

Thüringen

Garten Deutschlands wird Thüringen genannt, dessen landschaftliche Schönheit sich denen erschließt, deren Augen offen dafür sind. Immer neue Panoramen zeigen sich, wenn man dieses Land in der Mitte Deutschlands durchwandert: Zwischen sanft geschwungenen Höhen schlängeln sich Täler bis zum Horizont. Bäche und schmale Flüsse ergießen sich von den dichtbewaldeten Gebirgszügen hinunter in das Tal. Und doch hat Thüringen mehr zu bieten als Dörfer, deren rote Ziegeldächer in das satte Grün der Wiesen gebettet scheinen.



Auf dem Inselberg liegt die Wartburg der thüringischen Landgrafen, auf der Martin Luther die Bibel ins Deutsche übertrug und damit die Grundlage der deutschen Schriftsprache schuf. In Weimar wirkten Goethe und Schiller, hier lebte Nietzsche bis zu seinem Tod im Jahre 1900, im Weimarer Nationaltheater tagte die verfassungsgebende Versammlung der ersten deutschen Republik. Das Geburtshaus von Johann Sebastian Bach befindet sich in Eisenach.

Romantische Landschaften und kulturelles Erbe sind es auch, auf die sich heute die Touristen freuen. Der Hainich, ein Höhenzug im Westen Thüringens, ist eines dieser touristischen Angebote. Der Hainich ist der größte zusammenhängende Buchenwald Europas. Außerhalb Thüringens ist er jedoch kaum bekannt. Das soll der Baumkronenpfad ändern, dessen Bau Andrea Fischer betreut: Hoch über der Erde wird er aus Stahl und hölzernen Planken errichtet. Seinen Abschluß bildet ein 44 Meter hoher Aussichtsturm. Die Fertigstellung steht kurz bevor, mit einem Wipfelfest sollen Pfad und Turm der Öffentlichkeit übergeben werden. Andrea Fischer übernimmt auch die Leitung des Pfads. Bei ihrer Arbeit wird sie von Ranger Diethardt Böttger unterstützt. Er arbeitet als Forstwirt im Nationalpark und kennt sich dort wie kaum ein anderer aus.

Entenbraten mit Thüringer Klößen und Rotkraut

Ein typisch winterliches Essen. Andrea Fischer brät zunächst das Entenfett aus, bevor sie die Ente schmort. Den Rotkohl würzt sie sehr intensiv mit Nelken. Doch Achtung: Die getrockneten Blütenknospen des Nelkenbaumes haben es in sich. Wir empfehlen Ihnen, zunächst nur eine Nelke zu nehmen und bei Bedarf mit Nelkenpulver nachzuwürzen. Richtige Thüringer Kartoffelklöße setzen großes Fingerspitzengefühl voraus. Doch der wunderbare leichte, lockere Biß und der unnachahmliche Geschmack lohnen die Mühe.

Für 4 Portionen:

Ente:

1 Haus- oder Flugente (etwa 2 kg),
Salz,
Pfeffer,
2 mittelgroße Zwiebeln

Rotkraut:

1 Rotkohl,
2 Äpfel,
1 mittelgroße Zwiebel,
1 EL Essig,
2 TL Zucker,
Salz,
Pfeffer,
nach Belieben 1-5 Gewürznelken

Klöße:

2 kg mehlig-kochende Kartoffeln,
Salz,
2-3 altbackene Brötchen,
Butter





Den Ofen auf 220 °C (Umluft 210 °C) vorheizen. Die Ente innen und außen sorgfältig waschen, trocken tupfen und entlang des Brustbeins und des Rückgrats in zwei Hälften teilen. Von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer einreiben. In einen Bräter, der beide Hälften nebeneinander fassen kann, etwas Wasser geben. Der Boden sollte ½-1 cm hoch bedeckt

sein. Die Teile mit der Hautseite nach oben hineinlegen und unter gelegentlichem Begießen mit dem Wasser 30 min braten. Die Entenhälften wenden und weitere 30 min braten. Nochmals wenden und die abgezogenen, in Scheiben geschnittenen Zwiebeln darauf verteilen. 15 min braten. Herausheben, in Portionsstücke zerteilen. Den Bratensaft mit dem Entenfett bis auf geringe Reste abgießen. Bratensaft beiseite stellen. Die Zwiebeln im Bräter belassen. Die Ententeile wieder hineingeben, etwas heißes Wasser zugeben und im geschlossenen Topf auf mittlerer Hitze fertig schmoren.

