisches Sauerland)

GRIESMEHLBREI

Drei viertel Liter Milch kochen. Langsam anderthalb Tassen Griesmehl, zwei Eßlöffel Butter, eine Tasse Zucker, eine halbe Stange Vanille und ein bis zwei Eigelb unterrühren. Das Eiweiß zu Schnee

schlagen und langsam unter den Brei geben. Grießmehlbrei in eine Schüssel füllen und abkühlen lassen.

Darüber schmeckt Himbeersaft.

(Westfalen)

#### STEIFER REIS

Ein Liter Wasser aufkochen, ein Viertelpfund Reis zufügen und gut fünf Minuten langsam kochen lassen. Reis auf einen Durchschlag geben und abtropfen lassen.

Drei viertel Liter Milch mit drei Eßlöffeln Zucker, zwei Eßlöffeln Butter und einer halben Stange Vanille aufkochen, Reis zugeben und das Ganze gut eine Stunde hinten auf dem Herd ausquellen lassen. Reis in eine Schüssel füllen. Zwei Eßlöffel Zucker mit zwei Eßlöffeln Zimt mischen und über den Reis streuen.

Statt Zimt und Zucker kann man auch Backpflaumen und Backobst erhitzen und zu dem Reis essen.

(Westfalen)

#### TOPFBEUTEL - pöttkesbul

Ein halbes Pfund Reis, ein Viertelpfund Backpflaumen, zwei Löffel Rosinen in einem Seihetuch zu einem Beutel zusammenbinden. Unter dem Knoten einen Holzlöffel durchschieben und das Ganze ein und eine halbe Stunde in einen Topf mit heißem Wasser hängen. Danach den Knoten aufknüpfen und den Beutelinhalt in eine Schüssel schütten, braune Butter darübergeben und mit Zucker bestreuen.

(Soester Börde, Sauerland)

## MEHLKNÖDEL MIT GETROCKNETEN APFELSCHNITZEN, BACKPFLAUMEN UND SPECKSOSSE

Zwei Löffel Butter schaumig rühren, nach und nach ein Ei, ein Eigelb und vier Löffel Mehl zugeben. Mit Salz und einem Strich Muskatnuß abschmecken und tüchtig durcheinanderkneten. Vom Teig Knödel abstechen und zehn Minuten in kochendem Wasser ziehen lassen. Aus dem Wasser nehmen und auf dem Herd warm stellen.

Ein Stückchen Speck kleinschneiden und in der Pfanne auslassen. Eine kleine Schnitt Zwiebel in dem ausgelassenen Speck gelb werden lassen, und mit zwei Schöpfkellen Brühe auffüllen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Drei viertel Pfund getrocknete Äpfel und Backpflaumen mit Wasser und einem bißchen Zucker eine Viertelstunde kochen. Specksoße, Apfel und Backpflaumen über die Knödel geben und das Ganze einmal umrühren.

(Soester Börde)

**GETRÄNKE MIT ALKOHOL****ADVOKATENSCHNAPS - hoppelpock**

Zu sechs Eigelb eine Tasse Sahne und fünf Löffel Zucker geben; das Ganze mit einem Schneebeesen tüchtig schlagen. Zuletzt anderthalb Schnapsgläser Rum unterrühren.

**hoppelpoppel**

Zu vier Eigelb eine Tasse Sahne, eine halbe Kanne Bier und fünf Eßlöffel Zucker oder mehr zufügen. Nun alles mit einem Schneebeesen tüchtig schlagen. Zuletzt zweieinhalb Schnapsgläser Rum oder Arrak unterrühren. Man kann auch noch einen Strich Muskatnuß darunterziehen.

(Märkisches Sauerland, Soester Börde)

## BACKWERK

### BRAUNE ECKEN, WECKEN

Sechzig Gramm Hefe mit einem achtel Liter warmem Wasser verrühren. Ein Pfund Roggenmehl, ein halbes Pfund Weizenmehl, zwei Eßlöffel Salz in eine tiefe Schüssel geben und gut durchrühren. In der Mitte eine Vertiefung machen, die aufgelöste Hefe hineingeben und von den Seiten ein bißchen Mehl darüberstreuen. Die Schüssel mit einem Tuch abdecken und den Teig eine gute Stunde gehen lassen. Den Teig mit einem Holzlöffel durchrühren, bis er sich gut vom Löffel löst. Danach den Teig zu einer faustdicken Rolle ausrollen. Die Rolle in etwa fünfzehn Stücke teilen. Aus den Stücken Brötchen formen. Kuchenblech mit einer Speckschwarte einreiben. Brötchen darauf legen und mit einem Messer längs einschneiden und noch einmal eine gute halbe Stunde gehen lassen. Mit warmer Milch bestreichen und im heißen Ofen in zwanzig Minuten bis einer halben Stunde ausbacken.

Statt Milch kann man auch eine Tasse Wasser aufkochen, zwei Eßlöffel Kartoffelmehl darin verrühren und die heißen Ecken damit einstreichen.

(Soester Börde)

### HEISSEWECKEN - hoitweggen, haitkölskes, nunnenföetkes

Diese faustgroßen Wecken wurden im Kurkölnner Raum vor allem zu Fastnacht gebacken, daher auch die Bezeichnung "haitkölskes".

Vier Lot Hefe mit drei Löffeln handwarmer Milch und drei Löffeln Zucker durcheinanderrühren. Ein Pfund Weizenmehl in eine tiefe Schüssel geben, mittendrin eine Vertiefung machen und die aufgelöste Hefe hineingeben. Etwas Mehl darüberstreuen, mit einem Tuch abdecken und zwanzig Minuten hinten auf den Herd stellen.

Drei Schöpfkellen Milch mit drei Löffeln Butter warm machen und mit dem Teig verrühren. Den Teig mit einem Holzlöffel so lange



schlagen, bis er Blasen wirft und sich gut vom Löffel löst. Den Teig noch einmal zwanzig Minuten gehen lassen. Ein halbes Pfund Rosinen abwaschen, auf einen Durchschlag geben und abtropfen lassen, zum Teig geben und alles gut durcheinanderkneten. Den Teig zu einer dicken Rolle kneten, in faustgroße Stücke schneiden und mit etwas Mehl auf den Händen zu runden Wecken formen. Backblech mit Butter bestreichen, die Wecken darauf legen und fünfzehn Minuten gehen lassen. Danach im heißen Ofen fünfzehn Minuten backen und mit heißer Milch oder Butter bestreichen.

(Kurkölnisches Sauerland)

#### FLACHE WECKEN, FLADEN - plattweggen

Anderthalb Pfund Weizen- und drei Pfund Roggenmehl mischen. Drei Viertel davon in eine tiefe Schüssel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen, ein bißchen Hefe in Wasser auflösen und mit einem halben Pfund Sauerteig darein geben. Das Ganze gut durchrühren und eine halbe Stunde gehen lassen. Danach anderthalb Eßlöffel Salz und das übrige Mehl zufügen und tüchtig durchkneten. Nach und nach ein halbes Liter warmes Wasser oder noch besser Buttermilch zufügen und kneten, bis der Teig schön geschmeidig ist. Einen Teelöffel gemahlene Fenchel und einen Teelöffel Koriander in den Teig rühren und gut zwei Stunden gehen lassen. Der Teig muß um die Hälfte aufgehen.

Noch einmal den Teig gut durchkneten. Zehn bis zwölf handgroße, fingerdicke flache Wecken formen. Kuchenblech mit Butter oder Schmalz einreiben. Die Wecken darauf geben, ein bißchen Mehl darüberstreuen, einige Male mit der Gabel einstechen und im heißen Ofen anderthalb Stunden backen.

(Kurkölnisches Sauerland)

## BUTTERWECKEN, BUTTERSEMMELN

Vierzig Gramm Hefe mit drei Eßlöffeln warmer Milch und zwei Eßlöffeln Zucker verrühren. Ein halbes Pfund Weizenmehl in eine tiefe Schüssel geben, in der Mitte eine Vertiefung machen, da hinein die aufgelöste Hefe geben und ein bißchen Mehl von den Seiten darüberstreuen. Den Teig mit einem Tuch abdecken und gut zwanzig Minuten gehen lassen.

Drei Eßlöffel Butter mit einem viertel Liter Milch erwärmen und mit einem halben Pfund Weizenmehl unter den Teig rühren. Den Teig tüchtig kneten, bis er sich gut vom Löffel löst, noch einmal mit einem Tuch abdecken und wieder zwanzig Minuten gehen lassen. Danach gut durchkneten und zu einer faustdicken Rolle ausrollen. Die Rolle in gut zwanzig Stücke teilen. Aus jedem Stück ein rundes Brötchen formen. Kuchenblech mit einer Speckschwarte einreiben. Die Brötchen darauf legen und eine gute Viertelstunde gehen lassen. Brötchen im heißen Ofen in einer Viertelstunde ausbacken. Danach mit heißer Milch oder heißer Butter bestreichen.

(Westfalen)

## PFEFFERKUCHEN, PFEFFERSTUTEN - giä(r)kauken

Ein Pfund Rübenkraut, ein halbes Pfund Zucker, ein halbes Pfund Butter aufkochen und abkühlen lassen. Zwei Pfund Mehl, einen Kaffeelöffel Zimt, einen Kaffeelöffel Kardamom, einen halben Kaffeelöffel Nelkenpfeffer (Piment) in eine Schüssel geben und mischen. Einen gestrichenen Kaffeelöffel Pottasche in zwei Eßlöffel Rosenwasser auflösen.

Das abgekühlte Rübenkraut, die aufgelöste Pottasche zum Mehl geben und das Ganze zu einem glatten Teig kneten. Den Teig zwei bis drei Tage kalt stellen.

Erstens: Kastenform mit einer Speckschwarte einreiben, den Teig zu drei Viertel da hineinfüllen, mit Eigelb bestreichen, süße Mandeln

darauf verteilen und in gut einer Dreiviertelstunde im heißen Ofen ausbacken.

Zweitens: Kuchenblech mit einer Speckschwarte einreiben, den Teig darauf fingerdick ausstreichen, mit Eigelb bestreichen, süße Mandeln darauf verteilen und in gut zwanzig Minuten im heißen Ofen ausbacken.

Ein bißchen abkühlen lassen und in kleine Stücke schneiden.

(Soester Börde)

#### STUTENKERL (Gebäck zu St. Nikolaus)

Fünf Lot (50 Gramm) Hefe mit einem bißchen handwarmer Milch und einem Eßlöffel Zucker verrühren. Anderthalb Pfund Mehl in eine tiefe Schüssel geben. Mittendrin eine Vertiefung machen und die aufgelöste Hefe hineinfüllen. Ein bißchen Mehl darüberstreuen, mit einem Tuch abdecken, warm stellen und zwanzig Minuten gehen lassen.

Eine Schöpfkelle (1/4 Ltr.) Milch mit vier Eßlöffeln Butter, drei Eßlöffeln Zucker und einem bißchen Salz erwärmen und mit dem Teig verrühren, zuletzt zwei Eier zufügen. Nun den Teig mit einem Holzlöffel so lange schlagen, bis er Blasen wirft und sich gut vom Löffel löst. Noch einmal den Teig zwanzig Minuten gehen lassen. Rosinen abwaschen und abtropfen lassen. Tischplatte mit Mehl bestreuen und den Teig darauf einen halben Finger dick ausrollen. Die Stutenkerle mit einem Messer ausschneiden.

Kuchenblech mit einer Speckschwarte einreiben, ein bißchen Mehl darüberstreuen und die Stutenkerle darauf legen. Rosinen als Augen, Mund und Knöpfe in den Teig drücken und in gut zwanzig Minuten im heißen Ofen ausbacken.

(Westfalen)

"HIRSCHBÖCKE", SPEKULATIUS (Weihnachtsgebäck)

Ein halbes Pfund Butter erwärmen und schaumig schlagen. Ein halbes Pfund Zucker und ein Ei zufügen und alles gut verrühren. Einen halben Kaffeelöffel Zimt, eine Messerspitze Kardamom, eine Messerspitze Nelkenpfeffer, ein bißchen Salz und ein viertel Pfund Mehl darunterühren.

Ein halbes Pfund Mehl langsam über den Teig streuen und so lange den Teig durchkneten, bis er schön fest und glatt ist. Mit einem Tuch abdecken und über Nacht stehen lassen. Spekulatiusbretter mit Mehl bestreuen, den Teig darüber ausrollen, gut andrücken und den Rest mit einem Messer abstreichen. Das Spekulatiusbrett umdrehen und auf einem dicken Tuch ausschlagen.

Kuchenblech mit Mehl bestreuen, die Spekulatius darauf legen und im heißen Ofen zehn bis fünfzehn Minuten backen.

