

# Köstliche Spezialitäten aus der schwäbischen Küche



# **150 hervorragende Rezepte ausgewählt von Anneliese Schuhholz**

**Schwabenwerk GmbH Stuttgart**

**5. Auflage**

Herausgegeben mit Unterstützung des  
Fremdenverkehrsverbandes Würtemberg, Stuttgart  
Titelbild und Illustrationen:  
Karl Eckle, Stuttgart  
Satz und Druck:  
Buchdruckerei Ungeheuer & Ulmer  
Ludwigsburg

# Inhaltsverzeichniss

Schwäbische Suppen .....	11
Flädlessuppe .....	11
Riebelessuppe .....	11
Biberacher Brätknödel-Suppe .....	11
Brätstradel-Suppe .....	12
Mutschelmehlsuppe .....	13
Mutschelmehlklößchen-Suppe.....	13
Mutschelmehlklößchen gebacken.....	13
Suppenklößchen von Brieschen .....	13
Leberklößchensuppe.....	14
Schwäbische Bauernbrotsuppe .....	14
Griesklößchen-Suppe .....	15
Klößles-Suppe á la Hohenlohe .....	15
Schwarzwalder-Suppe .....	16
Spätzle, das Nationalgericht der Schwaben.....	17
Spätzle .....	19
Geschmälzte Spätzle .....	19
Gebratene Spätzle .....	19
Geröstete Spätzle .....	20
Saure Spätzle.....	20
Leberspätzle.....	20
Spinatspätzle.....	21
Spätzle mit Geflügelleber .....	21
Spätzle mit Pilzen.....	21
Schinkenspätzle .....	22
Tomaten spätzle.....	22
Krautspätzle .....	22
Backspätzle .....	23
Spätzles-Auflauf .....	23
Gaisburger Marsch.....	24
Leberspatzen.....	24
Schwäbisches Linsengericht.....	25
Als Beilage: Knöpfle .....	25
Knöpfle .....	25
Leberknöpfle.....	25
Schwäbische Maultaschen.....	26
Dichterische Variationen über das Sauerkraut .....	28
Sauerkraut.....	30
Sauerkraut-Kuchen .....	30
Schwäbische Schlachtplatte .....	31
Fleischgerichte und ihre Variationen .....	32

Rostbraten nach schwäbischer Art I .....	32
Rostbraten nach schwäbischer Art II .....	32
Gefüllte Kalbsbrust.....	32
Gefüllte Kalbsbrust II .....	33
Eingemachtes Kalbfleisch mit Spätzle .....	34
Gefülltes Milzle - oberschwäbische Art .....	34
Hohenloher Pfannebrätle á la „Friedrichsruhe“.....	35
Kalbslendenschnittchen Friedrichsruhe .....	35
Saumagen auf Biberacher Art.....	36
Saure Leberle.....	36
Schwäbische Rösche.....	37
Kalbsbriesle.....	37
Saure Kutteln.....	37
Geröstete Kutteln .....	38
Reutlinger Pastete.....	38
Niedernauer Kartoffeln .....	39
Schwäbischer Kartoffelsalat.....	39
Wildgerichte .....	41
Rehrücken Schwarzwälder Art.....	41
Rehmedaillon .....	42
Rehrücken „Fürsterin“ .....	42
Wildgeschnetzeltes „Hubertus“ .....	43
Hasenrücken „Hofmeister-Art“ .....	43
Hase mit Schwarzwälder Speck.....	43
Wildschwein-Goulasch.....	44
Fasan „Winzerin“ .....	44
Schwäbisches Vesper - eine Zeremonie! .....	46
Schwäbische Sulz .....	47
Ochsenmaulsalat .....	47
Kräftige, schmackhafte Hohenloher Gerichte .....	49
Meerrettich á la Hohenlohe .....	49
Hohenloher Bounzelich .....	50
Leckere Fischgerichte aus Baden-Württemberg .....	51
Schwarzwaldforelle blau .....	51
Forellenröllchen á la „Sonne-Post“.....	52
Donaulachsforelle .....	52
Bodenseefelchen „Müllerin Art“.....	52
Hecht, Badische Art .....	53
Aal in Dillsauce.....	53
Aal in Salbei .....	54
Trüsche in Bierteig gebacken.....	54
Weller á la Federsee .....	54
Weller „Marguerite“ .....	55
Weller á la Kleber-Post .....	55

Lachsforelle kalt „Gärtnerin-Art“ .....	55
Zanderfilet „Helder“ .....	55
Hechtschnitte „Stroganoff“ .....	55
Spargelgerichte, lecker und pikant .....	56
Spargel-Grundrezept.....	56
Spargel Waidmannsart.....	56
Spargel Pompadour .....	56
Spargel ideale Art.....	56
Spargel mit Schokoladensauce.....	56
Beilagen zu Spargel .....	57
Spargeltoast nach Art des Ratskellerwirts .....	57
Spargeltoast „Ratskellerwirtin“ .....	57
Spargelcocktail „Schwarzwald“ .....	57
Hopfensprossen-Gerichte .....	58
Grundrezept für Hopfensprossen.....	58
Hopfensprossen in Flädle .....	58
Hopfensprossen Freiburger Art.....	58
Hopfensprossen Waidmannsart.....	58
Hopfensprossen in Trüffelsauce .....	58
Hopfensprossen Wilderer Art.....	58
Beilagen zu Hopfensprossen: .....	59
Schwäbische Speisekarte.....	60
Gesalzene Mehlspeisen .....	61
Schupfnudle, Bauchstecherle, Wargelnudeln .....	61
Schupfnudeln .....	61
Allgäuer Schupfnudeln .....	61
Bauchstecherle .....	62
Biberacher Pfannen-Dünnett.....	63
Schwäbischer Nudelauflauf.....	63
Hohenloher Eierblootz.....	64
Ulmer Klöße (Weckknödel) .....	64
Süße Mehlspeisen .....	65
Die Leibspeise!.....	65
Dampfnudeln gebacken .....	65
Dampfnudeln aufgezogen .....	65
Schnitz und Zwetschgen .....	66
Schwäbischer Ofenschlupfer .....	66
Ofenschlupfer mit Quark .....	67
Pfitzauf .....	67
Chriese-Kratzete .....	68
Molkenblootz .....	68
Kulinarische Reise durch die Fastnachtszeit.....	69
Fastnachtsküchle .....	70
Biberacher Dünnet .....	71

