

Mecklenburg

Mecklenburg – ein dünnbesiedeltes Bauernland mit intakter Natur und über tausend herrenlosen Gutshäusern. Doch in den letzten Jahren ziehen immer mehr junge Familien von der Stadt aufs Land. So hat auch das Gutshaus von Alt Kentzlin neue Eigentümer gefunden: Familie von Waldthausen hat Berlin verlassen und saniert das alte Anwesen. Friedrich von Waldthausen, Architekt für Denkmalpflege, legt dabei großen Wert auf die originalgetreue Restauration.



Charlotte und Friedrich von Waldthausen beim Segeln auf dem Kummerower See – mit Flusskrebse

Dafür nimmt seine Familie auch manche Unbequemlichkeit in Kauf: Auf eine funktionierende Küche musste Ehefrau Charlotte lange warten, doch sie nimmt das gelassen.

Der Herbst beschert den Waldthausens eine reiche Apfelernte. Ideal für den Schlupfkuchen, einen typischen Apfelkuchen der Region. Überhaupt ist Obst eine zentrale Zutat in der mecklenburgischen Küche, auch in Verbindung mit Fleisch. Das bekannteste deftig-süße Gericht ist der Mecklenburger Rippenbraten, der mit Äpfeln und Backpflaumen gefüllt wird.

Die Familie ist auch wegen der Seen ins mecklenburgische Land gekommen. Auf dem Kummerower See begehen die begeisterten Segler Friedrich und Charlotte von Waldthausen ihren Hochzeitstag. Zur Feier des Tages gibt es fangfrische, in Seewasser gekochte Flusskrebse.

Der Architekt engagiert sich auch in der Stiftung Kulturerbe, die verfallende Gutshäuser notsichert. Nach einem Einsatz am Schloss Remplin werden die ehrenamtlichen Helfer von Familie von Waldthausen zu Wildgulasch und Steckrübengemüse eingeladen. (Text: arte)

Holunderbeersuppe mit Grießklößchen

Holunder wird je nach Region auch Flieder, Holler oder Holderbusch genannt. Die Beeren des Holunders haben nicht nur ein interessantes Aroma, sondern sind auch ein bewährtes Mittel zur Stärkung des Immunsystems, da sie reich an Vitaminen und Antioxidantien sind.

Zutaten für 4 Portionen:

Suppe:

1000 g Holunderbeeren (alternativ: 1 l 100-prozentiger Holundersaft)
1 Zimtstange
2 Nelken
geriebene Schale 1 Zitrone
100 g Zucker
500 ml Apfelsaft
300 g Äpfel
20 g Speisestärke
500 ml Wasser

Klöße:

125 g Weichweizengrieß
250 ml Milch
20 g Butter
20 g Zucker
2 Eier
Salz
1000 ml Wasser



Holunderbeersuppe mit Grießklößchen

Zubereitung:

Suppe:

Das Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Holunderbeeren hineingeben.

Die Schale einer Zitrone abreiben.

Zimtstange, Nelken, abgeriebene Zitronenschale und Zucker zu den Holunderbeeren geben und 30 min mit geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Die Flüssigkeit durch die Flotte Lotte drehen und mit Apfelsaft auffüllen.

Die gesiebte Holunderbeerensuppe wieder erhitzen, wenn gewünscht noch etwas Zucker dazugeben.

Die Speisestärke mit kaltem Wasser glattrühren, in die Suppe geben und nochmals aufkochen.

Die Äpfel schälen, entkernen und in dünne Spalten schneiden.

Die Apfelspalten in die Suppe geben und bei schwacher Hitze 3 min ziehen lassen.

Klöße:

Milch, Butter und Zucker zum Kochen bringen, den Grieß einstreuen und so lange rühren, bis sich die Masse als Kloß von Topfboden löst.

Die Masse etwas abkühlen lassen und die Eier unterrühren.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und Salz hineingeben.