Dies dauert, je nach Größe, zwischen 30 und 60 min Die Ente ist fast gar, wenn man mit einer Nadel in einen Schenkel sticht und der heraustretende Fleischsaft nur noch geringe Spuren von Blut aufweist. Die Haut mit etwas Salzwasser bestreichen und für 10 min in den auf 220 °C (Umluft 210 °C) vorgeheizten Ofen schieben. So wird die Haut richtig groß.

Aus dem Fett, das sich auf dem Bratensaft absetzt, kann man einen Brotaufstrich machen: Man brät in diesem Fett eine feingehackte Zwiebel an und läßt das Ganze erkalten.

Den Rotkohl mit einem großen schweren Messer vierteln, den Strunk heraus schneiden und den Kohl in feine Streifen schneiden. Die Äpfel schälen, das Kerngehäuse entfernen, in Schnitze teilen. Die Zwiebel abziehen, fein hacken. Rotkohl, Äpfel, Zwiebel mit etwas Wasser, dem Essig, dem Zucker, Salz, Pfeffer und den Nelken in einem großen Topf vermischen und bei schwacher Hitze etwa 40 min zugedeckt schmoren lassen, bis das Kraut weich ist. Mit Salz, Pfeffer, Essig und Zucker abschmecken.

Die Kartoffeln schälen und in Wasser legen. Zerkleinern Sie drei Viertel der Kartoffeln auf einer Reibe. Das geht am besten so, daß Sie von jeder Kartoffel drei Viertel reiben und das letzte Viertel, mit dem Sie die Kartoffel halten, zum Kochen in einen Topf geben. Wenn Sie die Kartoffeln in der Küchenmaschine zerkleinern, schmecken die Klöße nicht so gut. Außerdem riskieren Sie, daß das Gericht mißlingt.

Die geriebenen Kartoffeln sofort in ein Leintuch geben und gründlich auspressen. In Thüringen verwendet man dazu kleine Weinpressen. Wenn Sie keine besitzen, beschweren Sie den Kartoffelsack mit Gewichten wie schweren Pfannen, Konservendosen o.ä. Denn austretenden Saft auffangen. Die darin enthaltene Stärke sollte sich absetzen. Die Kartoffelstücke knapp mit Wasser bedecken, salzen und weich kochen. Währenddessen die altbackenen Brötchen würfeln und in der Butter bräunen.

Die gekochten Kartoffeln in ihrem Kochwasser zerstampfen, die abgesetzte Stärke aus dem Kartoffelsaft ebenso unterheben wie die ausgepressten trockenen Kartoffelstücke. Den Teig in der Schüssel gut durchrühren, er muß ein knackendes Geräusch abgeben. Aus der Kartoffelmasse Klöße von der Größe einer Männerfaust formen. In die Mitte eines jeden Kloßes zwei bis drei Brotwürfel geben.



In einem größeren Topf Salzwasser aufkochen, die Hitze zurückschalten und die Klöße in das nicht mehr kochende Wasser geben. Ca. 20 min im offenen Topf ziehen lassen. Sobald sie oben schwimmen, sind sie gar.

Tips:

- Klöße werden auf dem Teller immer aufgebrochen, nie mit dem Messer geschnitten.
- Insbesondere die Thüringer Klöße sind arbeitsaufwendig. Planen Sie für das ganze Essen einen Sonntagvormittag ein. Den Rotkohl kann man schon am Vortag schmoren. Er wird durch das Aufwärmen nur aromatischer.

Bärlauchsuppe

Diese feine Frühlingssuppe, deren dezenter Knoblauchgeschmack durch zu langes Kochen oder Aufwärmen verloren geht, sollten Sie immer frisch zubereiten.

Für 4-6 Portionen:

30 g Butter,
30 g Mehl,
1 l Vollmilch,
2 handvoll Bärlauchblätter,
Pfeffer, Salz,
125 g süße Sahne,
2 Eigelb