(Soester Börde)

WEIHNACHTSWECKEN - kristweggesken

Vierzig Gramm Hefe mit drei Eßlöffeln warmer Milch und zwei Eßlöffeln Zucker verrühren. Ein halbes Pfund Weizenmehl in eine tiefe Schüssel geben, in der Mitte eine Vertiefung machen, dahinein die aufgelöste Hefe geben und ein bißchen Mehl von den Seiten darüberstreuen. Den Teig mit einem Tuch abdecken und gut zwanzig Minuten gehen lassen. Drei Eßlöffel Butter mit einem viertel Liter Milch erwärmen und mit einem halben Pfund Weizenmehl unter den Teig rühren. Den Teig tüchtig kneten und noch einmal zwanzig Minuten gehen lassen. Ein halbes Pfund Korinthen abwaschen und auf einem Durchschlag abtropfen lassen. Die Korinthen unter den Teig kneten. Den Teig zu einer faustdicken Rolle ausrollen und in gut zwanzig Stücke teilen. Aus jedem Stück ein rundes Brötchen formen. Kuchenblech mit einer Speckschwarte einreiben, die Brötchen darauf legen und eine gute Viertelstunde gehen lassen.

Brötchen im heißen Ofen in einer guten Viertelstunde ausbacken. Danach mit heißer Milch oder Butter einreiben.

(Westfalen)

#### EISERKUCHEN, NEUJAHRSKUCHEN

Ein viertel Pfund Butter, zwei bis drei Eigelb, ein halbes Pfund Zucker schaumig rühren, eine halbe Schöpfkelle (1/8 Ltr.) Sahne, etwas ausgekratztes Vanillemark, drei Schöpfkellen Milch zufügen und das Ganze umrühren. Das Eiweiß zu Schnee schlagen und unter den Teig geben. Der Teig muß schön dünn sein, sonst noch etwas Wasser zufügen.

Kucheneisen heiß machen und mit einer Speckschwarte einreiben. Einen Eßlöffel Teig auf das heiße Eisen geben, zuklappen und goldgelb ausbacken. Vom Eisen nehmen und zusammenrollen.

(Westfalen)

#### WAFFELN

Ein viertel Pfund Butter, zwei Eßlöffel Zucker und drei Eigelb schaumig rühren. Ein halbes Pfund Mehl, eine halbe Schöpfkelle (1/8 Ltr.) süße und eine halbe Schöpfkelle saure Sahne nach und nach unter die Butter rühren. Statt Sahne kann auch Milch genommen werden. Das Eiweiß zu Schnee schlagen und ganz langsam unter den Teig geben.

Waffeleisen erhitzen, mit einer Speckschwarte einreiben, Teig mit einem Löffel auf das heiße Eisen geben und ausbacken.

Waffeln auf der Tischplatte abkühlen lassen und mit Zucker bestreuen.

(Westfalen)

## SPRITZGEBÄCK

Vier Eßlöffel Butter, vier Eßlöffel Zucker, zwei Eigelb schaumig rühren. Ein halbes Pfund Mehl langsam unterrühren. Ein bißchen Zitronenschale abreiben und unter den Teig geben.

Kuchenblech mit einer Speckschwarte einreiben. Teig in einen Spritzbeutel füllen und in kleine Streifen auf das Kuchenblech spritzen. Schön goldgelb ausbacken.

(Westfalen)

## BUTTERKUCHEN

Vier Lot Hefe mit einem bißchen handwarmer Milch und einem Löffel Zucker verrühren. Ein Pfund Mehl in eine tiefe Schüssel geben. Mittendrin eine Kuhle machen und die aufgelöste Hefe hineingeben. Ein bißchen Mehl darüberstreuen. Mit einem Tuch abdecken und zwanzig Minuten auf dem Herd warm stellen.

Eine Tasse Milch mit vier Löffeln Butter, drei Löffeln Zucker und einem bißchen Salz warm machen und mit dem Teig verrühren, zuletzt ein Ei dazugeben. Nun den Teig mit einem Holzlöffel so lange schlagen, bis er Blasen wirft und sich gut vom Löffel löst. Noch einmal den Teig zwanzig Minuten gehen lassen.

Kuchenblech mit Butter bestreichen, den Teig ausrollen und auf das Kuchenblech legen.

Ein viertel Pfund Butter und ein viertel Pfund Zucker mit einer Gabel mischen, durcheinanderkneten, etwas Mehl darüberstreuen und mit bemehlten Händen Streusel machen. Die Streusel auf den Teig verteilen. Kuchen in einen heißen Backofen schieben und zwanzig bis fünfundzwanzig Minuten backen lassen.

(Soester Börde)

## APFELKUCHEN - appeltate

Teig wie für Butterkuchen bereiten.

Zwei Pfund Äpfel schälen, Kerngehäuse ausschneiden und die Äpfel teilen und in Scheiben schneiden. Kuchenblech mit Butter bestreichen und etwas Mehl darauf streuen. Zweidrittel des Teiges auf dem Blech ausrollen und an den Ecken hochdrücken. Apfelscheiben mit zwei Löffeln Zucker und drei Löffeln Rosinen mischen und auf dem Teig verteilen. Zuletzt ein bißchen Zimt darüberstreuen. Das letzte Drittel Teig ausrollen und in lange, fingerbreite Streifen schneiden. Die Streifen längs und quer auf den Teig legen. Kuchenblech in den heißen Backofen schieben und eine halbe Stunde backen lassen.

(Westfalen)

## RODONKUCHEN

Anderthalb Pfund Mehl, ein viertel Pfund Butter, fünf Lot (50 Gramm) Hefe, ein halbes Pfund Rosinen (vorher gut abwaschen), vier bis sechs Eier, drei bis vier Eßlöffel Zucker (oder so viel man möchte) gut durcheinander- und miteinanderrühren. Zum Aufgehen warm stellen.

Rodonkuchenform mit Butter und geriebenem Zwieback ausstreichen, Teig einfüllen und gut anderthalb Stunden im heißen Ofen ausbacken.

(Westfalen)

## ZWIEBACK

Vier Lot (40 Gramm) Hefe mit etwas lauwarmer Milch und einem Eßlöffel Zucker verrühren. Anderthalb Pfund Mehl in eine tiefe Schüssel schütten, in der Mitte eine Vertiefung machen und die aufgelöste Hefe hineingeben. Etwas Mehl von den Seiten darüberstreuen, mit einem Tuch abdecken, warm stellen und gut zwanzig Minuten gehen lassen.

Eine Schöpfkelle Milch (1/4 Ltr.) mit einem viertel Pfund Butter, einem viertel Pfund Zucker und einem bißchen Salz erwärmen, mit

dem Teig verrühren und zuletzt zwei Eier zufügen. Nun den Teig mit einem Holzlöffel so lange schlagen, bis er Blasen wirft und sich gut vom Löffel löst. Den Teig eine gute Stunde gehen lassen. Die Tischplatte mit Mehl bestreuen und den Teig zu faustdicken Rollen kneten. Kuchenblech mit Fett bestreichen, Teigrollen darauf legen und ein bißchen flach zusammendrücken. Noch einmal für kurze Zeit gehen lassen.

Teig mit Eigelb oder Zuckerwasser bestreichen und goldgelb im heißen Ofen ausbacken. Nach dem Abkühlen in Scheiben schneiden, wieder auf das Kuchenblech geben und im heißen Ofen groß durchbacken.

(Westfalen)

HEFE - gest

Zwei mittlere, gekochte Kartoffeln feinreiben und mit einem Kaffeelöffel Zucker und einem Eßlöffel Bier zu einem dicken Brei rühren. Einige Tage gären lassen.

Diese Hefe ist ausreichend für zwei Pfund Mehl.

(Soester Börde)



## VOM BROTBACKEN

Die Backöfen auf den Bauernhöfen waren aus Lehm und Backsteinen aufgemauert. Sie waren an eine Hauswand mit Abdach angebaut oder befanden sich in einem gesonderten Fachwerkhäus, dem sogenannten "backs". Das war ein Häuschen in der Größe von 5 mal 8 Metern. Im Keller dieses "backs" befand sich meistens neben dem Backofen noch der "bäggpott", der Viehtopf zum Kochen des Viehfutters. Das Erdgeschoß diente allen möglichen Zwecken. Es war Abstellraum für Geräte der Flachs- und Wollverarbeitung, für Obstpressen, Trockenhürden für Obst usw., oder es war auch nur Trockenraum. Dort befand sich auch wohl die hauseigene Brenn- oder Brauanlage.

Auf dem Dachboden des "backs" wurde das Anmachholz für den Backofen, gebündeltes Reisig, die sogenannten "bäckerbünne" (Bäckerbunde), untergebracht, während das eigentliche Heizholz für den Backofen, die "spellern" oder "backspellern", längs- oder kopfseits des "backs" gestapelt wurden.

Der Backofen bestand aus drei Teilen:

1. der Ofenplatte als rechteckige Unterlage aus mit Lehm verfugten Backsteinen (Ziegeln) auf einer dicken, gestampften Lehmschicht,
2. dem kuppelartigen Aufbau, ebenfalls aus mit Lehm verfugten Backsteinen, welcher zusätzlich noch dick mit Lehm bestrichen war,
3. dem Ofenloch ("miule") mit Ofenblech ("stölpe") oder schon mit einer eisernen Ofentür.

Neben dem Backofen lag ein Haufen Ersatzbacksteine, da es immer wieder passierte, daß ein Stück der Kuppel ein- oder ausbrach und erneuert werden mußte.

Das Anheizen des Backofens war nicht ganz problemlos, denn es war von der Witterung abhängig. Bei Frostwetter und klarer Luft brannte das Feuer sehr schnell und lichterloh, denn der Rauch konnte gut abziehen. War aber Regenwetter oder herrschte dicker Nebel, so fehlte der notwendige Zug für das Feuer, das Holz brannte sehr schlecht an, und es gab dazu noch eine starke Rauchentwicklung. Daher war das "anbaiten moißentuit ne abet füör mannsluie" (Anheizen eine Arbeit für Männer).

Zum Anheizen wurden ein paar "bäckerbünne" mit etwas Stroh angezündet und nach und nach die "backspellern" kreuzweise über der Glut nachgelegt. Außer Nadelhölzern wurden alle Laubhölzer zum Heizen des Backofens verwandt. Vom Heizen mit Weidenholz wurde sogar behauptet, daß es besonders weiche Brotkrusten ergäbe, selbst dann noch, wenn die übliche Backzeit schon weit überschritten war. Die notwendige Backhitze des Backofens war vorhanden, wenn sich die Innenwände des Backofens weiß färbten. Nach dem Anheizen wurden die Innenwände zunächst schwarz, dann färbten sie sich allmählich rot, um zum Schluß in weiße Farbe überzugehen. Sobald die weiße Farbe den ganzen Innenraum bedeckte, wurde ein Reiserbesen

("ruiserbesm") in Wasser getaucht und damit die Feuerreste (Holzkohle) aus dem Ofen gekehrt. Die Holzkohle wurde in einen Eimer gekehrt, um später im Herd weiter verbrannt zu werden. Nach dem Auskehren der Holzkohle wurde um den Reiserbesen ein Stück Sackleinen gewunden, dieser in Wasser getaucht und damit die letzten Reste von der Ofenplatte gewischt. Das Ofenloch wurde noch solange offengehalten, bis man die ausgestreckte Hand einige Minuten vor das Ofenloch halten konnte. In manchen Gegenden nahm man einen Strohalm, der erst nach einer bestimmten Zeit versengen durfte, oder man betete ein "Vater unser". Mit der "stölpe" (eine gerändelte Blechplatte mit Handgriff) wurde nun das Ofenloch verschlossen.

Gebacken wurde etwa alle vierzehn Tage. Zum Backen wurde stets frisch gebeuteltes Mehl ("builemeäl") genommen, d.h. ein paar Tage vor dem Backen wurde das Backgetreide zur Mühle gebracht. Ein Zentner Getreide ergab ungefähr siebzig Pfund Mehl, mal mehr, mal weniger, je nachdem, wie rein der Müller es "iutbuilt" (ausgebeutelt) hatte. Aussprüche wie: "do hiät 'e wuier dat moiste in'n kliggen hangen!" (da hat er wieder das Meiste in der Kleie hängen!) waren an einer Mühle häufig zu hören. Die Kleie war kein Abfallprodukt, sondern ein wertvoller Viehfutterzusatz. Gewöhnlich wurde zum Backen Roggenmehl genommen. Sollte allerdings das Brot heller werden, so mußte Weizenmehl hinzugenommen werden. In den dreißiger Jahren war das Mischungsverhältnis meist 2/3 Roggenmehl zu 1/3 Weizenmehl. Dazu kamen dann noch die Hefe und der Sauerteig. Die Hefe kaufte man in der Stadt, und der Sauerteig wurde einige Tage vor dem Backen mit Mehl, Milch, Restteig vom letzten Backen und lauwarmem Wasser zum "siuern" angesetzt.

