

Kochen mit Martina und Moritz vom 12.08.2023

Redaktion: Klaus Brock

Schlesische Küche: Klassische Rezepte mit Pfiff

Herings-Häckerle	2
Olmützer Quargel auf Gänseschmalzhappen	4
Schlesisches Himmelreich	5
Schlesische Kartoffelklöße	7
Schlesischer Hochzeitskuchen	8

URL: <https://www1.wdr.de/fernsehen/kochen-mit-martina-und-moritz/sendungen/schlesische-kueche-100.html>

Schlesische Küche: Klassische Rezepte mit Pfiff

Von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer

Die schlesischen Lieblingsgerichte, die wir meist nur noch durch die Erinnerung von Großmüttern, Onkeln und Tanten kennen, sind Spezialitäten, die nach Heimweh schmecken. Die WDR Fernsehköche Martina und Moritz haben ganz besondere Rezepte herausgesucht.



Herings-Häckerle

Es ist vermutlich das berühmteste schlesische Rezept. Martina und Moritz empfehlen, dafür einen zarten Matjeshering zu nehmen, aber auf keinen Fall einen sauer eingelegten Bismarckhering. Die Zutaten für das Häckerle sollte man, wie der Name schon sagt, hacken, und zwar von Hand, denn im Mixer wird alles zu sehr zermust. Dabei will man die Stückchen deutlich auf der Zunge spüren.



Zutaten für 4 Personen:

- 3-4 Matjesheringe (6-8 Filets)
- 2 große Eier
- 1 milde weiße oder rote Zwiebel
- 1 kleiner Apfel
- 100 g Cornichons
- 3 TL Kapern
- 50 g durchwachsener roher Bauchspeck in dünnen Scheiben
- 2 EL Delikatessenf
- 150 g Schmand (saurer Rahm mit circa 25 % Fettgehalt)
- eventuell zusätzlich 100 g saure Sahne (10 % Fettgehalt)
- Petersilie
- Schnittlauch
- Salz
- Pfeffer
- Saft einer ½ Zitrone
- geriebene Zitronenschale

Zubereitung:

- Die Heringe sorgfältig entgräten und – wenn nötig – häuten. Die Filets erst längs in feine Streifen, dann quer in feine Würfel schneiden.
- Die Eier in neun Minuten so hart kochen, dass im Innern des Dotters noch ein cremig weicher Punkt bleibt. Auch sie dann fein hacken – ebenso die Zwiebel, den Apfel, die Cornichons, Kapern und den Speck. Alles in einer Schüssel mischen. Dabei Senf, Schmand und eventuell saure Sahne sowie fein gehackte Petersilie und Schnittlauch hinzufügen. Das Häckerle mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und -schale abschmecken.
- **Tipp:** Früher hat man das Häckerle mit Leinöl geschmeidig gemacht, was aber nicht nötig ist – vor allem, wenn man den ohnehin fetten Matjes dafür nimmt. Wer mag, zieht ein paar Fäden Lein- oder Olivenöl über das Häckerle.

Beilage: Pellkartoffeln oder Vollkornbrot

Getränk: ein Pils, Apfelwein oder Cidre

Olmützer Quargel auf Gänseschmalzhappen

Wir kennen diese kleinen runden Käschen aus Magermilch eher als Harzer Roller. Sie müssen rechtzeitig eingekauft werden, damit man sie zunächst einmal richtig ausreifen lassen kann. Sie dürfen nämlich innen nicht weiß und teigig sein, wenn sie ein Genuss sein sollen, sondern durch und durch gelblich transparent. Der Käse duftet mit zunehmender Reife durchaus auch streng, aber dann ist er ganz zart und schmeckt erst so richtig gut.



