

Eine Knolle für alle



Archiv/Beckerl & Bredel

region. Wenn es ums Essen geht, scheiden sich vielfach nicht nur die Geister, sondern vor allem die Geschmäcker. Allen voran die von Liebhabern fleischlicher Genüsse und die von Vegetariern oder Veganern. Umso erstaunlicher ist es, wenn Gerichte solche Grenzen nicht kennen – und auch nicht die von Regionen. Völlig selbstverständlich begeistern sie passionierte Fleischesser ebenso wie überzeugte Vegetarier. Ein beeindruckendes Kunststück, das vor allem der enormen Vielseitigkeit ihres Grundprodukts gelingt, der Kartoffel. Trends wie Pasta, Nouvelle Cuisine oder Sushi-Bars mögen kommen und gehen – oder auch bleiben. Doch Kartoffelgerichte werden wohl auch künftig nicht weg zu denken sein – weder in der Eifel und im Hunsrück, noch an der gesamten Mosel einschließlich der Stadt Trier.

Multi-Talent: die Kartoffel

Das Erfolgsgeheimnis des Multi-Talents ist seine Wandlungsfähigkeit. Wahre Klassiker garen in unzähligen Varianten – und mit und ohne Fleisch – in Backöfen oder auch Pfannen. Allen voran der Topfkartoffelkuchen, den unter diesen Namen aber kaum jemand kennt. Heiß begehrt ist er jedoch als Döppekooche oder Deppekooche der Eifel, im Hunsrück als Deppekooche oder Dippekuchen oder auch wie an der Mosel als Deppelappes, Deppekuchen, Schales oder Schoales. Und das ist nur eine bescheidene Auswahl seiner vielen Namen, die gleichzeitig für unendlich viele Rezept-Variationen stehen. Für die Einen gehört Leberwurst dazu, für Andere Rauchfleischwürfel oder Dörrfleischstreifen, die aber auch zugunsten von Lauch und mehr Zwiebeln entfallen können. In der Eifel kam der Döppekooche übrigens traditionell am Martinsabend auf den Tisch – statt einer das Haushaltsbudget überfordernden, da teureren Martinsgans.

Die diversen Kartoffelmassen werden, teils erneut variiert, auch als Geleschnieden verspeist – zumindest im Brauneberger Ortsteil Filzen, und jenseits davon eher als Reibekuchen oder Krombeerenpannekuchen oder so ähnlich. Doch noch einige weitere Kartoffel-Klassiker verbinden die Regionen: Gräwes, auch Gräwwes, oder wie in Trier auch Kappes Teerdich – mit Rauchfleisch gedünstetes Sauerkraut mit Kartoffelpüree, Himmel und Erd' – gebratene Blutwurst mit Kartoffelpüree und Apfelkompott, Kartoffelklöße – gefüllt mit Wurst oder Fleisch, kleiner auch ungefüllt – sowie mit Hackfleisch gefüllte gekochte Kartoffeln.

Probieren lassen sich solche Spezialitäten nicht nur bei Straßenfesten, Bauernmärkten oder Knollenfesten, sondern auch in Restaurants und Gaststätten. Weitere Gelegenheiten bieten Veranstaltungsreihen wie im Naturpark Saar-Hunsrück Kartoffeltage oder auch Wild- und Spezialitätenwochen. Ebenso schmecken lässt sich die Region bei Wildkräuter- oder Pilzexkursionen, wie sie auch die Naturparke Südeifel, Vulkaneifel und Hohes Venn anbieten. Zumal die in Körben gesammelten Schätze anschließend oft auch gemeinsam zubereitet und verspeist werden.

Flüssige Spezialitäten der Region runden solche Genusserlebnisse ab: Weine der Mosel, Bier aus Eifel und Hunsrück und Trierer Viez. Wer wissen will, wo es was besonders Leckeres gibt, kann sich über die Regionalmarke Eifel GmbH, für die Mosel bei Regional Erste Wahl und im Hunsrück bei Ebbes von hei informieren.