In einem großen schweren Topf die Butter über mittlerer Hitze zerlassen. Das Mehl dazugeben und unter ständigem Rühren mit einem Holzlöffel 1-2 min in der Butter quellen lassen. Das Mehl darf dabei nicht braun werden. Nehmen Sie einen Schneebesen, wenn Sie jetzt die Milch langsam dazugießen. Unablässig weiterrühren, bis die Milch kocht und die Mehlschwitze die Suppe bindet. Die Hitze herunterschalten und mindestens 10 min leicht köcheln lassen, bis sich der Mehlgeschmack verliert. Gelegentlich umrühren, damit die Suppe nicht ansetzt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Während die Suppe köchelt, die Bärlauchblätter sorgfältig waschen, leicht trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Die Sahne mit dem Eigelb verrühren. Den Bärlauch zur Suppe geben, dabei einige Bärlauchstreifen zur Verzierung zurückbehalten. Den Bärlauch 1 min in der Suppe ziehen lassen. Den Topf vom Herd nehmen. $\frac{1}{2}$ Schöpflöffel von der heißen Suppe zu der Sahne und den Eidottern geben, dann die Suppe mit der Rahm-Dotter-Mischung legieren. Sie darf jetzt nicht mehr kochen, sonst flockt das Eigelb aus. Noch einmal abschmecken und sofort auftragen. Jede Portion mit Bärlauchstreifen verzieren.

Tips:

- Die Grundlage dieser Suppe bildet eine klassische Béchamel, die um so besser wird, je länger sie bei schwacher Hitze „reift“. Manche Köchinnen und Köche lassen eine solche Suppenbasis bis zu 1 h auf dem Herd. In diesem Fall müssen Sie durch ein Flammsieb und häufiges Umrühren ein Ansetzen der Suppe verhindern. Verkochte Flüssigkeit durch etwas Milch/ Wasser ersetzen. Selbstverständlich können Sie die Suppe auch auf die von Ihnen gewünschte Konsistenz verdünnen bzw. einkochen.
- Der feine Geschmack des Bärlauchs kommt dann am besten zur Geltung, wenn er ganz frisch gehackt und nur ganz kurz gegart wird. Geben Sie keine weiteren Gewürze zu Suppe. Weniger ist hier mehr.



Thüringer Rostbrätel

Scheiben vom Schweinekamm geben herrliche Stücke für den Grill. Das gut durchwachsene Fleisch bleibt schön saftig und nimmt kleine Abweichungen von der korrekten Garzeit nicht so übel wie etwa mageres Rindfleisch. Die Marinade verlangt nach einem dunklen, richtig würzigen Bier. Der darin enthaltene Malzzucker karamelisiert beim Grillen und gibt jeder Scheibe eine appetitliche Bräune.

Für 2-4 Portionen:

Fleisch:

4-8 durchwachsene Scheiben Schweinefleisch vom Kamm à 150 g

Marinade:

1-2 Zwiebeln,
2-4 Knoblauchzehen,
mittelscharfer Senf,
Salz,
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer,
ca. 0,5 l Bier, vorzugsweise dunkles



Das Fleisch kräftig klopfen. Für die Marinade zieht man die Zwiebeln und Knoblauchzehen ab und schneidet beides in dünne Scheiben. Reiben Sie jedes Kammstück auf beiden Seiten dünn mit dem Senf ein, pfeffern und salzen sie es. Abwechselnd mit Zwiebel- und Knoblauchscheiben in ein Gefäß schichten und soviel Bier angießen, daß das Fleisch ganz bedeckt ist. 24 h an einem kühlen Ort marinieren.

Aus der Marinade nehmen, leicht abtropfen lassen und direkt auf den gut vorgeheizten Grill legen. Genaue Angaben zur Grillzeit sind leider nicht möglich. Die Zeiten hängen bei jeder Art von Grillgut u.a. von der Hitze des Grillfeuers, dem Abstand des Grillgutes zur Glut sowie Beschaffenheit und Dicke des Grillgutes ab. Schweinefleisch sollte immer durchgegart werden. Doch hüten Sie sich, es zu lange zu grillen. Dann wird selbst das beste Fleisch trocken und zäh. Ein durchgebratenes Stück fühlt sich fest an. Wie immer beim Grillen kommen Sie hier um das Sammeln entsprechender Erfahrungen leider nicht herum.

Thüringer Rostbrätel ißt man traditionell mit gebratenen Zwiebeln auf Graubrot

Tips:

- Die Biermarinade können Sie selbstverständlich auch für andere Stücke vom Schwein (außer Bauchfleisch) und für Rindfleisch, beispielsweise Roastbeef nehmen.
- Verwenden Sie einen Grill mit verstellbarem Rost. So können Sie die Temperatur regulieren.



Bärlauchbrot

Bärlauchbrot essen Sie am besten ganz frisch, nur mit Butter oder etwas Frischkäse, damit der Bärlauchgeschmack nicht übertönt wird.