Zutaten für 4 bis 6 Personen:

- 2 Pakete Olmützer Quargel (oder kleine Handkäse)
- 1 TL Kümmel
- 5 Scheiben Graubrot
- 50 g Gänseschmalz
- 2 Schalotten
- Frühlingszwiebeln
- Schnittlauch und/oder Petersilie
- etwas Essig

Zubereitung:

- Die einzelnen Käsetaler in eine kleine Schüssel setzen, dabei mit Kümmel bestreuen und gut zugedeckt mindestens zwei, besser drei oder sogar vier Tage an einem warmen Ort in der Küche reifen lassen. So wird daraus ganz schnell ein wunderbarer Appetithappen: Graubrot, das man nach Geschmack zuvor mit Knoblauch einreiben kann, rösten. Dann mit Gänseschmalz bestreichen und mit Scheiben vom Käse belegen.
- Feine Zwiebelringe (Schalotten oder das Weiße der Frühlingszwiebeln) darauf verteilen, außerdem Schnittlauchröllchen, Grün einer Frühlingszwiebel und/oder Petersilienblättchen. Zum Schluss einen Spritzer Essig darüberträufeln.
- Auf einer mit Tortenspitze belegten Platte den Gästen zum Aperitif reichen – schmeckt einfach köstlich.

Getränk: Hier passt durchaus nicht nur Bier, sondern auch ein trockener Wein oder Winzersekt. Übrigens gibt es ein Weinbaugebiet bei dem früher schlesischen Grünberg, jetzt Zielona Góra. Der Wein wird heute als "Monte Verde" verkauft.

Schlesisches Himmelreich

Vermutlich fühlt sich ein Schlesier im Himmelreich, wenn er das serviert bekommt. Das mag ein Außenstehender vielleicht nicht gleich nachvollziehen, denn die Süße der "Gemüsebeilage" ist schon gewöhnungsbedürftig. Aber auch hier kommt es natürlich darauf an, wie und mit welchen Gewürzen das Gericht zubereitet wird. Wichtig ist, dass das Fleisch zuerst angebraten wird, damit die Röststoffe für Geschmack sorgen. Dann sollte man nicht nur mit Wasser, sondern auch mit Bier aufgießen – mit einem aromatischen Malzbier, das der Sauce ebenfalls Geschmack (und Süße) gibt.



Zutaten für 6 Personen:

- 500 g Trockenfrüchte (Zwetschgen, Aprikosen, Äpfel)
- circa 1 kg gepökelter Schweinekamm (Hals)
- 250 g Schweinebauch
- 2 EL Öl oder Schmalz
- 1 Zwiebel
- 1 Möhre
- 1 Stück Lauch
- 1 Stück Sellerie
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL Mehl
- 0,5 l Malzbier
- 1 EL Wacholderbeeren
- 1 TL Piment
- 4-5 Lorbeerblätter
- 4 Nelken
- 2 Sternanis
- 1 Stück Macis (Muskatblüte)
- 1 Stück Zitronenschale
- 3 Zentimeter Ingwerwurzel
- 1-2 Chilischoten (frisch oder getrocknet)
- 1 Stück Butter
- Zitronensaft

Zubereitung:

- Die Trockenfrüchte in eine Schüssel füllen, mit Wasser bedecken und mit einem Teller beschweren, damit sie unter der Oberfläche bleiben und sich schön vollsaugen. Über Nacht einweichen.