Am Vorabend des Backtages wurde der Backtrog vom "backs" geholt und auf zwei Stühle in die Nähe des Herdes gestellt. Hier war es warm, und gleichmäßige Wärme war zur Teigbereitung notwendig. Zum "Säuern" wurde etwa die Hälfte des zu verwendenden Mehles (etwa 50 Pfund) in den Backtrog geschüttet und mit dem Sauerteig gut durchgemischt. Dann wurde der Trog mit einem Leinenlaken und, bei ganz Vorsichtigen, noch zusätzlich zur Warmhaltung des Teiges mit einer Woldecke zugedeckt. Fenster und Türen wurden ganz besonders sorgfältig geschlossen gehalten, um möglichst jegliche Zugluft zu vermeiden. Bei Kindern im Hause war das gar nicht so einfach, und oft genug bekamen sie zu hören: "blagen lot't dat pö(r)ten suin, dai doich verschrecket süß!" (Kinder, laßt das Öffnen und Schließen der Türen sein, der Teig erschreckt sich sonst!).

Der Sauerteig wurde selbst zubereitet. Grundlage bildete das sogenannte "schräpsel". Nach jeder Teigbereitung wurde der Backtrog nicht ausgewaschen, sondern mit einem Schaber gut ausgekratzt. Dieses Ausgekratzte ("schräpsel") wurde in einen Steintopf gegeben und mit Milch und Wasser angeteigt. Anschließend wurde dieser Steintopf mit Inhalt auf einem Bord oberhalb des Herdes bis zum nächsten Backen aufbewahrt. Einige Tage vor dem nächsten Backen wurden dem

gesäuerten Teig noch Mehl und Milch, mitunter auch noch etwas Hefe zugegeben.

Nach dem Frühstück am nächsten Morgen wurde der große Küchentisch in die Nähe des Backtroges geschoben. Die Verarbeitung des Teiges erfolgte meistens durch zwei Frauen. Während die eine den Tisch mit Mehl bestreute, hatte die andere den Teig im Backtrog in zwei oder drei Teile geteilt. Jedes Teil wurde zu einer Rolle geformt und dann auf den bemehlten Tisch gelegt und geknetet. Geknetet, geknetet und immer wieder frisches Mehl mit eingeknetet, bis der Teig nicht zu steif aber auch nicht zu weich war. Mit einem großen Messer wurde der Teig dann in so viele Stücke geschnitten, wie man Brote haben wollte. Doch damit waren die Brote noch nicht fertig. Jetzt wurde jedes Brot Stück für Stück nochmals geknetet, bis der Teig keine Falten mehr zeigte. Danach wurden sie auf die bemehlten Backbretter (etwa 2 m lang und 0,5 m breit) gelegt. Zum Schluß erhielten die Brote mit einem Messer noch einen etwa 1/2 cm tiefen Längsschnitt und wurden mit lauwarmem Wasser, dem etwas Öl zugesetzt war, oder aber mit Milch eingepinselt. Anschließend wurden sie zum Backofen gebracht.

Hier wurde ganz kurz noch einmal die notwendige Hitze überprüft und die Brote dann auf einem Brett an einem etwa 2 m langen Stiel einzeln nach und nach "inschuoten". Dicht bei dicht wurden sie in den Backofen gelegt, zum Schluß das Ofenloch mit der "stölpe" verschlossen.

Ungefähr zwei Stunden mußten die Brote nun backen. Waren sie nach zwei Stunden noch zu hell, so verblieben sie meistens noch eine weitere Viertelstunde im Backofen. Nach dem "iuttrecken" wurden die Brote wieder auf die Backbretter gelegt und zum Abkühlen auf das "backs" gebracht. Aufbewahrt wurden die Brote im Keller oder "op d'r büene" (auf der Vorratskammer).

Die Restwärme des Backofens wurde zum Backen von Platenkuchen oder im Herbst zum Trocknen von Obst ausgenutzt.

**BROTAUFSTRICH AUS OBST****PFLAUMENKRAUT, PFLAUMENMUS**

Zehn Pfund Pflaumen waschen, abtropfen lassen, durchteilen und entsteinen. In eine tiefe Schüssel geben und zwei Pfund Zucker darüberstreuen (man kann auch noch einen viertel Liter Weinessig darübergießen). Alles einen Tag ziehen lassen.

Pflaumen in einen großen Topf füllen. Ganz langsam erhitzen. Wenn die Pflaumen anfangen zu kochen, den Topf etwas zur Seite schieben und drei bis dreieinhalb Stunden langsam kochen lassen. Die letzte halbe Stunde das Pflaumenkraut langsam umrühren.

Steintöpfe oder Gläser heiß ausspülen und das Pflaumenkraut heiß einfüllen. Mit Pergamentpapier zubinden.

(Westfalen)

**GELEE VON ROTEN JOHANNISBEEREN - schaloi van räoen kasper-ten (gehannisdriuwen)**

Rote Johannisbeeren waschen und die Stengel abstreifen. Sechs Pfund rote Johannisbeeren mit einem halben Liter Wasser fünf Minuten kochen, in ein Leinentuch füllen und auspressen. Den Saft hinten auf den Herd stellen. Auf einen Liter Saft zwei Pfund Zucker zufügen. Den Saft heiß werden lassen, nicht kochen! Das oder auch der Gelee ist gut, wenn ein Kaffeelöffel Gelee auf einer Untertasse steif wird. Das Gelee heiß in Gläser füllen und mit Pergamentpapier zubinden.

(Westfalen)

**RÜBENKRAUT - kriut**

Zuckerrüben gründlich reinigen, Blattansätze ausschneiden und in faustgroße Stücke schneiden. Zuckerrübenstücke in einen Topf geben, mit Wasser aufgießen und gar kochen. Auspressen. (Preßkuchen an das Vieh verfüttern.)

Den Zuckerrübensaft so lange einkochen, bis er nicht mehr vom Löffel läuft. Rübenkraut in Steintöpfe füllen.

Man kann den Zuckerrüben auch Birnen begeben (ein Eimer Birnen auf drei Eimer Zuckerrüben).

(Westfalen)

## DIE HAUSSCHLACHTUNG

Im ersten Drittel unseres Jahrhunderts wurde auf dem Lande noch in jedem Haushalt, in den Städten noch in vielen Haushaltungen, geschlachtet.

Man fütterte die Schweine mit Futterrüben, Kartoffeln und Gerstenmehl. Die Futterrüben wurden dafür mit einem Messer grob zerkleinert und mit Kartoffeln und evtl. Gemüseabfällen im Futtertopf von 75 bis 100 Liter Inhalt, dem sogenannten "bägepott", gekocht. Danach wurde der Inhalt des "bägepottes" mit dem Futterstampfer oder mit der Futterquetsche zerkleinert und in das Futterfaß gefüllt. Die Futterquetsche war ein rechteckiger, trichterförmiger und unten offener Holzaufsatz, in dem sich unten eine runde, mit handlangen Eisenstäben dicht besetzte, frei bewegliche Eisenstange mit einer Handkurbel befand. Zum Zerkleinern der gekochten Rüben wurde sie auf das Futterfaß gestellt, und die Rüben wurden mit Hilfe einer "fülle", einer etwa zweieinhalb Liter fassenden, eisernen Schöpfkelle, in die Quetsche gefülle und durchgedreht.

In das Futterfaß wurde auch der sogenannte "drankemmer" entleert. Der "drankemmer" hatte seinen Platz unter oder neben dem Spülbecken ("spailstoin"). In den "drankemmer" kamen alle Speisereste. Außerdem wurde vor dem Spülen das Eßgeschirr mit allen Fett- und Speiseresten mit heißem Wasser aus dem Kaffeekegel in den "drankemmer" abgespült.

Das Futter wurde mit der "fülle" in den Futtereimer gefüllt und mit ein bis zwei Händen voll Gerstenmehl verrührt. Die jungen Schweine erhielten nach dem Säugen allerdings zunächst nur Magermilch mit etwas Gerstenmehl. Während der Sommermonate wurden noch zerkleinertes Gras, Klee, Brennesseln und später, so man hatte, auch noch Eicheln zugefüttert. Wenn die Eicheln gefüttert wurden, hieß es wohl: "fui mait' bolle schlachten, et wiä(r)t wane lecht op de büene!" (Wir müssen bald schlachten, es wird sehr licht auf der Fleischbühne (Fleischkammer)!).

Mit dem ersten Frost kam nicht nur die "Grünkohlzeit", sondern auch die "Schlachtzeit", die Zeit der Hausschlachtungen. Bis in die dreißiger Jahre, vereinzelt auch später noch, wurden die Hausschlachtungen nicht auf den Schlachthöfen, sondern auf dem Hof vor dem Stall durch die damaligen Hausschlächter, kurz "Schlächter" genannt, durchgeführt. Im Hauptberuf waren sie meist Maurer und gingen im Winter als Hausschlächter, womit sie sich ein kleines Zubrot verdienten. So sprach der Volksmund auch scherzhaft von "muierklitsenwuorst" (muierman = Maurer, muierklitse = Scherzwort für Maurer). Auch aus den Berufen der Landarbeiter und Tagelöhner kamen Schlächter. Hier und da schlachtete auch der eine oder andere Bauer sein Vieh selbst. Aber so zahlreich, wie man nun annehmen könnte, waren die Schlächter nicht vertreten. In den Dörfern vielleicht zwei bis drei (je nach Größe der Ortschaft), in den Städten verhielt es sich ähn-

lich. Aus diesem Grunde war es ratsam, mit seinem Schlächter recht bald einen Schlachttermin zu vereinbaren. Meistens geschah dieses acht bis zehn Tage vorher. War der Schlachttermin festgelegt, begannen die Vorbereitungen.

Die Deele und die Waschküche wurden gründlich sauber gemacht. Die Schlachtleiter (eine achtsprossige Holzleiter) zum Aufhängen des geschlachteten Schweines, die Mollen (aus Pappel- oder Lindenholz gefertigte etwa 1,20 m lange Holzwannen), das "kruemel" (ein leicht gebogenes Stück Eichenholz von etwa 1,20 m Länge mit abgekerbten Kanten an den Enden), mit dem das geschlachtete Schwein mit seinen Hinterläufen aufgehängt wurde, und das "piekelfat" (Pökelfaß), ein ovales Eichenfaß mit Deckel, wurden hervorgeholt und tüchtig mit heißem Sodawasser gescheuert, geschruppt und mit viel kaltem Wasser nachgespült. Neben dem "bäggepott", der zunächst als Kochtopf für Brühwasser und später als Kochtopf für Fleisch und Würste diente, wurde ein großer Haufen Holzscheite auf Vorrat gestapelt. Streichholzdicke Ästchen wurden vom Weißdorn oder von Schlehenbüschen geschnitten. Daraus wurden die "Wurstepinne" gefertigt. Von der "floiskbüene" (Fleischkammer), welche zwischendurch auch noch gesäubert wurde, wurden Fleischmaschine, Gewürzmühle (meistens eine ehemalige Kaffeemühle), die Reste an "druem" (Wurstband), Papierdärmen und die evtl. schon getrockneten, selbstgezogenen Gewürze wie Majoran und Thymian geholt und der große Einkaufszettel geschrieben. Man hatte zwar das eine oder andere im Haus, doch mußte etliches hinzugekauft werden: Salz, Salpeter, Pfefferkörner und, je nach Wunsch und Geschmack, Piment, Nelkenpfeffer, Senfkörner, Kümmel, Lorbeerblätter, aber auch Wurstband und Papierdärme. Oft wurde noch Rindfleisch hinzugekauft, weil es bei dem einen oder anderen zur Gewohnheit geworden war, der Mettwurst, dem Schwartemagen und der Sülze Rindfleisch beizufügen.

Am Vortage wurden ein großer Topf Zwiebeln geschält, Suppengemüse (Porree, Möhren, Sellerie) vorbereitet, Einkochgläser, Schüsseln, Teller, Töpfe, Schöpfkellen, Wursthörner und Wurstmaschine gespült. Man benötigte also viele Hände. Waren nicht genügend Helfer zum Schlachten in der eigenen Familie vorhanden, so halfen gerne Nachbarn, Anverwandte und Bekannte.

Am Vorabend wurde noch einmal überprüft, ob auch nichts fehlte. Die Wurstbänder und Papierdärme wurden auf gewünschte Länge geschnitten und an einem Ende schon zugebunden, die "Wurstepinne" zugeschnitten und getrocknet. Hierfür wurden die streichholzdicke Ästchen vom Schlehen- oder Weißdornbusch entrindet, auf 4-5 cm Länge geschnitten und an den Enden angespitzt. Sie dienten als zusätzlicher Verschluß der Wurstenden. Vor dem Füllen wurden die Därme am unteren Ende umgebogen und die Wurstepinne mit mehrmaligem Durchstechen durch die Darmhaut geschoben; dann drückte man das Darmende auf dem Wurstpinn zusammen, band das Darmende mit dem Wurstband über dem Wurstepinn einmal zusammen und verknotete das Wurstband über den Enden des Wurstepinnes. Hierdurch wur-

de ein Aufgleiten des Wurstbandes vermieden. Ein dauerhafter und fester Verschuß.