Zutaten:

300 g Bärlauch,
375 g grobes Weizenmehl,
125 g Roggenmehl,
1 Würfel frische Hefe, ersatzweise 1 Päckchen
Trockenhefe,
250 ml Vollmilch,
60 g zimmerwarme Margarine,
1 Prise Zucker,
Zwiebelsalz



Weizen- und Roggenmehl in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Mulde machen, die Hefe hineinbröckeln. Etwas lauwarme Milch (30 bis maximal 40 °C) dazugeben und mit ganz wenig Mehl zu einem flüssigen Vorteig verrühren. Abgedeckt an einem warmen, vor Zugluft geschützten Ort so lange gehen lassen, bis der Vorteig aufgegangen ist. Rechnen Sie 15 min, es kann aber auch bis zu 1 h dauern. Die restliche Milch, die Margarine, den Zucker und evtl. etwas Zwiebelsalz zu dem Mehl geben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten, der nicht auf der Arbeitsfläche festklebt. Sollte der Teig zu trocken sein, noch etwas warme Milch, sollte er zu feucht sein, noch etwas Weizenmehl unterkneten. Zugedeckt an einem warmen, vor Zugluft geschützten Ort gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat. Währenddessen den Bärlauch waschen, sorgfältig trocken tupfen und fein hacken. Mit dem aufgegangenen Teig kurz verkneten. Den Teig in eine gefettete Kastenform geben, noch einmal abgedeckt gehen lassen und dann im vorgeheizten Ofen auf der unteren Schiene bei 180 °C (Umluft 170 °C) 40-50 min backen lassen, bis ein Holzstäbchen, mit dem man hineinsticht, sauber wieder herauskommt. Die Form 1-2 min stehen lassen, dann das Brot aus der Form lösen.

Wenn Sie Trockenhefe verwenden, kann der Vorteig entfallen. Die Hefe in der lauwarmen Flüssigkeit auflösen und alle Zutaten, bis auf den Bärlauch, zu einem geschmeidigen Teig verkneten (s.o.), den man gehen lässt.

Tips:

- Ein Hefeteig gelingt nicht, wenn die Flüssigkeit, mit der man die Hefe ansetzt, zu heiß ist. Dies tötet die Hefepilze ab. Ein Hefeteig geht dagegen lediglich langsamer auf, wenn die Flüssigkeit zu kalt ist. Kühlschrankschranktemperaturen sollten Sie allerdings vermeiden, es sei denn, Sie können ein bis zwei Tage warten.
- Nur Kenner sollten Bärlauch selbst sammeln. Die lanzettartigen Blätter kann man leicht mit dem giftigen Maiglöckchen verwechseln, das dieselben Lebensräume wie der Bärlauch besiedelt. Bärlauch wird vor der Blüte gesammelt.

Nasser Rhabarberkuchen

Dieser Rhabarberkuchen ist nicht naß, er ist schön saftig. Dafür sorgen die Grießmasse und der Schmantguß.

Für einen Blechkuchen von etwa 30x40 cm:

Hefeteig:

500 g Mehl,
1 Würfel frische Hefe, ersatzweise 1 Päckchen Trockenhefe,
250 ml Milch,
100 g Zucker,
1 Prise Salz

Rhabarberbelag:

5-6 Stangen Rhabarber

Grießmasse:

500 ml Vollmilch,
180 g Hartweizengrieß

Schmantguß:

500 ml Schmant,
150 g Zucker,
1 Ei, Eigelb und Eiweiß getrennt,
1 Prise Salz,
3 EL Mehl



Das Mehl in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Mulde machen, die Hefe hineinbröckeln. Etwas lau-warme Milch (30 bis maximal 40 °C) dazugeben und mit ganz wenig Mehl zu einem flüssigen Vorteig verrühren. Abgedeckt an einem warmen, vor Zugluft geschützten Ort so lange gehen lassen, bis der Vorteig aufgegangen ist. Rechnen Sie 15 min, es kann aber auch bis zu 1 h dauern. Dann mit der restlichen lauwarmen Milch und dem Zucker zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Er sollte nicht auf der Arbeitsplatte festkleben. Sollte der Teig zu trocken sein, noch etwas warme Milch, sollte er zu feucht sein, noch etwas Mehl unterkneten. Zugedeckt an einem warmen, vor Zugluft geschützten Ort gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat. Bei Verwendung von Trockenhefe, löst man diese in der Milch auf und verknetet alles zu einem Teig.