Kochen aus der Lameng

Gut und regional genießen steht in den Regionen ganz oben an. Und es wird nicht etwa ausschließlich traditionell gekocht. So gibt es selbst den Döppekooche längst in vielen weiteren neuen Varianten wie mit Gemüse, Kaninchen, Dips und pikanten Soßen oder auch süß mit Zimt, Äpfeln und Rosinen. Gelingen wird er aber immer nur in einem gusseisernen Topf, dem das Gericht seinen speziellen Geschmack verdankt, wie in Kochbüchern des Trierer Verlages Weyand verraten wird. In diesen finden sich auch viele weitere Beispiele einer raffinierten regionalen Küche. So etwa ein mit Rauchfleisch umwickeltes Hechtfilet, gebraten und mit Bohnen serviert.

Frühere Generationen konnten von sowas oft nur träumen. Denn Fisch war teuer, weshalb schon sauer eingelegte Heringe oder Rotaugen als etwas Besonderes galten. Das Hechtfilet (siehe Seite 3) ist eines von mehr als 85 Gerichten in „Neues aus der Moselküche“ mit Suppen, Vor- und Nachspeisen, Wild-, Fleisch- oder auch vegetarische Gerichten. Etliche verbindet eine Besonderheit: Sie basieren auf traditionellen Gerichten, von Profis und Hobbyköchen variiert, wobei es Fingerspitzengefühl braucht. Denn frühere Generationen kochten oft „aus der Lameng“, also ohne Waage oder Messbecher.

Von einer zunehmend kreativeren regionalen Küche zeugt auch die einfallsreiche Nutzung von Wildkräutern. So gilt nicht nur Pesto aus Bärlauch als Delikatesse. Variationen aus Brennesseln oder Löwenzahn – im Hochwald „Bettsäächer“ – sind ähnlich begehrt. Rezepte des Naturparks Saar-Hunsrück wecken Appetit. Besonders lecker schmeckt der Pesto zu Kartoffeln oder Nudeln oder als Brotaufstrich. Löwenzahn gilt als echte Powerpflanze und delikate Frühlingsvitaminbombe mit vielen Mineralien, Enzymen und einem hohen Anteil an Bitterstoffen. Kam er früher vor allem als Salat auf den Tisch, begeistert er heute auch als cremiges Smoothie-Mixgetränk. Mit seinen Blättern lässt sich appetitlich dekorieren. Und seine Wurzeln eignen sich, gemahlen, für Tee und zusätzlich geröstet als koffeinfreier Kaffee-Ersatz.

Neue regionale Küche mit Klassikern

Die „neue“ regionale Küche lässt jedoch über Generationen weitergegebene Rezepte nicht in Vergessenheit geraten. In Büchern der Prümer Landfrauen finden sich wahre Klassiker wie Heedelisch Kne(r)deln, Buchweizenknödel, und Birrebunnestoart (Birnenmustorte, beide Rezepte auf Seite 3). Die Knödel sind als Kniddele auch in der östlichen Eifel begehrt oder als schlichte Wasserspatzen auch im Hunsrück und an der Mosel. Meist werden sie mit Esslöffeln portioniert und eher selten wie im Raum Prüm als Rauten serviert. Derlei Feinessen finden sich in Landfrauen-Büchern wie „Alte und neue Rezepte“, erhältlich im Direktverkauf auf www.prumerlandfrauen.de.

An der Mosel zählt Christiane Heiden vom Landfrauenverband Bernkastel-Wittlich zu denen, die typische regionale Rezepte in Ehren halten. Viele davon übernahm sie von ihrer Mutter und ihrer Schwiegermutter. So etwa die „Wäinsopp“, eine mit Wein und Sahne verfeinerte Zwiebelsuppe, oder Eierwein, wofür Wein mit Eiern und Zucker schaumig geschlagen wird. Als Gerichte für alle Tage galten Zwiebel- oder auch Griebendugges. Die mit Schmalz gedünsteten Zwiebeln beziehungsweise Rauchfleischwürfel wurden mit eingetunkten Pellkartoffeln gegessen. Früher sei das ein „köstliches Arme-Leute-Essen“ gewesen, weiß die Braunebergerin. Schlicht aber lecker war auch „Wooschtsopp“ aus Blut- und Leberwurstbrühe mit Graupen, die auf den Tisch kam, wenn in den Häusern geschlachtet wurde. Für die klassische Festtagssuppe wurde Rindfleisch mit Wurzelgemüse gekocht und mit Eierstich und Markklößchen verfeinert. Ursula Schmieder