Das zum Schlachten vorgesehene Schwein bekam an den letzten Tagen nur noch Magermilch mit etwas Gerstenmehl. In den letzten zwanzig Stunden erhielt es überhaupt kein Futter mehr. Hierdurch wurde der Darm schon "innerlich" vorgereinigt.

Am Morgen des Schlachttages stand man früh auf. Wenn der Schlächter eintraf, mußte das "bröggewater" (Brühwasser) bereits kochend bereitstehen. Der Schlächter war von weitem erkenntlich an seiner weißen, dunkel gestreiften, mit zwei Reihen schwarzer Knöpfe besetzten Schlächterjacke, der vor den Füßen umgeschlagenen, weißen Schlächterschürze, dem großen Lederköcher mit verschiedenen Messern und dem "schrapphö(r)n" (Borstkratzer) am "schmachtraimen" (Leibriemen aus Leder), den wadenhohen Stiefeln und einer flachen, ledernen Schirmmütze. Vor sich her schob er den "bröggetroech" (Holztrog zum Abbrühen des Schweines) auf zwei niedrigen Rädern. Im "bröggetroech" befanden sich auch die weiteren Utensilien: ein großer, eisenberingter Holzhammer, der "döe(r)n" (Schlachtdorn), ein Hackmesser und die Fleischsäge. Bei dem "döe(r)n" handelt es sich um den Vorläufer der späteren Bolzenschußapparate. Ein etwa 1 1/2 cm dicker, frei beweglicher Stahlbolzen in einem etwa 10 bis 15 cm langen und etwa 4 cm dicken Eisenrohr, welches an einem etwa 30 bis 40 cm langen Rohr mit Handgriff befestigt war. Der Stahlbolzen war ein paar Zentimeter länger als das Rohr, in dem er sich befand.

Am rechten Vorder- und Hinterbein mit einem Strick gefesselt wurde das Schwein aus dem Stall geholt. Dabei quiekte das Schwein so laut, daß man schon von weitem hören konnte, wo gerade im Ort geschlachtet wurde. Das Schwein wurde von einem Mann gehalten, mitunter auch noch zusätzlich an irgendeinem Gegenstand festgebunden. Eine zweite Person hielt dann den "döe(r)n" auf die Stirnfläche des Schweines und zwar im Schnittpunkt der beiden gedachten Linien: linkes Auge-rechtes Ohr, rechtes Auge-linkes Ohr. Dann nahm der Schlächter den schweren Holzhammer, und mit einem kräftigen Schlag auf den "döe(r)n" durchdrang der Bolzen die Stirnplatte des Schweines, welches wie vom Blitz getroffen sofort zu Boden fiel. Das Schwein wurde dann auf die rechte Seite gewälzt. Mit dem Messer kratzte der Schlächter noch ein paar Borsten weg, und mit einem kräftigen Stich mit einem langen, spitzen Messer in das Herz wurde auch gleichzeitig die Hauptschlagader durchtrennt. Schnell wurde die Pfanne (meistens wurde die "dümpetiufelnpanne" mit zwei Handgriffen genommen, weil sie breit, aber nicht sehr hoch ist) unter das Einstichloch geschoben, worein, sowie der Schlächter das Messer zurückzog, das Blut floß. Sobald die Pfanne gefüllt war, wurde sie in einen Eimer entleert. Dafür verschloß der Schlächter das Einstichloch mit einem Holzpfropfen. Dieses geschah einige Male. Damit das Blut nicht gerann, mußte es bis zum Erkalten kräftig mit einem Schneebesen geschlagen werden. Wenn kein Blut mehr abfloß, wurde das Einstichloch mit dem Holzpfropfen verschlossen.



Das "bröggefat" wurde herangezogen und das Schwein hineingewälzt. So einfach, wie sich das anhört, war es aber nicht. Man stellte das "bröggefat" hochkant längs des Schweines. Durch Niederdrücken des Troges und gleichzeitiges Anheben des Schweines rollte dieses förmlich in den Trog. Das "bröggewater" (Brühwasser) wurde dem Schlächter in einem alten Kaffeekessel (Wasserkessel), der immer wieder nachgefüllt wurde, zugereicht. Es durfte nicht zu heiß aber auch nicht zu kalt sein. War das Brühwasser zu heiß, so "peäket de böe(r)seln sik faste" (klebten die Borsten fest), war es zu kalt, so lösten sie sich nicht. Das Brühwasser wurde langsam auf die Schweinehaut gegossen und die Borsten dann mit dem "schrapphö(r)n" (Kratzhorn) sofort abgeschabt. War eine Seite fertiggeschabt, so wurde das Schwein im Trog gewendet und die andere Seite geschabt. Zum Schluß wurden die Zehen in heißes Wasser getaucht, etwas aufgeweicht und mit einem Haken am "schrapphö(r)n" abgezogen. Die Borsten kamen auf den "mistfall" (Dunggrube), oder der Schlächter nahm sie mit nach Hause. Einige letzte Borsten wurden mit einem scharfen Messer entfernt. Mit einem Schnitt an der Rückseite der Hinterbeine legte dann der Schlächter die Sehnen frei. Die Sehnen wurden soweit vorgezogen, daß man jeweils die Endstücke des "kruemel" (Krummholz) durchschieben konnte und die Sehnen fest hinter der Holzkerbung lagen. Mit vereinten Kräften wurde dann das Schwein auf die Leiter gezogen und das "kruemel" mit ein paar Stricken in Höhe der oberen Sprosse der Leiter befestigt. Rechts und links des Schweines wurden ein paar Hölzer gelegt, damit das Schwein beim Aufrichten der Leiter nicht zur Seite rutschen konnte. Nach dem Aufrichten des Schweines wurde es nochmals nach restlichen Borsten abgesucht und mit einigen Eimern heißem und kaltem Wasser kräftig abgespült.

Von oben nach unten wurde das Schwein dann aufgeschnitten, Magen, Leber, Därme entnommen und in bereitgehaltene "Mollen" gelegt. Wegen der Gallenblase wurde die Leber ganz besonders vorsichtig entnommen und in eine gesonderte Schüssel gegeben. Nach dem Durchtrennen des Brustbeines mit einem Hackmesser oder Beil wurden Herz, Lunge, Luftröhre und Zunge entnommen und ebenfalls in besondere Gefäße gelegt. Dann wurde der Stopfen aus dem Einstichloch gezogen und das angesammelte Blut in einer Kanne aufgefangen. Kopf und Hals wurden damals der Länge nach aufgeschnitten, das Kreuzbein und die Rippenknochen längs der Wirbelsäule durchtrennt und der Rückenspeck an diesen Stellen eingeschnitten, sodaß das Schwein nun flach auf der Leiter hing. Zum Schluß wurden noch die Flomen rechts und links zur Seite geklappt, die Nieren herausgeschnitten, eingeschnitten und zu Herz und Lunge gegeben. Der Schlächter spülte das geöffnete Schwein noch mit ein paar Eimern Wasser ab, und damit war seine Tätigkeit vorerst beendet. Nach dem Reinigen seiner Messer und Geräte und einer Stärkung mit ein paar Klaren begab er sich mit seinem Trog wieder heimwärts.

Nach einem kräftigenden Frühstück ging dann die "Schlachtarbeit" mit dem Reinigen der Därme weiter. Hierbei wurden die Därme zunächst abgestreift, danach umgestülpt unter fließendem Wasser gespült und die daran befindliche Schleimhaut durch Abschrapfen entfernt. Hierbei mußte sehr vorsichtig gearbeitet werden, damit der Darm nicht beschädigt wurde. Zur Prüfung auf Beschädigungen wurde der Darm mit einem Federkiel aufgeblasen. Der Dickdarm wurde tüchtig mit Salz abgerieben, mit warmem Wasser so lange gespült, bis auch die letzten Schleimhautreste entfernt waren. Vom Magen zog man die gesamte Innenhaut. Die gereinigten Därme und der Magen kamen dann in frisches Wasser, dem einige Zwiebeln, Porreestücke, Sellerie- oder auch Salbei- oder Grünkohlblätter beigegeben waren. Ganz Vorsichtige und Überempfindliche gaben noch ein paar aufgelöste Kristalle übermangansaures Kalium hinzu. Die Blase wurde bereits beim Aufschneiden des Schweines entleert. Sie wurde nun mehrere Male gespült, aufgeblasen, zugebunden und über dem Herd getrocknet. Nach dem Trocknen wurde sie in heißem Wasser aufgeweicht, aufgeschnitten, drei bis vier Mal längs geteilt und zu Würstdärmen zusammengenäht.

Nach dem Mittagessen holte sich die Hausfrau die Flomen ins Haus. Die Flomen wurden nun enthäutet, durch die grobe Scheibe der Fleischmaschine gedreht, in einen großen Eisentopf gefüllt, auf das Herdfeuer gestellt und ausgelassen. Damit die "schraumen" (Grieben) gleichmäßig braun wurden, mußte gerührt werden. Zum Rühren benutzte man einen großen, flachen Holzlöffel. Sobald die "schraumen" an der Oberfläche schwammen, war das Schmalz gut. Die "schraumen" wurden nun mit dem "schuimerschlaif" (Schaumlöffel) abgehoben und das Schmalz zum Abkühlen vom Herdfeuer genommen. Hier und da wurde jetzt ein Apfel oder auch mehrere in das heiße Fett getaucht und gegart. Diese "schmoltappel" waren eine leckere Beigabe des Schlachtens. Inzwischen waren auf dem hinteren Teil der Herdplatte die "schmoltpötte" (Schmalztöpfe aus Steingut) vorgewärmt, und nachdem das Schmalz nach etwa einer Stunde abgekühlt war, wurde es noch flüssig in die vorgewärmten Steintöpfe gefüllt.

Am Nachmittag kam der Trichinenbeschauer ("finnenkuiker"). Diese Tätigkeit wurde auf dem Land nebenberuflich durch Schneider und Schuster ausgeübt. Unter einem Mikroskop wurde das Fleisch untersucht. Hierzu wurden feine Fleischfetzen zwischen zwei Glasscheiben gelegt und unter das Mikroskop geschoben. Anschließend betrachtete und untersuchte er noch Lunge, Milz und Leber. Gab es nichts zu beanstanden, wurde eine "amtliche" Bescheinigung ausgestellt und auf die Schinken des Schweines der Stempel "Trichinenfrei" gedrückt.

## WAS WIEGT DAS SCHLACHTSCHWEIN? "WIEGEN" OHNE WAAGE

Früher machte man das folgendermaßen:

Mit einem Maßband wurde hinter den Vorderfüßen zunächst der Bauchumfang des Schweines gemessen und dann mit Hilfe folgender Zahlen das Gewicht errechnet:

$$\begin{array}{rcl} 100 \text{ cm} & = & 150 \text{ Pfund} \\ \text{jeder weitere cm} & = & 5 \text{ Pfund} \end{array}$$

z.B. Bauchumfang = 128 cm

$$\begin{array}{rcl} \text{Gewicht des Schweines: } 100 \text{ cm} & = & 150 \text{ Pfund} \\ \quad \quad \quad \underline{28 \text{ cm (x 5)}} & = & \underline{140 \text{ Pfund}} \\ & = & 290 \text{ Pfund} \end{array}$$

oder nach dem Schlachten:

Ein Vorderfuß wurde gewogen und das Gewicht mit 100 multipliziert.

z.B. Gewicht des Vorderfußes = 2 3/4 Pfund

$$\begin{array}{rcl} \text{Gewicht des Schweines:} & \quad \quad \quad \underline{2 \frac{3}{4} \text{ Pfund} \times 100} & \\ & = & \underline{275 \text{ Pfund}} \end{array}$$

## SCHMALZ

Die Haut von den Flomen abziehen. Flomen mit warmem Wasser abspülen und gut trockenreiben, durch die große Scheibe des Fleischwolfes drehen oder in kleine Stücke schneiden. In einem großen Topf auf den heißen Herd stellen und auslassen. Das dauert eine gute halbe Stunde. Aufpassen, daß die Grieben nicht zu groß werden. Auf zwei Pfund Flomen einen Kaffeelöffel Salz geben. Grieben mit einem Schaumlöffel aus dem Schmalz nehmen.

Nach einer Stunde Schmalz in Steintöpfe füllen. Am nächsten Tag mit Pergamentpapier zubinden.

## SCHMALZ MIT ÄPFELN UND ZWIEBELN

Von zwei Pfund Flomen die Haut abziehen. Flomen mit warmem Wasser abspülen und gut trockenreiben, durch die große Scheibe des Fleischwolfes drehen oder in kleine Stücke schneiden. In einem großen Topf auf den Herd stellen und auslassen. Das dauert eine gute halbe Stunde. Aufpassen, daß die Grieben nicht zu groß werden.