Den Hefeteig dünn auf dem eingefetteten, rechteckigen Backblech ausrollen. Mit der Gabel mehrmals in den Teig stechen, damit er keine Blasen wirft. Noch mal kurz gehen lassen.

Während der Teig geht, den Belag zubereiten: Die Enden der Rhabarberstangen abschneiden, Fäden abziehen und den Rhabarber in 2-3 cm lange Stücke schneiden. Die Milch aufkochen, den Gries langsam und unter ständigem Rühren einrieseln lassen. 1 min konstant rühren, dann abkühlen lassen. Er darf nicht zu heiß sein, wenn er mit dem Teig in Berührung kommt. Den Schmant mit dem Zucker, dem Eigelb, einer Prise Salz und dem Mehl verrühren. Das Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unterheben.

Den Griesbrei auf dem ausgerollten Teig verstreichen, Rhabarber darauf verteilen und komplett mit dem Schmantguß abdecken. Bei 220 °C (Umluft 210 °C) 25-30 min im vorgeheizten Ofen backen, bis ein in den Teig gestochener Holzspieß sauber wieder herauskommt.

Tips:

- Verzichten Sie auf die Grießmasse, belegen Sie den Hefeteig dicht mit süßen (!) Äpfeln und geben Sie den mit Zimt oder abgeriebener Zitronenschale aromatisierten Schmantguß darüber. Auch Pfirsiche und Aprikosen ergeben so einen guten Obstkuchen.
- Wenn man die Form zusätzlich mit Mehl bestäubt, lösen sich Kuchen und Brot noch leichter von der Form.

Apfel und Öl

Dieser einfache Hefekuchen verlangt nach frisch-säuerlichen Äpfeln, die die geschmackliche Balance zu Zucker und Zimt bilden.

Für einen Blechkuchen von etwa 30x40 cm:

Hefeteig:

500 g Mehl,
1 Würfel frische Hefe, ersatzweise 1 Päckchen
Trockenhefe,
250 ml Milch,
100 g Zucker,
75 g Margarine,
1 Ei;
1 Prise Salz



Belag:

8 säuerliche Äpfel (z.B. Boskop, Weißer Klarapfel),
5 EL geschmacksneutrales Pflanzenöl,
150 g Zucker,
gemahlene Zimt nach Geschmack (1 TL bis 1 EL)

Das Mehl in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Mulde machen, die Hefe hineinbröckeln. Etwas lau-warme Milch (30 bis maximal 40 °C) dazugeben und mit ganz wenig Mehl zu einem flüssigen Vorteig verrühren. Abgedeckt an einem warmen, vor Zugluft geschützten Ort so lange gehen lassen, bis der Vorteig aufgegangen ist. Rechnen Sie 15 min, es kann aber auch bis zu 1 h dauern. Dann mit der restlichen lauwarmen Milch, dem Zucker, Margarine und Ei zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Er sollte nicht auf der Arbeitsplatte festkleben. Sollte der Teig zu trocken sein, noch etwas warme Milch, sollte er zu feucht sein, noch etwas Mehl unterkneten. Zugedeckt an einem warmen, vor Zugluft geschützten Ort gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat. Bei Verwendung von Trockenhefe, löst man diese in der Milch auf und verknetet alles zu einem Teig. Den Hefeteig dünn auf dem eingefetteten, rechteckigen Backblech ausrollen. Mit der Gabel mehrmals in den Teig stechen, damit er keine Blasen wirft. Noch mal kurz gehen lassen.

Wenn der Teig zum letzten Mal geht, den Belag vorbereiten. Man macht das so kurzfristig, damit die Äpfel sich nicht an der Luft bräunlich verfärben. Die Äpfel schälen, das Kerngehäuse ausstechen. Die Äpfel in grobe Schnitze schneiden. Das Öl auf den Teig streichen, die Äpfel darauf geben, 100 g Zucker, den man mit dem Zimtpulver vermischt hat, gleichmäßig darüber streuen. Bei 220 °C 15-20 min im vorgeheizten Ofen backen. Nach 15 min die restlichen 50 g Zucker gleichmäßig über den Kuchen streuen.

Tip:

- Zimt und andere gemahlene Gewürze, die mit Zucker über einen Kuchen oder ein anderes Gericht gestreut werden, vermischt man vorher gut mit dem Zucker. So lassen sie sich gleichmäßig auf dem Kuchen verteilen.