

# Suppen

---

## *Deftige Harzer Käse Kartoffel Suppe*

Zutaten für 4 Personen:

250 g	Kartoffeln
Je 1	1 Zwiebel und Knoblauchzehe
100 g	Schinkenspeck
125 g	Lauch
½ TL	Kümmel
200 g	Harzer Käse
2 EL	Rapsöl
	Salz und Pfeffer zum Abschmecken

Die Kartoffeln schälen und in kleine oder mittlere Stücke schneiden. Eine Zwiebel und Knoblauch in feine Würfel hacken. Den Schinkenspeck und den Lauch in dünne Streifen schneiden.

In einen heißen Topf das Rapsöl geben und den Speck leicht anbraten. Nach 1 bis 2 Min. Zwiebeln, Knoblauch, Kartoffeln und Lauch hinzugeben und nochmal für 2 Min. braten lassen.

800 ml Gemüsebrühe und ½ Teelöffel Kümmel hinzugeben. Nun alles für 20 Min. köcheln lassen. Den Harzer Käse in kleine Würfel schneiden, unterrühren, Suppe mit Salz, Pfeffer nach Geschmack würzen und sofort servieren.

## *Mahlzeit*

Ich wage hier und jetzt die These,  
das Fliegen und der Harzer Käse  
keinerlei Verwandtschaft hegen.  
Und höchst spontan nur Umgang pflegen.

Doch falls sie zueinander finden,  
dann muss der Mensch sich überwinden.

*Hartmut Gelhaar*

## *Moosmuschelmärchen*

Es war einmal eine lustige, kleine Miesmuschel, die hatte lange Fäden an ihrer Muschelschale. Diese Fäden benötigte sie um sich am Meeresuntergrund festzuhalten.

Sie bevorzugte es, sich mit ihren Freundinnen an einzelnen Holzstücken auf dem Meeresboden anzuheften. Und weil die kleine Miesmuschel sehr viele Freundinnen hatte, sah der Meeresuntergrund mit den Holzstücken wie ein riesiger Moosteppich aus. Aus diesem Grund hat sie einen anderen Namen angenommen: Moosmuschel.

Tagelang tanzte sie mit ihren Artgenossinnen auf dem Teppich und hatte Spaß. Es gesellten sich zunehmend mehr dazu.

Eines Tages jedoch durchstreifte ein riesiger gefleckter Kopf mit einem Maul von furchterregenden spitzen Zähnen das Gewässer. Es war ein Seewolf, der *Anarhichlas Lupus*. Wegen seiner Zähne nannte man ihn auch den Zertrümmerer. Er war hungrig.

Mit finsterner Miene schwänzelte er neugierig mit seiner Flosse durch das Meer und entdeckte den Moosteppich. Er war sich nicht sicher, ob diese Beute ihm munden würde, doch seine Gefräßigkeit war groß. Er riss seinen kräftigen Kiefer auf, da bemerkte er einen kleinen seitlichen Stoß.

Eine hellgrüne Seeschlange sprach zu ihm:

„Friss sie nicht, ich komme von Graf Safran. Die Eier wird dir großes Unheil bringen!“

Graf Safran, war für den Seewolf ein guter adeliger Freund zu Land. Er war weise und wohlhabend.

Der Fisch war nun irritiert, wollte er eigentlich auf seinen Freund hören, doch sein Hunger war so groß, dass er nicht

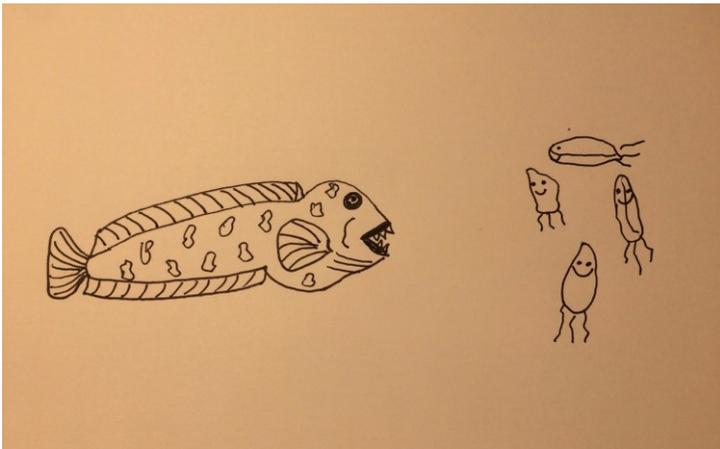
innehalten konnte. Er öffnete erneut sein Maul, riss drei tanzende Moosmuscheln auf einmal aus dem Teppich und zermalmte sie. Seine Gier packte ihn, und er rasierte mit seinen Zähnen weitere Muscheln ab. So lange, bis der Moost Teppich zum blanken Holz und sein gefleckter Bauch prall wurden.