Mit zwei Teelöffeln kleine Klößchen aus der Masse formen und diese im siedenden Salzwasser ziehen lassen, bis sie oben schwimmen.

Die Grießklößchen abtropfen lassen und mit der Suppe anrichten.

Tipp:

- Wenn man keine frischen Holunderbeeren hat, kann auch 100 % Holundersaft verwendet werden, den man im Reformhaus oder im gut sortierten Supermarkt bekommt. Die Suppe kann je nach Jahreszeit und Gusto heiß, aber auch kalt gegessen werden.

Zubereitungszeit:

45 min

Guten Appetit!

Quelle: auch Arte-Magazin 6/2014

Mecklenburger Rippenbraten

Der gefüllte Rippenbraten war ursprünglich ein Schlachtgericht für die Wintermonate, aber noch heute ist er bei den Mecklenburgern als Festessen sehr beliebt. Herzhaftes mit Süßem zu kombinieren ist typisch für die Region und so wird Obst häufig als Füllung für Fleischgerichte verwendet.

Zutaten für 6 Portionen:

2500 g Schweinerippe (vom Metzger eine Tasche einschneiden lassen)

Salz

Pfeffer

500 g Äpfel

250 g Backpflaumen

50 g Semmelbrösel

20 g Zucker

Zimt

300 g Karotten

300 g Knollensellerie

500 ml Apfelsaft

10 g Speisestärke

100 ml Wasser (nach Bedarf)



Mecklenburger Rippenbraten mit Rotkohl und Kartoffeln

Zubereitung:

Die Schweinerippe mit Salz und Pfeffer von beiden Seiten würzen, dabei auch die eingeschnittene Tasche einreiben.

Für die Füllung die Backpflaumen kurz einweichen, gut ausdrücken und klein schneiden.

Die Äpfel schälen und grob würfeln.

Backpflaumen und Äpfel mit dem Zucker, etwas Zimt und den Semmelbröseln gut vermengen und in die Tasche der Schweinerippe füllen.

Die Tasche mit Küchengarn oder Spießen verschließen und in ein tiefes Blech oder einen Bräter legen.

Die Karotten und den Sellerie putzen, grob zerteilen und ebenfalls auf dem Blech um das Fleisch herum verteilen.

Den Braten mit Apfelsaft begießen und im Backofen bei 200 °C schmoren lassen.

Nach 1 h die Temperatur auf 180 °C herunterdrehen und wenn nötig etwas Wasser nachgießen. Im Bräter muss immer so viel Flüssigkeit vorhanden sein, dass der Boden bedeckt ist.

Nach 3 h sollte der Braten fertig sein und wird in Scheiben geschnitten.

Für eine Soße den Bratenfond passieren und wenn nötig mit ein wenig Speisestärke binden.

Die klassischen Beilagen zum Mecklenburger Rippenbraten sind Salzkartoffeln und Rotkohl.

Tipp:

- Ein gutes Stück Rippenfleisch vom Schwein fängt bei 2,5 kg an. Kleinere Stücke sind für den Mecklenburger Rippenbraten nicht geeignet, da die Tasche zwischen Schwarte und Rippen viel Füllung aufnehmen soll. Diese Tasche unbedingt vom Metzger einschneiden lassen, denn ungeübt wird es nicht auf Anhieb gelingen.

Zubereitungszeit:

210 min

Flusskrebse im Sud

Flusskrebse, die kleinen Verwandten des Hummers, sind geschmacklich so fein, dass es im Grunde ausreicht, sie einfach in Salzwasser zu kochen und das Schwanzfleisch mit etwas Zitronensaft zu beträufeln. Man kann aber auch einen Gemüsesud ansetzen.