In der Zwischenzeit vier Zwiebeln (ein halbes Pfund) abpellen, zwei Äpfel (ein halbes Pfund) schälen, Kerngehäuse entfernen. Zwiebel und Äpfel kleinschneiden und ganz langsam in das heiße Schmalz geben. Wenn die Äpfel und Zwiebeln anfangen gelb zu werden, den Topf vom Feuer nehmen und einen Kaffeelöffel Salz, einen halben Kaffeelöffel weißen Pfeffer und einen Kaffeelöffel Majoran zum Schmalz geben. Umrühren.

Nach einer halben Stunde Schmalz in Steintöpfe füllen. Am Tag darauf mit Pergamentpapier zubinden.

(Westfalen)

## ZWIEBELSCHMALZ

Zwiebeln abpellen und in Scheiben schneiden. Zwiebelscheiben in das heiße Schmalz geben und alles weiter erhitzen. Wenn die Zwiebelscheiben anfangen braun zu werden, diese aus dem Schmalz nehmen.

Zwiebelschmalz in eine Schüssel oder einen Steintopf füllen und abkühlen lassen.

Zwiebelschmalz nehmen wir in die Leberwurst, Mettwurst, Kohlwurst oder Knackwurst oder auch statt Butter oder Schmalz auf frisches Schwarzbrot oder auch zum Mett- oder Schinken-Butterbrot.

(Kurkölnisches Sauerland, Soester Börde)

**WURST U. Ä.**

UNGEFÄHRER GEWÜRZBEDARF FÜR JEWEILS EIN PFUND WURST -  
MASSE

## Leberwurst

Salz	15 - 20	Gramm
Pfeffer	1 - 1,5	Gramm
Majoran	0,5 - 1	Gramm
Thymian	0,5	Gramm

## Blutwurst

Salz	15 - 20	Gramm
Pfeffer	1 - 1,5	Gramm
Majoran	0,5 - 1	Gramm
Thymian	0,5	Gramm

## Mettwurst

Salz	10 - 15	Gramm
Pfeffer	1	Gramm
Salpeter	0,5	Gramm

## Kohlwurst

Salz	10 - 15	Gramm
Pfeffer	1	Gramm
Zwiebel	50	Gramm

## Schwartemagen

Salz	15 - 20	Gramm
Pfeffer	1 - 1,5	Gramm
Kümmel	0,5 - 1	Gramm
Zwiebel	50	Gramm

## Sülze

Salz	15 - 20	Gramm
Pfeffer	1 - 1,5	Gramm
Kümmel	0,5 - 1	Gramm

## LEBERWURST

Vier Pfund Leber abbrühen. Zehn Pfund gekochtes Fleisch (Kopf, Bauch) und anderthalb Pfund gekochte Schwarten einmal durch die grobe und einmal durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Wer will, der kann auch statt Schwarten kleingeschnittene frische Speckstückchen nehmen (etwa ein halbes Pfund). Zwei Tassen Salz, vier Kaffeelöffel Pfeffer, drei Kaffeelöffel Majoran, drei Kaffeelöffel Thymian, einen Kaffeelöffel Nelkenpfeffer zufügen und mit Wurstbrühe zu einem geschmeidigen Teig kneten.

Wurstdärme zu drei Viertel mit Wurstteig füllen und zubinden. Leberwürste auf Stöcke in einen Kessel hängen und eine halbe bis dreiviertel Stunde bei achtzig bis fünfundachtzig Grad Wärme garen. Zwischendurch die Würste mit einer Stopfnadel anstechen.

Man kann auch Leberwurstteig in Gläser füllen (dreiviertelvoll) und zukochen.

(Westfalen)

## LEBERWURST MIT MEHL

Zu Leberwurstteig Wurstbrühe geben und so viel Weizenmehl einrühren, bis der Teig schön geschmeidig ist. Mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken.

Papierdärme zu drei Viertel mit Wurstteig füllen, zubinden und kochen.

(Kurkölnisches Sauerland, Soester Börde)

## BLUTWURST

Zehn Pfund gekochtes Fleisch (Kopf, Bauch) und zwei Pfund gekochte Schwarten (oder anderthalb Pfund durchgedrehte Schwarten und ein halbes Pfund kleingeschnittene Speckstückchen) einmal durch die grobe und einmal durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Zwei Tassen Salz, vier Kaffeelöffel Pfeffer, drei Kaffeelöffel Majoran, drei Kaffeelöffel Thymian und einen Kaffeelöffel Nelkenpfeffer

zufügen, durchkneten und so viel Blut einrühren, bis das Blut im Teig gut durchgezogen und der Teig schön geschmeidig ist.

Wurstdärme zu drei Viertel mit Wurstteig füllen und zubinden. Blutwürste auf Stöcke in einen Kessel hängen und gut eine halbe bis dreiviertel Stunde bei fünfundachtzig bis neunzig Grad Wärme langsam kochen. Zwischendurch die Würste mit einer Stopfnadel anstechen. Wenn Blut austritt, sind sie noch nicht gut. Erst wenn beim Einstechen das helle Fett austritt, sind sie fertig.

Man kann auch Gläser dreiviertelvoll mit Wurstteig füllen und einkochen.

(Westfalen)

#### BLUTWURST MIT MEHL - blautbuil

Zu Blutwurstteig Wurstbrühe geben und so viel Weizenmehl einrühren, bis der Teig schön geschmeidig ist. Fall nötig, noch etwas Blut nachgießen. Mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken.

Papierdärme zu drei Viertel mit Wurstteig füllen, zubinden und kochen.

(Westfalen)

#### METTWURST

Zehn Pfund durchwachsenes Schweinefleisch durch die grobe Scheibe des Fleischwolfes drehen. Drei gehäufte Eßlöffel Salz, zwei gestrichene Kaffeelöffel Pfeffer und einen gestrichenen Kaffeelöffel Salpeter (es kann auch weniger sein) zufügen und das Ganze tüchtig durchkneten. Mit einem Tuch abdecken und ziehen lassen. Nach zwei Stunden noch einmal durchkneten und abschmecken. In Dünndärme füllen.

Man kann auch Gläser zu drei Viertel mit Mett füllen und einkochen.

Frisches Mett mit Zwiebelringen schmeckt gut auf braune Ecken oder Weißbrot mit Butter.

(Westfalen)



Seit Beginn der Dreißiger Jahre hat es sich immer mehr eingebürgert, der Mettwurst je nach gewünschter Konsistenz Rindfleisch zuzufügen, und zwar in folgendem Verhältnis:

Mettwurst	hart	halbhart	weich
Rindfleisch	6 Pfund	4 Pfund	3 Pfund
Schweinefleisch	3 Pfund	5 Pfund	5 Pfund
Speck	3 Pfund	3 Pfund	4 Pfund

An Gewürzen werden je Pfund Wurstteig benötigt:

10 Gramm Salz, 1 Gramm Pfeffer, 1/2 Gramm Salpeter

Das Schweinefleisch durch die grobe, das Rindfleisch durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Die Wurstmasse ganz fest in Dünndärme oder Därme aus der gereinigten und getrockneten Schweinsblase stopfen. Zehn bis vierzehn Tage in einem warmen, luftigen Raum bei einer Raumtemperatur von 12 bis 15 Grad zugfrei trocknen. Würste abwaschen und im gleichen Raum weiter aufbewahren.

(Westfalen)

#### KOHLWURST

Schweineherz, Milz und Nieren durchteilen und gut ausspülen. Gehirn abwaschen und das Ganze durch die grobe Scheibe des Fleischwolfes drehen.

Auswiegen. Doppelt so viel Mett und auf jedes Pfund Wurstbrei einen gehäuften Eßlöffel Salz, einen gestrichenen Kaffeelöffel Pfeffer und einen Eßlöffel aufgelöstes Zwiebelschmalz oder eine kleingeschnittene kleine Zwiebel zufügen. Das Ganze gut durchkneten, mit einem Tuch abdecken und zwei Stunden durchziehen lassen. Noch einmal durchkneten und abschmecken. Wurstdärme fest mit Wurstbrei füllen, zubinden und in einem luftigen Raum trocknen lassen.

Schmeckt gut zu Grünkohl.

(Soester Börde)

## ZUNGENWURST

Zunge weich kochen und die Haut abziehen. Zunge in einen Schweine-  
mastdarm geben. Den Mastdarm zu drei Viertel mit Blutwurstteig  
auffüllen und zubinden.

Zungenwurst an einem Stock in Wurstebühe hängen und gut eine hal-  
be bis dreiviertel Stunde kochen. Danach zum Trocknen in einen luf-  
tigen Raum hängen.

(Westfalen)

## SCHWARTEMAGEN

Zwei Drittel gekochtes mageres Fleisch kleinschneiden. Ein Drittel  
gekochte Schwarten durch die grobe Scheibe des Fleischwolfes dre-  
hen. Fleisch und Schwarten gut durcheinanderkneten. Auswiegen.

Auf zwei Pfund Fleischteig einen gestrichenen Eßlöffel Salz, einen  
gestrichenen Kaffeelöffel Pfeffer, eine kleingeschnittene Zwiebel und  
einen halben Kaffeelöffel Kümmel zufügen und alles noch einmal gut  
durchkneten. Abschmecken.

Fleischteig in einen Magen füllen und gut zwei Stunden langsam in  
leicht kochender Wurstebühe kochen. Den Schwartemagen über  
Nacht zwischen zwei Bretter legen und mit einem Stein beschweren.

(Westfalen)

## KNACKWURST - knappwurst

Fünf Pfund gekochtes Fleisch (Kopf, Bauch), Schwarten und Fett ab-  
schneiden, zunächst in Streifen und dann kleinschneiden; man kann  
es auch durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Eine Tasse  
Salz, zwei Kaffeelöffel Pfeffer, zwei Kaffeelöffel Thymian, etwas  
Muskatnuß und einen Eßlöffel Zwiebelfett zufügen. Das Ganze gut  
durchkneten und noch einmal abschmecken. Aufpassen: Pfeffer, Thy-  
mian und Muskatnuß dürfen nicht zu stark durchschmecken.

Dünndärme zu drei Viertel mit Wurstteig füllen und zubinden. Die

Würste unter Umwenden in leicht kochendem Wasser eine gute halbe Stunde kochen. Nach dem Kochen die Würste in kaltes Wasser legen. Wenn sie hart sind, diese aus dem Wasser nehmen und eine Nacht zwischen feuchte Tücher legen.

Vor Gebrauch Knackwurst zehn Minuten in heißes Wasser legen. Knackwurst schmeckt gut zu Kartoffelsalat, Heringsalat oder auch, ganz oder kleingeschnitten, zu Gemüsesuppen und Durchgemüse.

(Soester Börde, Sauerland)

### SAURE ROLLE

Drei Pfund schieres Rindfleisch durch die grobe Scheibe der Fleischmaschine drehen. Mit zwei gestrichenen Eßlöffeln Salz, einem gestrichenen Kaffeelöffel Pfeffer und einem halben Kaffeelöffel Nelkenpfeffer gut durchkneten. Ein Stück Pansen zu einem Beutel zusammennähen und das Fleisch hineinfüllen. Die saure Rolle in reichlich gesalzenem Wasser zweieinhalb bis drei Stunden langsam kochen, abkühlen lassen und in einen Steintopf legen.

Fünf bis sechs Schöpfkellen Buttermilch kochen, abkühlen lassen und durch ein Seihetuch seihen. Buttermilch über die Fleischrolle gießen. Aufpassen, daß die Fleischrolle gut mit Buttermilch bedeckt ist. Zuletzt ein Leinentuch darüberlegen. Darauf kommt ein Holzbrett und obenauf ein dicker Stein. Nach acht bis zehn Tagen kann man die saure Rolle zum ersten Mal anschneiden.

In dünne Scheiben geschnitten zum Schwarzbrot mit Butter, oder daumendicke Scheiben kalt oder in heißem Schmalz oder heißer Butter angebraten zu gedämpften Kartoffeln oder statt Fleisch zum Gemüse essen.

(Soester Börde, Sauerland)

### SÜLZE

Zwei Pfund Kleinfleisch (Füße, Ohren), vier Pfund Fleisch (Kopf, Nacken) und ein halbes Pfund Schwarten mit einem Pfund Zwiebeln, vier

Möhren, einer Stange Porree, einem Kaffeelöffel Pfefferkörner und drei Eßlöffeln Salz mit Wasser bedeckt aufsetzen und gut eineinviertel Stunde kochen. Das Ganze auf einen Durchschlag geben und ablaufen lassen. Fleisch von den Knochen lösen und kleinschneiden. Schwarten kleinschneiden und beides wieder in den Topf geben. Mit der abgossenen Brühe auffüllen und mit Essig und Zucker abschmecken. Noch einmal kurz aufkochen. Danach in eine Schüssel oder in Gläser füllen und einkochen.