Nach einiger Zeit ergriff ihn ein Unwohlsein, sein Bauch quoll immer weiter auf, sein Kiefer fiel in sich zusammen, seine Flossen flogen ab, die Schuppen bröselten durch das Meer.

„Siehst du, ich habe dich gewarnt ...“, raunte Graf Safran.

Und zapp schwammen die Moosmuscheln mit dem See-  
wolf im Kochtopf, Graf Safran, alias *Crocus Sativus*, ge-  
sellte sich leichtfädig zu ihnen. Und wenn sie nicht gestor-  
ben wären, dann lebten sie noch heute.

*Josefine Sarfert*



© *Josefine Sarfert*

# Gerichte

---

## *Arme Ritter*

*Arme Ritter* ist ein niedersächsisches Gericht und sehr beliebt. Die einfache Zubereitung ist praktisch für den kleinen Hunger zwischendurch. Die kleinen Köstlichkeiten entstehen aus alten, in Milch getränkten Brotscheiben, die mit Ei ummantelt in der Pfanne angebraten werden. Das Gericht schmeckt besonders gut mit süßen Früchten.

*Hartmut Gelhaar*

## *Dem Fischkopf sein Kohl*

Vor über dreißig Jahren bin ich aus Krefeld ins Schwabenland gezogen und ließ mich in einem kleinen Dörfchen vor den Toren Stuttgarts nieder. Meine Familie und ich waren zwar keine sehr geselligen Menschen, doch bauten wir bald ein gutes Netzwerk an Bekannten und Freunden auf.

Ich spielte Gitarre und die örtliche Musikerszene, nahm mich mit offenen Armen auf. Im Spaß fiel dann von meinen schwäbischen Mitmusikern immer wieder der Begriff *Fischkopf*. Nun ist Krefeld eine mittlere Großstadt in Nordrhein-Westfalen am Niederrhein. Und bis zur Nordsee sind es mindestens noch 300 Kilometer. Aber das blendeten die

Schwaben irgendwie aus. Alles nördlich der Mainlinie galt wohl als Fischland. Was ein Synonym für *Fremde Welten, exotische Orte, ungenießbares ausländisches Essen* zu sein schien.

Am Anfang war mir die Einstellung meiner Nachbarn gar nicht bewusst. Nicht, dass sie unfreundlich gewesen wären. Wir grüßten - sie grüßten zurück. Man warf einen Blick in den Kinderwagen mit meinem neu geborenen Sohn (der tatsächlich keine Hörnchen und keine Hufe hatte) und gurrte über das *nette Bobbele* und wir freuten uns.

Doch immer wieder sah mich der eine oder andere Nachbar ein wenig von der Seite an. Erst schob ich es auf meine damals schulterlangen Locken und die schwarze Lederjacke, die ich oft trug. Aber als ich in meiner Scheune einen Proberaum einrichtete und dort regelmäßig befreundete Bands übten, deren Mitglieder bei weitem wilder aussahen als ich, die aber nicht schräg angeguckt wurden, kam mir das alles etwas seltsam vor. Besonders ein altes Ehepaar, Egon und Hedwig B., warf mir sehr oft befremdliche Blicke zu.

Wenn ich von der Arbeit kam stand Egon B. hinter seinem Gartenzaun und verfolgte meinen Weg vom Auto zur Haustür mit zusammengekniffenen Augenbrauen. Auf mein „Guten Abend!“ reagierte er nur mit einem leichten Kopfnicken.

Monate vergingen. Nichts änderte sich. Dann empfahl mir ein schwäbischer Freund: „Lad’ sie doch zum Essen ein! Nirgends lernt man Menschen besser kennen als bei einer Mahlzeit. Und wenn die noch umsonst ist ...“, er lachte.