Zutaten für 4 Portionen:

50 Flusskrebse
4000 ml Wasser
1000 ml Weißwein
200 g Karotten
1 große Zwiebel
1 Stange Sellerie
1 Fenchel
50 g Petersilie
50 g Dill
2 Lorbeerblätter
Kümmel
Fenchelsamen
ganze Pfefferkörner
Salz



Gekochte Flusskrebse aus dem Kummerower See

Zubereitung:

Das Gemüse putzen, grob zerteilen und die Gewürze leicht mörsern.

Für den Sud alle Zutaten in einen großen, mit Wasser und Weißwein gefüllten Topf geben, und aufkochen.

Die Kräuter als ganze Sträußchen dazugeben und alles reichlich salzen.

Am besten ist es, den Sud bereits am Vortag oder einige Stunden vor dem Krebsessen anzusetzen, damit er gut durchziehen kann.

Die gewässerten und gut gespülten, lebenden Krebse in kleinen Portionen in den sprudelnden Sud geben und dann nur noch sieden lassen. Immer nur so viele Krebse hineingeben, dass sie in dem Topf gut Platz haben.

Nach der Garzeit, für mittelgroße Flusskrebse beträgt sie etwa 6 min, entweder portionsweise sofort pulen und verspeisen oder in Eiswasser abschrecken. So garen sie nicht nach und das Schwanzfleisch wird nicht trocken.

Die Krebse auf einer Platte anrichten. Dazu werden Zitronenhälften, Baguette und Knoblauchbutter serviert.

Tipp:

- Die ausgebrochenen Panzerstücke nicht wegwerfen. Aus ihnen lässt sich – erneut ausgekocht – eine Sauce oder Buttermischung zubereiten.

Zubereitungszeit:

60 min

Schlupfkuchen mit Äpfeln

Der Kuchen heißt so, weil die Obststücke beim Backen einsinken und der Teig langsam zwischen den Äpfeln ‚hochschlüpft‘.

Zutaten für 12 Portionen (Springform mit 26 cm Ø):

150 g Butter
150 g Zucker
3 Eier
200 g Mehl
10 g Backpulver
8 g Vanillezucker
Salz
60 ml Milch
750 g Äpfel (fest, säuerlich)
Semmelbrösel
Puderzucker
Butter (zum Einfetten)



Schlupfkuchen mit Äpfeln

Zubereitung:

Butter und Zucker in eine Rührschüssel geben, schaumig rühren und dann die Eier, eine Prise Salz und den Vanillezucker unterrühren.

Das Mehl sieben und zusammen mit dem Backpulver in die Masse geben und verrühren. Bei Bedarf etwas Milch hinzufügen, so dass der Teig weich vom Löffel fällt.

Eine Springform mit Butter einfetten, mit Semmelbrösel gleichmäßig ausstreuen und den Kuchenteig einfüllen.

Die Äpfel schälen, vierteln oder achteln, vom Kerngehäuse befreien, an der oberen Rundung mehrfach längs einschneiden und mit dieser Seite nach oben kreisförmig auf den Teig legen.

Den Kuchen im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Umluft) ca. 45 min backen und nach dem Erkalten mit Puderzucker bestreuen.

Tipp:

- Der Schlupfkuchen kann auch mit anderem Obst zubereitet werden – je nach Geschmack und Jahreszeit. Er gelingt ebenso mit Pflaumen, Birnen und Aprikosen, aber auch mit Himbeeren oder Kirschen.

Zu Tisch in Mecklenburg

Zubereitungszeit:

60 min

10 EUR – D – Mecklenburg

Wildgulasch

Für ein Wildgulasch lässt sich gemischtes Fleisch vom Wildschwein, Reh oder Hirsch verwenden. Am besten aus der Schale, der Schulter oder von der Keule. Es ist hilfreich, wenn das Fleisch bereits ausgelöst wurde.