- Am nächsten Tag das gepökelte Bratenstück in einem ausreichend großen Topf im heißen Öl beziehungsweise Schmalz rundum von allen Seiten anbraten. Den Schweinebauch ebenfalls anbraten. Die Fleischteile herausnehmen, stattdessen die fein gewürfelte Zwiebel, Möhre, Lauch und Sellerie in den Topf geben und kurz anrösten. Dabei salzen und pfeffern.
- Schließlich das Mehl darüberstäuben und anrösten, bevor mit Malzbier abgelöscht wird. Die Fleischteile wieder in den Topf betten und die Gewürze hinzufügen. Sie sind dringend erforderlich, damit das Gericht nicht einfach süß schmeckt, sondern Charakter erhält:
- Wacholder, Piment, Lorbeer, Nelken, Sternanis, Macis und Zitronenschale. Auch den geschälten, klein gewürfelten Ingwer sowie die Chilis – entkernt und ebenfalls klein geschnitten – hinzufügen. So bekommt die Süße vom Backobsteinen Gegenpol und Pep. Mit etwa der Hälfte des Einweichwassers auffüllen, bis alles gerade eben von Flüssigkeit umgeben ist. Aufkochen und dann bei milder Hitze auf dem Herd oder im Backofen bei 120 Grad Celsius Heißluft (150 Grad Celsius Ober- und Unterhitze) zunächst eine halbe Stunde garen. Dann das eingeweichte Backobst hinzufügen und mit dem Rest der Einweichflüssigkeit nochmals zugedeckt eine Stunde sehr leise schmurgeln lassen, bis das Fleisch gar ist.
- Schließlich das Fleisch herausheben, in dünne Scheiben schneiden und auf einer tiefen Platte anrichten. Das Backobst rundherum verteilen. Die Sauce mit dem Mixstab glatt mixen, dabei ein Stück Butter einarbeiten, damit sie schön glänzt. Nochmals abschmecken, vor allem mit Salz und Zitronensaft, und in einer Sauciere zu Tisch bringen.

Schlesische Kartoffelklöße

Sie gehören traditionell zum Schlesischen Himmelreich dazu, sind sozusagen Teil davon. Anders als die thüringischen Klöße werden sie aus gekochten Kartoffeln gemacht. Wenn man es genau betrachtet, sind sie nichts anderes als Gnocchi, die in Italien so beliebt sind.



Zutaten für 6 Personen:

- 1,2 kg mehlig Kartoffeln
- 200 g Stärke
- Salz
- Muskat
- 1 Ei

Zubereitung:

- Die Kartoffeln als Pellkartoffeln gar kochen, noch heiß pellen und durch eine Presse auf das Arbeitsbrett drücken. Dabei etwas verteilen und ausdampfen lassen. Zwei Drittel der Stärke darüber sieben, mit Salz und reichlich Muskat würzen, und auch das Ei hinzugeben.
- Dann zuerst mit einem Holzlöffel, schließlich mit den Händen rasch zu einem weichen Teig kneten. Zu einer Rolle formen, rundherum den Rest der Stärke verteilen und in Scheiben schneiden. Jede Scheibe zu einer Kugel formen und diese dann flach drücken. In der Mitte mit dem Daumen eine Delle hineindrücken, in welcher sich später die Sauce schön sammeln kann.
- In einem breiten Topf, der die Klöße nebeneinander aufnehmen kann, Salzwasser aufkochen, die Klöße hineinlegen und ohne Deckel gar ziehen lassen. Nach 10 bis höchstens 15 Minuten (je nach Größe) kommen sie hoch, nach spätestens 20 Minuten sind sie gar. Auf keinen Fall ins Kochen geraten lassen und nicht zu lange im Kochwasser liegen lassen, sonst lösen sich die Klöße auf.

Getränk: Überraschend gut passt dazu ein dunkles Weizenbier oder sogar ein herbes Schwarzbier. Für Weintrinker darf es ein nicht zu üppiger Rotwein sein, etwa ein fruchtiger Zweigelt.

Schlesischer Hochzeitskuchen

Bei diesem Rezept kommen gleich alle Kuchenklassiker zusammen, die man in Schlesien liebt. Die Basis ist Hefeteig, den man für eine Vielzahl von Kuchen, ob Apfel-, Zwetschgen oder sonstige Obstkuchen, verwendet. Darauf kommt eine süße Quarkmasse, dazwischen Kleckse vom dort überaus geliebten Mohn und obenauf auch noch die beliebten Streusel – allemal einer Hochzeit würdig.