Ich besprach ich mich mit meiner Gattin. Sie fand die Idee gut.

Wir beschlossen, eins meiner absoluten Lieblingsgerichte zu kochen *Grevenbroicher Hügel*. Einfach zu machen, def-

tig, lecker und falls unsere Gäste nicht kommen würden schmeckte es auch aufgewärmt gut.

Am folgenden Tag stand Egon B. wie üblich hinter seinem Gartenzaun. Ich knipste mein freundlichstes Lächeln an:

„Guten Abend, Herr B.“, begann ich, „jetzt sind wir schon fast ein Jahr Nachbarn. Und um diese gute Nachbarschaft zu zementieren würde ich Sie gerne mit Ihrer Frau diesen Samstag zum Essen einladen. Bei uns.“

Egons Gesicht schien aus drei großen runden Nullen zu bestehen: Augen und Mund bildeten aufgerissen perfekte Kreise.

„Wäre 19 Uhr in Ordnung für Sie? Ja? Na dann, wir freuen uns!“ Schnell drehte ich mich um ohne eine Antwort abzuwarten und ging ins Haus.

Der Samstag kam. Meine Gattin und ich waren nervös. Sie deckte den Tisch, ich entkorkte einen nicht ganz billigen Trollinger.

Fünf Minuten vor sieben klingelte es an der Tür. Ehepaar B. hatte sich sogar richtig fein gemacht. Sie brachten einen Strauß Blumen mit. Meine Gattin bat sie ins Wohnzimmer und schenkte den Rotwein ein. Egon warf einen kurzen Blick auf das Etikett und schien etwas weniger nervös. Ich holte die Kasserolle aus der Küche und füllte die Teller.

„Net so viel!“, wehrte Hedwig ab.

Die beiden hoben zögernd ihre Gabeln.

„Guten Appetit!“, wünschte ich.

„Und wie heißt des jetzt?“ wollte Hedwig wissen.

„Grevenbroicher Hügel“, antwortete ich.

Ehepaar B. stocherte zögerlich im Teller. Sie spießten ein kleines Bisschen auf die Gabeln. Mit Todesverachtung schoben sie die Speise in den Mund, kauten vorsichtig - stutzten - kauten heftiger - schluckten.

„Des isch ja Rosenkohl!“, kommentierte Egon B. erstaunt.

Hedwig riss die Augen auf: „Ja, kennet ihr do oben des auch?“

Dann nahmen sie immer schneller weitere Bissen. Und tranken ein Schlückchen Rotwein dazu. Nach der zweiten Portion, die ich ihnen auf die Teller schöpfte öffneten wir auch noch eine weitere Flasche Wein. Es wurde tatsächlich ein sehr netter Abend.

Weit nach Mitternacht brachen meine Nachbarn auf. Ich begleitete sie noch zur Tür. Ehepaar B. wandte sich zum Gehen. Und noch bevor ich die Tür schloss hörte ich das höchste Lob, das ein Schwabe zu der damaligen Zeit über die Lippen brachte.

„Hedwig, wer hätt’ au des denkt? Mr’ hat tatsächlich alles essa könne.“

Und Hedwig nickte anerkennend zurück:

„Gell? Dem Fischkopf sein Böbbeleskohl hat sogar richtig gut gschmeckt.“

Seit diesem denkwürdigen Mahl war ich ein vollwertig anerkanntes Mitglied der Dorfgemeinschaft. Und wenn ich abends vom *Gschäft* nachhause kam und aus dem Auto stieg, erscholl es freundlich vom Nachbargrundstück:

„So, Herr Nachbar, Feierabend? Gibt’s heit wiedr’ was Guats?“

Der Fischkopf war endlich angekommen. Dem Rosenkohl sei Dank.