Zutaten für 4 Portionen:

800 g Wildgulasch (ausgelöst)
100 g Bauchspeck
1 große Zwiebel
300 g Karotten
50 g Butterschmalz (zum Anbraten)
20 g Tomatenmark
400 ml passierte Tomaten
6 Wacholderbeeren
50 g Thymian (als Bund)
30 g Quittenmus
30 g Johannisbeergelee
Salz
Pfeffer
Paprikapulver



Zutaten für Wildgulasch und Steckrübengemüse

Zubereitung:

Wenn das Wildfleisch noch nicht vorbereitet ist, vorsichtig vom Knochen lösen und in grobe Stücke von ca. 3-4 cm Kantenlänge schneiden.

Die Karotten putzen und in mundgerechte Stücke, die Zwiebel und den Speck in kleine Würfel schneiden.

Die Hälfte des Butterschmalz in einer Pfanne heiß werden lassen, dann Speck und Zwiebel im Butterschmalz anbraten und beiseite stellen.

In einem Topf das restliche Butterschmalz erhitzen, das Fleisch hineingeben und scharf anbraten. Wenn der Topfboden zu gering im Durchmesser ist, besser lagenweise anbraten, damit sich bei allen Fleischstücken die Poren schließen können und es beim Schmoren saftig bleibt.

Das Fleisch salzen, pfeffern und das Tomatenmark unterrühren, es soll etwas mitrösten.

Anschließend Karottenstücke, passierte Tomaten, Quittenmus und Johannisbeergelee unterrühren. Die Wacholderbeeren grob mörsern, den Thymian als Strauß im Ganzen beifügen.

Mit geschlossenem Deckel das Gulasch bei geringer Hitze mindestens 1 h köcheln lassen, abschmecken und servieren.

Tipp:

- Die Tomatenpassata kann durch Rotwein oder Fond ersetzt werden. Zusätzliche Gewürze wie Zitronenabrieb oder Zutaten wie Quitten, können dem Gulasch eine andere Note geben.

Zubereitungszeit:

90 min

Kohlrüben Gemüse

Die Kohlrübe hat viele Namen: Steckrübe, Wruken oder Dotschen. Im Norden trägt sie auch die Bezeichnung "Mecklenburger Ananas". Die Rübe hat einen angenehmen herbsüßen Geschmack und erlebt als "verrufenes Nachkriegsgemüse" seit einiger Zeit wieder ein Comeback.

Zutaten für 4 Portionen:

500 g Kohlrübe
300 g Kartoffeln
20 g Zucker
30 g Butter
20 g Thymian
Salz
Pfeffer
Muskatnuss
5 g Speisestärke
50 g Schnittlauch
100 g Crème fraîche
500 ml Apfelsaft



Wildgulasch und Steckrüben Gemüse

Zubereitung:

Kartoffeln und Kohlrüben schälen, waschen und in gleichgroße Würfel oder Stifte schneiden.

Die Butter in einem Topf erhitzen und mit dem Zucker karamellisieren lassen.

Das Gemüse dazugeben und kurz mit andünsten.

Salzen, pfeffern, den Muskat hineinreiben, den Thymian dazugeben und alles mit Apfelsaft ablöschen. Wem das zu süß sein sollte, nimmt statt dessen Wasser oder Brühe.

Das Gemüse bei mittlerer Hitze und im halb geschlossenen Topf 20 min garen, dabei mehrmals umrühren.

Zum Schluss – wenn gewünscht – Speisestärke mit wenig kaltem Wasser verrühren, das Gemüse damit leicht binden und nochmals abschmecken.

Beim Anrichten jede Portion mit dem kleingeschnittenen Schnittlauch bestreuen und mit einem Klecks Crème fraîche verzieren.

Tipp:

- Die Kohlrübe ist ein Gemüse-Chamäleon und nimmt beim Kochen mit anderem Gemüse dessen Geschmack an. Sie passt zu Sellerie, Kohlrabi, Möhren, Äpfeln und ist eine ideale Beilage zu kräftigen Fleischgerichten.

Zubereitungszeit:

45 min