Schmeckt gut zu Kartoffelsalat, gedämpften Kartoffeln oder auch auf Schwarzbrot mit Butter.

(Westfalen)

#### RINDERWURST

Rindfleisch (hohe Rippe oder Suppenfleisch, aber nicht so mager) kochen und durch die kleine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Petersilie ganz klein hacken und mit einem ganz fein zerkrümelten Lorbeerblatt unter das Fleisch mischen. Mit Salz, Pfeffer und Nelkenpfeffer abschmecken. In Rinderdärme füllen und zu kleinen Kränzen binden. Wenn man keine Därme hat, kann man den Wurstbrei auch in Schüsseln füllen und kaltstellen.

Rinderwurst in heißem Wasser oder mit Schmalz oder Butter in der Pfanne heiß machen.

Man kann die Wurst auch mit aufgeweichter Grütze verlängern.

(Westfalen)

#### WURST IM TEIG

Ein halbes Pfund Mehl in eine tiefe Schüssel geben. In der Mitte eine Vertiefung machen und anderthalb Lot (15 Gramm) Hefe hineinkrümeln, mit warmem Wasser und etwas Mehl vom Rand nach innen verrühren. Teig mit einem Tuch abdecken und zwanzig Minuten gehen lassen.

Ein bißchen Salz und ein Ei zufügen, mit dem Teig verrühren. Danach den Teig mit einem Holzlöffel schlagen, bis er Blasen wirft und sich gut vom Löffel löst. Noch einmal den Teig gehen lassen.

Küchenbrett mit Mehl bestreuen, Teig darauf einen halben Finger dick ausrollen. Frische, handlange Mettwurstendchen in den Teig einrollen. Die Teigkanten mit Eiweiß bestreichen, nach innen klappen und gut andrücken.

Kuchenblech mit Fett einreiben, Wurst im Teig darauf legen, ein bißchen Wasser zugießen und gut dreiviertel Stunde im heißen Ofen backen.

Schmeckt gut mit Senf zum Bier.

(Soester Börde)

## VERARBEITEN DER WURSTEBRÜHE

### PANHAS, PANNAS

Zum Abschluß der Schlachtstage nach dem Wursten wurde der Panhas zubereitet. Wursteb Brühe möglichst mit einigen beim Kochen darin geplatzen Blut- und Leberwürsten, mit Speckwürfeln, etwas Blut, Salz und Pfeffer aufkochen. Danach unter stetigem Rühren soviel Buchweizenmehl zufügen, bis ein fester Brei entsteht. In eine Schüssel füllen und erkalten lassen.

Panhas in daumendicke Scheiben schneiden und in Butter oder in Schmalz fünf Minuten auf beiden Seiten braten.

Im Winter wurde überwiegend nur einmal geschlachtet und folglich gab es auch nur einmal Wursteb Brühe. Der Panhas war aber sehr beliebt und der Winter oft lang. So holte man sich Wursteb Brühe vom Metzger. Allerdings war diese ohne geplatze Würste. Oder man bereitete sich den Panhas nach eigenem Hausrezept auch mal ohne richtige Wursteb Brühe zu.

### PANHAS OHNE WURSTEBRÜHE

Vier Zwiebeln abpellen und vier Möhren schrappen. Zwiebeln und Möhren grob durchteilen, mit dreiviertel Liter Wasser, einem halben Pfund Schweinefleisch und einem halben Pfund Rindfleisch, etwas Salz und Pfeffer aufsetzen und eine gute Stunde langsam kochen. Fleisch auf einen Durchschlag geben und die Kochbrühe abgießen. Fleisch durch einen Fleischwolf drehen und wieder in den Kochtopf geben. Brühe mit Salz, Pfeffer und Nelkenpfeffer abschmecken und zu dem Fleisch geben. Nach und nach unter Rühren ein halbes Pfund Buchweizen zufügen. Das Ganze eine halbe bis dreiviertel Stunde unter Umrühren langsam kochen, bis das Panhas steif ist und sich gut vom Topf löst. In eine Schüssel füllen und erkalten lassen. Braten wie oben angegeben.

(Münsterland, Märkisches Sauerland)

## KRÖSSE - kroise

Was "Panhas" für das Münsterland, das Sauerland und auch das frühere Kurkölnner Land, das war für die Soester Börde die "Kröße". Panhas und Kröße haben zwar die gleiche Grundsubstanz, nämlich Wurstebrühe, aber in der weiteren Zubereitung weichen sie doch erheblich voneinander ab. Das heißt aber nicht, daß Kröße nur im Soester Raum und Panhas nur im Münsterland gegessen wurde. Ähnlich dem Pfefferpotthast finden sich die Freunde von Kröße und Panhas in ganz Westfalen. Übrigens kann man Kröße genau wie Panhas auch ohne Wurstebrühe herstellen.

Für die Kröße zunächst über Nacht ein halbes Pfund Graupen einweichen. Ein Pfund Kochfleisch vom Schlachten durch den Fleischwolf drehen. Sechs Schöpfkellen Wurstebrühe und die abgetropften Graupen (statt Graupen kann man auch Gerstengrütze nehmen) in einen Topf geben und unter langsamem Rühren zu einem Brei kochen. (Soester Börde)

## KRÖSSE OHNE WURSTEBRÜHE

Ein halbes Pfund Graupen oder Gerstengrütze über Nacht in Wasser einweichen. Dreiviertel Pfund Schweinefleisch (Rippen, Rücken, Fleischknochen), eine Zwiebel, einen Kaffeelöffel Pfefferkörner, ein Lorbeerblatt, einen halben Kaffeelöffel Salz und sechs Schöpfkellen Wasser eine Stunde kochen. Graupen oder Grütze auf einen Durchschlag geben und ablaufen lassen. Fleisch von den Knochen lösen, mit einem Pfund schierem Fleisch durch die Fleischmaschine drehen. Danach Fleisch in die Brühe geben und unter langsamem Rühren die Graupen bzw. die Gerstengrütze zufügen und das Ganze zu einem steifen Brei kochen. Mit Thymian und Majoran abschmecken.

(Soester Börde)

## MÖPKENBROT

Zu Blutwurstteig Wurstbrühe geben. Falls nötig, noch ein bißchen Blut zufügen. Danach mit Weizenmehl zu einem steifen Teig rühren.

Rosinen waschen, abtropfen lassen und unter den Teig rühren. Wurstteig mit Salz, Nelkenpfeffer und Thymian abschmecken, noch einmal gut durchrühren und zu faustdicken Knödeln, "Möpkes", kneten. Möpkes mit einem Schaumlöffel in leicht kochende Wurstbrühe geben und kochen. Sie sind gar, wenn sie oben auf der Wurstbrühe schwimmen. Möpkes abkühlen lassen.

Möpkenbrot, in Scheiben geschnitten und auf beiden Seiten in Schmalz gebraten, schmeckt gut zu heißgemachter KröÙe aber auch mit Rübekraut oder auf Schwarzbrot mit Butter.

(Soester Börde)

Eine beliebte Spezialität des Münsterlandes war das "Wurste-, Wopken-, Punske- oder Mopkenbrot" (nicht verwechseln mit dem "Möpkenbrot" der Soester Börde s.d.) und das Leberbrot. Da Wurste- und Leberbrot in weiten Teilen unseres Landes zur Schlachtezeit gern gegessen wurden, seien auch ihre bekanntesten Rezepte hier in Erinnerung gebracht.

#### WURSTEBROT

Fünf Pfund grobes Roggenschrot wird mit zehn Litern Blut, man kann auch ein Teil Blut durch Wurstbrühe ersetzen, und einem Pfund kleingeschnittener frischer Speckstückchen zu einem steifen Teig gerührt, mit Salz, Pfeffer, Nelkenpfeffer und etwas Piment abgeschmeckt, mit den Händen zu Kugeln geformt, in Wasser etwa dreiviertel Stunde gekocht und dann getrocknet.

Man kann aber auch Papierdärme zu drei Viertel mit Wurstteig füllen, zubinden und etwa dreiviertel Stunde in leicht siedender Wurstbrühe kochen und anschließend in einem luftigen, nicht zugigen Raum trocknen lassen.

Wurstebrot in Scheiben schneiden und auf beiden Seiten in heißem Schmalz braten.

Schmeckt gut allein, aber am besten mit einer Scheibe Mehlleberwurst oder einer Scheibe gebratenem Leberbrot zusammen.

(Münsterland)



## LEBERBROT

Dem Leberwurstteig (s.d.) kleingeschnittene, frische Speckstückchen zufügen (auf fünf Pfund Wurstteig etwa ein halbes Pfund Speckstückchen) und mit Wurstbrühe verdünnen. Dann so viel Weizenmehl unter Umrühren zufügen, bis ein dicker Teig entsteht. Mit Salz, Pfeffer, Majoran und Thymian abschmecken.

Papierdärme zu drei Viertel mit Wurstteig füllen, zubinden und etwa dreiviertel Stunde in leicht siedender Wurstbrühe kochen. Die Würste anschließend in einem luftigen Raum trocknen.

Schmeckt am besten mit Wursteibrot (s.d.).

(Münsterland)

## FETTSUPPE - fettsoppe

Einen Stutenknapp oder ein Stück trockenen Stuten auf einen Teller geben, mit heißer Fleischbrühe oder Wurstbrühe auffüllen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

(Westfalen)

## VOM SCHINKEN

Westfälischer Schinken, mild und zart im Geschmack, ist seit Jahrhunderten eine beliebte und weltweit bekannte Spezialität. Ob allerdings der Geschmack von heute dem von früher entspricht, kann uns niemand bestätigen. Der hiesige Schinken bekommt nicht nur durch die Art der Reifung den unnachahmlichen Geschmack. Auch die Fütterung der Schweine ist wichtig. Früher wurden die Schweine mit Rüben, Futterkohl, Gerstenmehl, Klee, Gras, Brennesseln und Kartoffeln gefüttert. Ihren Winterspeck konnten sie im Herbst bei der Eichelmast ansetzen. Alles Viehfutter wurde selbst erzeugt und von Hand verarbeitet. Vom Kauf der Jungschweine bis zur Schlachtung dauerte die Mast fast ein ganzes Jahr. Kenner behaupten, diese Art der Fütterung und die Dauer der Mast seien ausschlaggebend für die Festigkeit des Schinkens.

Und nun zur Reifung und zum Räuchern. Bis ins 19. Jahrhundert gab es in unserer Gegend noch schornsteinlose Fachwerkhäuser in Form einer Halle. Bei diesen Häusern zog der Herdrauch durch Tür, Dach und "iulenlöcker" (Eulenlöcher) an der Giebelseite der Häuser ab. Zum Brennen wurde trockenes Laubholz verwendet, das weniger Rauch abgibt. Zudem war der Zug dank der vielen Abzugsmöglichkeiten so stark, daß die Bewohner von Rauch kaum belästigt wurden. Diese Art des Rauchabzugs hatte viele Vorteile. Durch die Wärme wurde das Getreide auf dem Boden über dem Herdfeuer getrocknet, und der Rauch beizte zugleich das Korn, wodurch es besonders lager-, mahl- und backfähig wurde. Das Ungeziefer wurde vertrieben, der Stalldunst des Viehs absorbiert und das Holzfachwerk konserviert.

Über dem Herdfeuer befand sich ursprünglich unter der Decke ein aus Eichenbrettern gezimmerter Holzrahmen, an dem sich der Rauch brach und die Funken verlöschten. Später wurde aus diesem Rahmen ein trichterförmig gezimmerter Rauchfang. Darin befanden sich Stanggengerüste zum Trocknen und Aufbewahren insbesondere von Fleisch, Wurst, Speck und Schinken. Aus der Zeit des Dreißigjährigen Krieges berichtet Grimmelshausen in seinem "Simplicius Simplicissimus" als "Jäger von Soest": "O mirum! Da sah ich, daß der schwarze Himmel voller Lauten, Flöten und Geigen hing, ich vermeine die Schinken, Würste und Speckseiten, die sich im Kamin befanden. Diese blickte ich trostmütig an, weil mich bedünkte, als ob sie mit mir lachten!"

Hatte der Rauch in den älteren Bauernhäusern seinen Weg noch durch die Decken in den Dachraum genommen, so zog er nun durch den zunächst noch hölzernen Rauchfang zum Boden. Wie schon gesagt, war der Rauch nicht so intensiv, weil überwiegend trockenes Holz verwendet wurde, mit dem man zudem sparsam umging. Da es hierbei immer wieder zu Bränden kam, sahen sich die Landesherrn genötigt, durch Verordnungen und Erlasse den Einbau von gemauerten

Schornsteinen zu fordern. Mit dem Einbau von Schornsteinen änderte sich auch das Herdfeuer. Aus der fast ebenerdigen und von der Wand abgerückten Herdgrube wurde ein aufgemauerter, wandgebundener Herd, dessen Rückwand durch eine eiserne Ofenplatte geschützt wurde. Am bisherigen Rauchfang mit Stangengerüst änderte sich aber kaum etwas. Schinken und Speckseiten behielten nach wie vor ihren Platz über dem Feuer.