*Marina Heidrich*

## *Grünkohl mit Pinkel*

### Zutaten:

1,5 kg	Grünkohl
2 EL	Schmalz (alternativ Butter)
1	Zwiebel
2 EL	Hafergrütze
1 TL	Salz
1 TL	Senf
1 Prise	Zucker
250ml	Gemüse-/Fleischbrühe
1 - 2	Pinkel
250 g	geräucherte Speck
	Salzkartoffeln nach Bedarf

Die Kohlblätter waschen, mit kochendem Wasser überbrühen und abtropfen lassen. Die gehackte Zwiebel im Schmalz andünsten. Die Hafergrütze, Kohlblätter und Salz, Zucker, Senf hinzufügen, mit der Brühe etwa 7 bis 10 Min. köcheln lassen. Danach den Speck hinzufügen, gut durchrühren und bis zu drei Stunden schmoren lassen (Deckel auf den Topf!).

Am Ende die Pinkelwürste dem vermengten, wohl duftenden Gemisch begeben, kurz ziehen lassen und mit Salzkartoffeln servieren.

## *Die Grünkohlkameraden*

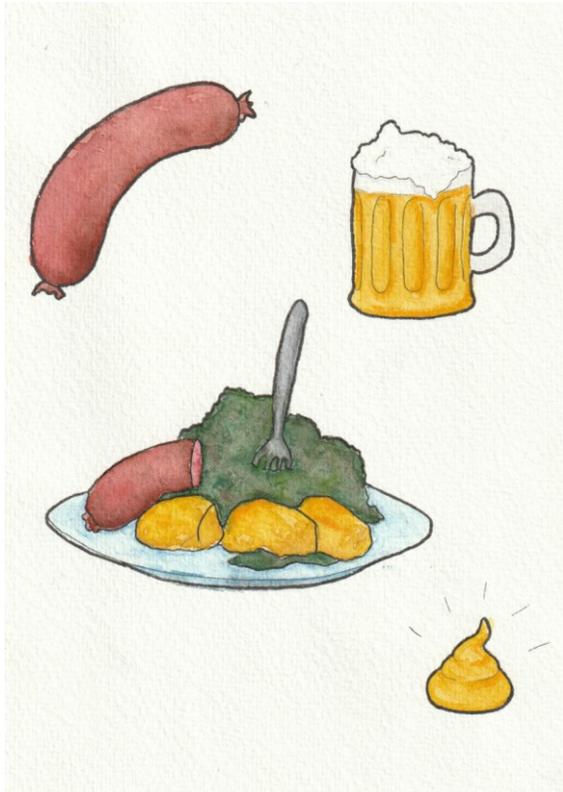
Wenn der erste Frost den Boden unter den Sohlen zum knirschen bringt, stürzt sich der *begeisterte* Norddeutsche in seinen Gartenschuppen und zieht unter Ächzen und Stöhnen den Bollerwagen hervor, dessen wichtigste Aufgabe des Jahres nun kurz bevor steht: Die traditionsreiche, feucht-fröhliche Kohltour.

Jedes Jahr im tiefsten Winter versammelt sich eine Gemeinschaft von Kameraden, Bekannten und Nachbarn, um gemeinsam über Stock und Stein ziehend den Grünkohl zu ehren.

Frostige Temperaturen motivieren den Norddeutschen, sich mit vergnüglichen Spielen und endlosen Schnäpsen auf die Wanderung über platte Wiesen und Felder zum auserkorenen Gasthof zu begeben, der den jährlichen Kohlbull ausrichtet.

Die heitere Runde feiert ihre Ankunft mit illustren Tänzen, dem althergebrachten Grünkohlessen mit Pinkel und noch mehr Schnaps. Ein undurchsichtiges Punktesystem, sei es dem Korn oder der Euphorie der Teilnehmenden geschuldet, entscheidet letztendlich über die Ausrufung des neuen Kohlkönigs, dem die Organisation der Festivitäten des kommenden Jahres obliegt.

*Martha Sawicz*



© Martha Sawicz

# Desserts

---

## *Süße Fontäne*

Mit sprühenden Funken, wie aus einer Fontäne, kam er mir entgegen. Meine Augen konnten es nicht fassen. War dieser Riese mir?

Immer näher kam er, auf gläsernem Teller bäumte er sich auf. Gefüllt mit süßen Gaben, Sahne, Eis und Früchten, bestreut mit feinem Zucker.

Funken spritzten goldig-glänzend in den Raum empor. So stand er vor mir, ganz gewaltig, ein Riesenwindbeutel, für mich - ganz alleine.

*Dieter Geißler*



© Dieter Geißler