Zutaten für eine große Kuchenform (36 cm Durchmesser) oder ein Blech (30 x 40 cm):

Hefeteig:

- 500 g Mehl
- 50 g Zucker
- 20 g Hefe (½ Würfel)
- knapp 200 ml lauwarme Milch
- 100 g Butter
- 1 Ei
- 1 Prise Salz
- geriebene Zitronenschale

Quarkbelag:

- 1 kg Schichtkäse
- 3 Eier
- 60 g Zucker
- geriebene Zitronenschale
- 2 EL Zitronensaft
- 1 EL Vanillezucker
- Muskat
- etwas Zimt
- 1 Prise Salz
- 50 g in Rum eingeweichte Rosinen
- 50 g Mandelstifte

Mohnmasse:

- 125 g Mohn
- 60 g Zucker
- 250 ml Milch

Streusel:

- 200 g Mehl
- 125 g Butter

- 75 g Zucker
- Vanillezucker

Zubereitung:

- Das Mehl mit dem Zucker vermischen und in die Küchenmaschine füllen. Die Hefe mit der Hälfte der Milch auflösen und mit Schwung hineingießen. Zugedeckt zehn Minuten ruhen lassen. Dann die weiche Butter in Stückchen, das Ei, die Salzprise und geriebene Zitronenschale hinzufügen. Mit dem Knetaken der Küchenmaschine kneten, bis ein weicher Teig entstanden ist. Dabei so viel von der restlichen Milch wie nötig hinzufügen, damit der Teig nicht mehr klebt. Aus der Rührschüssel nehmen, in eine mit Mehl bestäubte Schüssel umfüllen und zugedeckt an einem warmen Ort mindestens eine halbe Stunde, besser eine ganze Stunde gehen lassen.
- In der Zwischenzeit für die Mohnmasse den Mohn mahlen oder im Zerhacker zerkleinern. Wenn die Mohnmasse trocken bleibt, kann es helfen, schon jetzt Zucker hinzuzugeben und weiter zu hacken. Die Milch in einer Kasserolle aufkochen, Mohn und Zucker einrühren, quellen und abkühlen lassen. Zwei Drittel des Teigs dünn ausrollen und eine mit Butter eingefettete Form oder ein mit Backpapier belegtes Backblech damit auskleiden. Mit einer Gabel mehrmals den Teig einstechen. Erneut unter einem Tuch gehen lassen, bis die übrigen Vorbereitungen erledigt sind.
- Für den Quarkbelag den Schichtkäse bereits am Vorabend in ein mit Küchenpapier ausgelegtes Sieb füllen und im Kühlschrank abtropfen lassen.
- Eiweiße steif schlagen. Eigelbe mit den Schneebesen des Handrührers cremig schlagen, dabei den Zucker hinzufügen. Sobald sich dieser aufgelöst hat, den Schichtkäse, Zitronenschale und -saft sowie die Gewürze, schließlich auch die abgetropften Rosinen und Mandelstifte einarbeiten. Zum Schluss den Eischnee unterheben. Quarkmasse auf dem Hefeteig glatt verstreichen und darauf Kleckse von der Mohnmasse verteilen.
- Den restlichen Hefeteig dünn ausrollen, am besten auf Backpapier. Mithilfe dieses Backpapiers vorsichtig über die Quark-Mohn-Fläche breiten. Das Papier abziehen und den Teig rundum mit dem Rand des Bodens zusammendrücken.
- Zu guter Letzt Streusel herstellen: Dafür die Butter zimmerwarm werden lassen und mit dem Mehl, Zucker und Vanillezucker vermischen. Mit den Fingern zu Streuseln verkneten und auf der noch feuchten Teigoberfläche gleichmäßig verteilen.
- Den Hochzeitskuchen bei 180 Grad Celsius Heißluft (200 Grad Celsius Ober- und Unterhitze) etwa 30 bis 35 Minuten backen. In Tortenstücke (Springform) oder Quadrate (Blech) schneiden und möglichst noch ein wenig warm servieren.

Getränk: Kaffee oder Likör