Durch die aufblühende Eisenindustrie in der zweiten Hälfte des vorigen Jahrhunderts und die Erfindung der "Kochmaschine" wurde das Feuer in einen Eisenkasten verbannt. Die Größe des Feuers konnte jetzt mit einer Luftklappe reguliert werden und die Asche, welche bisher nur mit viel Staubeentwicklung entfernt werden konnte, wurde nun staubfrei in einem Aschenkasten aufgefangen. Die Brandgefahr sank auf ein Minimum. Landesherren und Feuerversicherungen empfahlen die Anschaffung dieser "Kochmaschinen", und es dauerte nicht lange, bis sie überall bei uns im Lande heimisch wurden. Anfangs wurden diese "maschuinen" unter den Rauchfang gestellt und an den Schornstein angeschlossen. Es kam zwar jetzt überhaupt kein Rauch mehr in den Rauchfang zu den Würsten, Speckseiten und Schinken, doch blieb hier der "Zug", der für das Trocknen der Würste und Schinken wichtig war, voll erhalten.

Eine Änderung gab es erst wieder um die Jahrhundertwende. Inzwischen war es nämlich üblich geworden, die Häuser massiv, d.h. mit Ziegeln oder in Fachwerk mit Ziegeln zu bauen. Wurde nun neu gebaut oder das alte Haus mit Ziegeln ummauert und ein Schornstein eingemauert, fiel der bisherige Rauchfang weg. Seine Aufgabe als Trockenraum für Fleisch wurde nun von den "floiskbüenen", Fleischkammern, übernommen. Diese Fleischkammern befanden sich meistens im ersten Stockwerk und grenzten unmittelbar an den Schornstein. In Fußboden- und Deckennähe der Fleischkammer wurde jeweils ein etwa 10 bis 15 cm hohes und etwa 30 bis 40 cm breites Loch in den Schornstein gestemmt, welches mit Holzschiebern versehen war, womit die Luft- bzw. Rauchzufuhr reguliert werden konnte. Es wurde nur so viel Rauch auf die Fleischkammer geleitet, wie früher an Rauch durch den Rauchfang zog. Zur Abweisung von Ungeziefer war das ausreichend.

Als immer mehr Steinkohle zum Kochen und Heizen verwandt wurde, mauerte man die Schornsteinlöcher der Fleischkammern wegen der giftigen Abgase wieder zu. Zu jener Zeit richteten dann die Metzger Räucherammern ein. Solch eine Räucherammern war ein quadratisch gemauerter 2,5 mal 2,5 m großer Kamin von Haushöhe. Diese Fleischkammern befanden sich innerhalb des Hauses oder wurden außen an das Haus angebaut. Sie konnten in jeder Etage durch eine Eisentür betreten werden. Als Fußboden befanden sich mit ca. 5 cm Abstand verlegte Eisenträger in jeder Etage, wodurch sowohl ein ungehinderter Durchzug des Rauches als auch ein gefahrloses Betreten der Rauchkammer ermöglicht wurde. Außerdem befanden sich in jeder Etage Stangengerüste zur Aufnahme des Rauchgutes.

Diese neue Art des direkten Räucherns von Fleisch- und Wurstwaren wurde zunächst nur sehr zögernd angenommen. Inzwischen ist sie zur Selbstverständlichkeit geworden, so daß man heute häufig annimmt, westfälischer Schinken sei schon immer kräftig geräuchert worden; doch bis in die dreißiger Jahre wurden Schinken, Würste und Speck auf dem Lande noch überwiegend luftgetrocknet. Man ließ den Schinken fast ein halbes Jahr hängen. Vor dem ersten Kuckucksruf bzw. dem Schützenfest (am zweiten Pfingsttag) wurde er nicht angeschnitten.

## VON SENF UND MOSTERT

Der Senf, unser beliebter "Mostert", wurde nicht immer nur als Würz- und Genußmittel benutzt. Die Senfkörner, der Senfsamen, das Ausgangsprodukt des Senfes, wurde früher gemahlen, mit Wasser angefeuchtet, in Leinen gepackt und als "Senfmehlpackung" oder "Senfmehlwickel" bei rheumatischen Beschwerden, Gelenkentzündungen, bei Ohrenschmerzen und vor allem als Brustpackung bei Bronchialkatarrh als Hausmittel verwendet. Senf wirkt verdauungsfördernd, beeinflusst den Blutdruck und wirkt entzündungshemmend.

Außerdem waren die Senfkörner als Gewürz sehr beliebt: sie wurden der Wurst, dem Schwartemagen, der Sülze und den eingelegten Gurken beigegeben.

In gemahlenem Zustand mit Wein- oder Kräuternessig angerührt, erhalten wir "Mostert".

Schon unsere Vorfahren wußten, daß "Mostert" die Speisen nicht nur wohlschmeckender, sondern durch seine verdauungsfördernden Eigenschaften auch bekömmlicher macht.

### SENF

Einen Eßlöffel Thymian, einen Eßlöffel Majoran, zwei bis drei Eßlöffel kleingeschnittene Zwiebeln mit einem halben Liter Weinessig in eine Flasche füllen. Die Flasche gut verkorken und eine Woche warm stellen. Essig durchsehen.

Ein halbes Pfund schwarzes Senfmehl und ein halbes Pfund weißes Senfmehl mit fünf Eßlöffeln Zucker, einem Kaffeelöffel feingemahlenem Nelkenpfeffer und einem halben Kaffeelöffel feingemahlenen Gewürznelken gut verrühren. Ganz langsam von dem Essig so viel untarrühren, bis das Ganze ein schöner, geschmeidiger Brei ist. In kleine Steintöpfe füllen und gut zubinden oder zukorken.

## Was man aß und trank

Bis in den Zweiten Weltkrieg gab es Malzkaffee aus gerösteter Gerste, "Blümchenkaffee" oder "Muckefuck" genannt. Früher brannte man die Gerste, auch wohl mal Roggen, im eigenen Kaffeeröster. Später wurde der Malzkaffee industriell hergestellt. Das bekannteste Produkt war "Kathreiners Malzkaffee". Auf dem Lande wurde bis weit in die dreißiger Jahre der Bohnenkaffee selbst geröstet. Das Kaffeerösten und der Verkauf von "frisch geröstetem Bohnenkaffee" wurde dann eine Spezialität der Lebensmittelhändler, die untereinander um die "beste Kaffeemischung" wetteiferten.

Zum Morgenkaffee gab es Brot mit Butter oder Margarine und Rübekraut. Während der Herbst- und der ersten Wintermonate auch Johannisbeergelee und Pflaumenkraut. Die Kinder bekamen im Winter vor dem Weg zur Schule Hafergrütze, in Milch gekochte Haferflocken mit "brotprümen" (Backpflaumen) und "schrutseln" (getrocknete Apfel- und Birnenscheiben).

Nach dem Morgenkaffee wurden das Fleisch oder die Fleischknochen mit viel Wurzelwerk aufgesetzt. Nach etwa einstündiger Kochzeit wurde das Fleisch aus dem Topf genommen und anschließend in der Fleischbrühe Gemüse und Kartoffeln gegart. Die Zubereitung des Mittagessens nahm fast den ganzen Vormittag in Anspruch.

Der Mittagsspeiseplan sah meistens so aus: Während der Woche Durchgemüse mit Fleischeinlage oder luftgetrocknetem Schinken oder Mehlpfannekuchen als Beilage. Es gab auch Gemüsesuppe mit Fleischeinlage oder Mehlpfannekuchen dazu. In katholischen Orten aß man freitags zur Bohnen- oder Erbsensuppe eingelegte Heringe.

Die heute so beliebten Mettendchen sind erst im Laufe der dreißiger Jahre und insbesondere bei den damaligen Großveranstaltungen populär geworden. Im Winter nach dem Schlachten gab es als Beilage "nen stücke iut'm blautbuile" (Blutmehlwurst) gebraten oder ungebraten oder auch aufgewärmte "kroise miet'm möpkenbräot" (Kröße mit Möpkenbrot) oder "ne schuiwe panhas iut de panne miet bräot, hie-mel un är, dümpe- oder stampetiufeln" (eine Scheibe Panhas aus der Pfanne mit Brot, Himmel und Erde, gedämpfte oder Stampfkartoffeln). Eine ganz besondere Winterspezialität ist "Käolmaus" (Grünkohl) "miet käolwuorst" (mit Kohlwurst), mit durchwachsenem Fleisch oder "nen stücke iut'm piekel" (Pökelfleisch). Sauerkraut und Schnip-pelbohnen sind weitere Winterspezialitäten.

An Sonn- und Feiertagen gab es als Vorspeise eine Rindfleisch-, seltener eine Hühnersuppe mit Nudeln oder Reis und Eierstich als Einlage sowie zum Einbrocken oder zum "Dazuessen" ein Brötchen, "witten- oder ruigenstiuten" (Weißbrot oder Reihenstuten: kleines, flaches Weißbrot mit Einkerbungen zum Abbrechen). Das Hauptgericht bestand aus Schweine- oder Rinderbraten oder Pfefferpotthast

mit Gemüse und Salzkartoffeln. Als Nachtisch wurde entweder Vanillepudding mit Himbeersaft oder steifgekochter Reis gereicht. Dieser konnte mit Zimt und Zucker, Himbeersaft, gekochten Backpflaumen oder getrockneten Apfel- oder Birnenscheiben gegessen werden. Später kamen eingeweckte Pflaumen, Birnen, Mirabellen, Kirschen und Pfirsiche als beliebter Nachtisch hinzu.

Mit Beginn der dreißiger Jahre kam es insbesondere in den Städten zu Änderungen der bisherigen Eßgewohnheiten. Immer häufiger wurden, vor allem in den Sommermonaten, Kartoffeln, Gemüse und Fleisch auch während der Woche getrennt zubereitet. Allerdings blieben Schweine- oder Rinderbraten und Pfefferpotthast noch bis in die vierziger Jahre ausschließlich Sonntagsessen. Während der Woche eroberten sich langsam Bratwurst, Gehacktes (Frikadellen), gebratene Rippchen, gekochtes oder gebratenes Eisbein unsere Küche. Beliebte Zusammenstellungen waren als Beilage zu Gehacktem, gebratenen Rippchen oder gebackener Leber: Blumenkohl, Möhren und Erbsen, Kohlrabi, Wirsing und Rosenkohl. Zu Eisbein aß man Sauerkraut mit Kartoffelbrei. Wurde das Gemüse bis dahin noch in Salzwasser vorgekocht und danach in Butter geschwenkt, wurde es nun wie auch die Soßen mit Mehl angepickt.

Inzwischen wurde auch das Sonntagsessen um einige Spezialitäten erweitert: panierte Koteletts, Rindsrouladen, rheinischer Sauerbraten, Gulasch und Schinkenbraten. Kalte Koteletts und Frikadellen waren Ende der dreißiger Jahre schon so beliebt, daß sie in vielen Gasthäusern zum Bier angeboten wurden.

Mitte der dreißiger Jahre, mit der Eröffnung von ersten Fischgeschäften in vielen Städten, wurden Schellfisch und Kabeljau auch bei uns populär, während sie bis dahin lediglich zu Karfreitag nach Vorbestellung beim Lebensmittelhändler auf den Mittagstischen zu finden waren. Heringe gab es allerdings schon seit den zwanziger Jahren in 100-kg-Fässern beim Lebensmittelhändler sowohl auf dem Lande als auch in der Stadt. Die geleerten Heringsfässer waren allseits geschätzte Regen- und Jauchefässer. Heringstipp und Pellkartoffeln mit Hering und Specksoße - zum Ende der dreißiger Jahre als "Arme-Leute-Essen" angesehen - waren bei uns sehr beliebt.

Als Abendessen gab es "Aufgewärmtes", also Reste vom Mittag mit einer Milchsuppe als Vorspeise. Milchsuppen wurden übrigens im Sommer auch zum Mittagessen gern als Vorspeise gegessen. Die "kalte Küche" zum Abend mit Brot, Butter, Schinken, Handkäse (Quark) oder dem "Holländer Käse" kam erst Ende der dreißiger Jahre auf.

Im Hinblick auf den inzwischen wieder schmaleren Geldbeutel möchte man heute wieder zurück zu der einfachen, guten heimischen Küche. Doch viele stellen fest, daß dieses Vorhaben gar nicht so einfach ist. Einmal gibt es von den damaligen Koch- und Eßgewohnheiten keine Aufzeichnungen und zudem fehlt vielen die Zeit, die "Küche von damals" in Ruhe nachzukochen.

# Beiträge zur Volkskultur in Nordwestdeutschland

**Heft 1, Knechte und Mägde in Westfalen um 1900**, herausgegeben von Dietmar Saueremann, 1979, 2. Auflage, 173 S., DM 12,80.

**Heft 2, Engel an Ravensberger Bauernhäusern**, von Gertrud Angermann. Ein Beitrag zum Wandel des Dekors vom 18. bis 20. Jhdts. 1986, 2. Auflage, 216 S. mit 71 Abb., DM 19,80.

**Heft 3, Töpferei in Nordwestdeutschland**, herausgegeben von Wingolf Lehmann, Vorträge, gehalten auf der Jahrestagung 1974 der Volkskundlichen Kommission für Westfalen, 2. Auflage, 291 S. 130 Abb. i. Text, DM 19,80.

**Heft 4, Töpferei in Schermbeck**, von Helmut Müller, (vergriffen).

**Heft 5, Städtisches Fastnachtsbrauchtum in West- und Ostfalen**, von Norbert Humburg. Seine Entwicklung vom Mittelalter bis ins 19. Jahrhundert, 1976, 434 S., DM 13,50.

**Heft 6, Weihnachten in Westfalen um 1900**, herausgegeben von Dietmar Saueremann. Berichte aus dem Archiv für westfälische Volkskunde. 1979, 2. Auflage, 262 S., 31 Abb., DM 14,80.

**Heft 7, Handwerk und Kleinstadt**, von Hermann Kaiser. Das Beispiel Rheine, 1978, VIII, 501 S., mit vielen Tabellen. DM 19,80.

**Heft 8, Historische Hausforschung**, von Konrad Bedal. Eine Einführung in Arbeitsweisen, Terminologie und Literatur, 1978, VI, 186 S., mit 23 Tafeln u. 32 Abb., DM 19,80.

**Heft 9, Kulturelle Stadt-Land-Beziehungen in der Neuzeit**, herausgegeben von Günter Wiegmann, 1978, VI, 337 S., m. Abb. u. Tabellen im Text, DM 19,80.

**Heft 10, Türkische Arbeiter in Münster**, von Halil Narman. Ein Beitrag zum Problem der temporären Akkulturation, 1978, X, 176 S. m. 64 Tabellen im Text, DM 16,80.

**Heft 11, Bibliographie zum Schützenwesen in Westfalen**, bearbeitet von Gerda Osthoff, 1979, VI, VI, 126 S., DM 12,80.

**Heft 12, Ländliches Wohnen vor der Industrialisierung**, von Volker Gläntzer, 1980, 306 S. m. 41 Abb., DM 19,80.

**Heft 13, Gemeinde im Wandel**, herausgegeben von Günter Wiegmann, Volkskundliche Gemeindestudien in Europa 1979, 215 S. m. Abb. im Text, DM 14,80 (vergriffen).

**Heft 14, Fachwerkbauten in Westfalen vor 1600**, von Fred Kaspar, 1978, VI, 130 S., 47 Abb. u. Tafeln, 1 Faltkarte, DM 29,80 (vergriffen).

**Heft 15, Mode und Tracht**, von Martha Bringemeier, Beiträge zur geistesgeschichtlichen und volkskundlichen Kleidungsforschung, 1985, 302 S. m. v. Abb. i. Text, DM 26,80.

**Heft 16, Volkskundliche Forschung in Westfalen von 1770-1970**, von D. Saueremann. Geschichte der Volkskundlichen Kommission und ihrer Vorläufer, 1986, Band I, Historische Entwicklung, 320 S. und Band II, Grundlagenmaterial des Archivs für westfälische Landeskunde, 315 S., je Bd. DM 22,80.

**Heft 17, Autobiographische Aufzeichnungen des münsterländischen Bauern Philipp Richter (1815-1880)**, herausgegeben von Helmut Müller, 1979, III, 76 S. m. Abb. u. Taf., DM 9,80. (vergriffen).

**Heft 18, Nachbarschaften und Vereine in Ahaus**, von Burkhard Schwering. Studien zur Kultur und Bedeutung organisierter Gruppen, 1979, 671 S., DM 29,80.

**Heft 19, Novationsphasen der ländlichen Möbelkultur in Minden-Ravensberg**, von Berthold Heizmann, 1981, VIII, 216 S. 39 Abb. a. Taf., DM 19,80.

**Heft 20, Häuser und Mobiliar in einem westfälischen Dorf**, von Bernhard Klocke, 1980, 262 S. m. 35 S. Abb., DM 19,80.

**Heft 21, Geschichte der Alltagskultur**, herausgegeben von Günter Wiegmann, 1980, 174 S. m. Abb. u. Tabellen im Text, DM 14,80 (vergriffen).

**Heft 22, Bäuerliches Brotbacken in Westfalen**, herausgegeben von Martha Bringemeier, 1980, 136 S. DM 12,80 (vergriffen).

**Heft 23, Aus dem Leben eines Heuerlings und Arbeiters**. Rudolf Dunkmann berichtet, herausgegeben von Dietmar Saueremann, 1980, 178 S. m. 24 S. Abb., DM 14,80.

**Heft 24, Hattingen**, von Fred Kaspar und Karoline Terlau. Zum Baubestand einer westfälischen Kleinstadt vor 1700, 1980, VI, 323 S. m. Abb. i. Text und 4 Karten in Falttasche. DM 19,80.

**Heft 25, Aus dem Leben einer Bäuerin im Münsterland**, herausgegeben von Renate Brockpähler, 1981, VII, 192 S. u. 54 Abb. a. Tafeln, DM 16,80.

**Heft 26, Westfalen in der Neuen Welt**, von Walter D. Kamp-hoefner. Eine Sozialgeschichte der Auswanderung im 19. Jahrhundert 1982, 211 S., 40 Abb. a. Tafeln DM 19,80.

**Heft 27, Land-Stadt-Beziehungen**, von Gertrud Angermann, Bielefeld und sein Umland, 1760-1860 unter besonderer Berücksichtigung von Markenteilungen und Hausbau, 1982, 400 S. m. 51 Tab., 7 Ktn. und 8 Schaubildern, 36 Abb. a. Taf., DM 24,80.

**Heft 28, Die Kornfege in Mitteleuropa**, von Uwe Meiners. Wort- und sachkundliche Studien zur Geschichte einer frühen landwirtschaftlichen Maschine, 1983, 496 S., mit vielen Abb. im Text und 6 Karten in Falttasche, DM 26,80.

**Heft 29, Das Drechslerhandwerk in Ostwestfalen**, von Volker Rodekamp. Ein traditionelles Handwerk im Strukturwandel des 20. Jahrhunderts, 1981, 393 S., 14 S. Abb., DM 19,80 (vergriffen).

**Heft 30, Koreanerinnen in Deutschland**, von Tai-Soon Yoo. Eine Analyse zum Akkulturationsverhalten am Beispiel der Kleidung, 1981, 225 S., DM 14,80.

**Heft 31, Realität und Abbild in Stadtdarstellungen des 16. bis 19. Jahrhunderts**, von Michael Schmitt und Joachim Luckhardt. Untersuchungen am Beispiel Lippstadt, 1982, X, 172 S. m. 47 Abb. i. Text, 1 Faltkarte, DM 16,80.

**Heft 32, Sterbfallinventare des Stiftes Quernheim (1525 bis 1808)**, von Christiane Homoet, Dietmar Saueremann, Jochen Schepers. Eine quellenkritische Untersuchung zur Diffusionsforschung, 1982, 204 S., DM 19,80.

**Heft 33, Alte Tagebücher und Abschreibebücher**, herausgegeben von Helmut Ottenjann und Günter Wiegmann. Quellen zum Alltag der ländlichen Bevölkerung in Nordwesteuropa, 1982, DM 19,80.

**Heft 34, West-östliche Kulturverflechtungen in Mitteleuropa**. Festzug zum 80. Geburtstag von Bruno Schier. 1982, 50 S. DM 6,80.

**Heft 35, Neue Heiligenkulte in Westfalen**, von Gerhard Best. 1983, 288 S. m. 96 Abb. im Text, DM 19,80.

**Heft 36, Erinnerungen aus einer Bergarbeiterkolonie im Ruhrgebiet**, von Moritz Grän, 1983, 89 S. DM 12,80.

**Heft 37, Friedenszeiten und Kriegsjahre im Spiegel zweier Lebenserinnerungen**, Sophie und Fritz Wiechering berichten, herausgegeben von Kai Detlef Sievers, 1984, 408 S. m. 24 Abb. im Text, DM 24,80.

**Heft 38, Bäuerliche und bürgerliche Möbel aus dem Westmünsterland**, von Dörte Becker, 1984, 292 S. m. 21 Abb., 10 Karten und 54 Fotos, DM 24,80.



**Heft 39, Nachlaßverzeichnisse — Probate Inventories**, Internationale Biographie — International Bibliography, von Hildegard Mannheims u. Klaus Roth, 1984, 160 S., DM 14,80.

**Heft 40, Nord-Süd-Unterschiede in der städtischen und ländlichen Kultur Mitteleuropas**, herausgegeben von Günter Wiegelmann, 1985, 420 S. m. zahlreichen Karten, Abbildungen u. Tabellen. DM 29,80.

**Heft 41, Heimat und Fremde, Wanderhändler des oberen Sauerlandes**, von Peter Höher, 1985, 224 S. m. 13 Abb., DM 26,80.

**Heft 42, Volkskundliche Kulturraumforschung heute**, herausgegeben von H. L. Cox u. Günter Wiegelmann, Beiträge eines internationalen Symposiums in Bonn, v. 21-24.4.1982, 1984, 180 S. Text mit zahlreichen Karten u. Abb., DM 16,80.

**Heft 43, Eine ländliche Arbeiterfamilie der vorindustriellen Zeit**, von Maria Rörig. Ein Beitrag zur Sozialgeschichte des kurkölnischen Sauerlandes. 1985, 104 S. m. 31 Abb., DM 16,80.

**Heft 44, Studien zur Arbeiterkultur**, herausgegeben von Albrecht Lehmann. Beiträge der 2. Arbeitstagung der Kommission „Arbeiterkultur“ in der Deutschen Gesellschaft für Volkskunde in Hamburg v. 8.-12.5.1984. 542 S. Text u. 16 S. Abb., DM 26,80.

**Heft 45, Bauerngärten in Westfalen**, herausgegeben von Renate Brockpähler. Berichte aus dem Archiv für westfälische Volkskunde. 1985, DM 39,80.

**Heft 46, Ostern in Westfalen**, herausgegeben von Dietmar Saueremann. Materialien zur Geschichte eines volkstümlichen Kirchenfestes. 1986. 396 S. Text u. 18 S. Abb., DM 26,80.

**Heft 47, Das Kleidungsverhalten jugendlicher Protestgruppen in Deutschland im 20. Jahrhundert**, von Marion Grob. Am Beispiel des Wandervogels und der Studentenbewegung. 1985, 358 S. m. 53 Abb., DM 24,80.

**Heft 48, Puppenspieler in Nordwestdeutschland**, von Marion Wehmeyer. Ein Vergleich von Spielerpersönlichkeiten verschiedenen Alters. 1985, 208 S. m. 53 Abb., DM 24,80.

**Heft 49, Nachbarschaft in der Großstadt**, von Jutta-Beate Engelhard, Neue Initiativen, dargestellt am Beispiel der Stadt Münster. 1986, 364 S., DM 24,80.

**Heft 51, So kochten wir damals in Westfalen**, von Willi Krift. 1985, 90 S. DM 14,80.

**Heft 53, Alte niederdeutsche Volkstänze**, von Margrit Vogt. 1986, 212 S. Text mit zahlreichen Zeichnungen u. 18 S. Abb., DM 19,80.

**Heft 54, Märkische Hausbandweber**, von Sabine Schachtner. Arbeit und berufsbezogene Einstellung „selbständiger Lohnarbeiter“. 1986, 352 S. Text und 14 S. Abb., DM 26,80.

## **Studien zur Geschichte des Alltags**

Herausgegeben von Hans J. Teuteberg und Peter Borscheid

**Band 1, Ehe, Liebe, Tod**, von P. Borscheid und H.J. Teuteberg, 1984, 330 S. DM 24,80.

**Band 2, Wohnen in Hamburg vor dem Ersten Weltkrieg**, von Clemens Wischermann, 1983, 488 S., mit 54 Schaubildern, 57 Karten und 56 Fotos im Text, DM 26,80.

**Band 3, Wohnalltag in Deutschland 1850-1914, Bilder, Daten, Dokumente**, von Hans J. Teuteberg und Clemens Wischermann, 1985, 498 S., 300 Fotos, 70 Tab. u. Abb., Format 24 x 27 cm, DM 58,00.

**Band 4, Homo habitans. Zur Sozialgeschichte des ländlichen und städtischen Wohnens in Europa in der Neuzeit**, von Hans J. Teuteberg, 1985, 491 S., 98 Tab., 71 Abb., DM 48.-.

**Band 6, Unsere tägliche Kost**, von J. Teuteberg und G. Wiegelmann, 1986, 472 S., DM 48.--.