Biberacher Fastenbrezel .....	71
Biberacher Schützenkrapfen.....	72
Schwäbische Spezialitäten der Backkunst.....	73
Ulmer Spatzen, Mutschein, Horaffen .....	73
Ulmer Spatzen .....	76
Hefenkranz .....	78
Gugelhopf.....	78
Streuselkuchen.....	79
Schneckennuedeln.....	80
Schwäbischer Apfelkuchen I .....	80
Schwäbischer Apfelkuchen II .....	81
Schwäbischer Käskuchen .....	81
Schwarzwalder Kirschtorte.....	82
Zwiebelkuchen .....	82
Schwäbischer Bund .....	83
Stuttgarter Apfel .....	84
Ulmer Brot .....	84
Crailsheimer Horaffen .....	85
Reutlinger Mutschel .....	85
Berühmt sind die schwäbischen Weihnachts-Guetsle.....	87
Springerle .....	88
Vanillebrötchen .....	89
Zimtsterne .....	89
Spitzbuben .....	90
Himbeerbrötchen.....	90
Pomeranzenbrötchen.....	91
Butter S .....	91
Albertle .....	91
Schwabenbrötchen .....	92
Feine Ausstecherle .....	92
Schnitzbrot (Hutzelbrot) I.....	92
Schnitzbrot I.....	93
„Schloßgeist“, „Kernleste“ und „Distelfink“ .....	95
Eine kleine schwäbische Weinvorlesung .....	95
Von den guten Geistern im Schwabenland.....	99
Metzelsuppenlied .....	101

„Wir müssen flugs nach Schwabenland,  
wo wir zwar noch sind unbekannt,  
doch mir behagt die Landesweise;  
Hilf Himmel, was gibt's da für Speise!“

... also sprach Reineke Fuchs! Sein geistiger Vater, der Herr Geheimrat von Goethe, musste es ja wissen. Der reiselustige Dichter hatte schließlich im Schwabenland Spätzle, Knöpfle, Suppen und einen guten Tropfen kennengelernt. Doch nicht nur dies: Man fühlt in dem vielgestaltigen Land zwischen Main und Bodensee, zwischen Rhein, Donau und Tauber eine Einheit zwischen Landschaft, Mensch und Lebensweise wie kaum anderswo. Variantenreich wie die Landschaft ist auch der Speisezettel. Die schwäbische Hausfrau, wie die Wirtin, verstehen es, lukullische Überraschungen zu bereiten. Die Menschen sind kernig, herzlich, ehrlich und arbeitsam. Die schwäbischen Speisen sind daher auch kernig, kräftig und „habhaft“, wie man im Schwäbischen sagt, auch dann, wenn es sich um Dinge für ausgemachte Feinschmecker handelt. Dem Wirt, der vielfach noch ein gastronomischer Künstler ist, und der Hausfrau in Württemberg ist die gute Küche eine Herzensangelegenheit, weil beide wissen, wie sehr sie zur Behaglichkeit des Lebens beiträgt. Viele Gerichte stecken voller Geheimnisse, und ihre bedarf einer besonderen Zeremonie, die man von Großmutter und Urgroßmutter ererbt und erfahren hat und welche das Raffinement der Speisen erhöht. Die Rezepte werden von Generation zu Generation weitererzählt - wie man schöne alte Geschichten weitererzählt

...  
So haben auch wir in Großmutters Rezeptbuch geblättert und entdeckten ausgesprochen köstliche, oft aus alter Tradition hervorgegangene Gerichte und edles Backwerk. Manchmal haben diese Rezepte einen geschichtlichen Hintergrund. Die Eigenheiten der schwäbischen Küche haben dem Schwaben sogar im Mittelalter und schon früher zu einigen seiner Necknamen verhelfen. Bereits Hans Sachs schreibt in seiner „Vexation der vier und zweintzig Länder und Völcker“: „So sind die Suppen der Schwaben Schatz“; während bei Fischart in der „Gargantua“ bereits „ein zimmlich weite Schwäbische tiefe Schüssel“ und bei Plinius „Habermus“ als schwäbische Leibspeise erwähnt werden. Die Vorliebe des Schwaben für Suppen - und die sind nun mal außergewöhnlich gut und einfallsreich - brachte ihm den Namen „Suppen- oder Knöpflesschwab“ ein. Selbst im internationalen Reigen der Speisen ist er schon sehr früh erwähnt:

„Wann der Däne verliert den Grütze  
der Frantzose seinen Wein  
der Schwab' die Suppen  
und der Baier das Bier so sind verloren alle vier.“

Nun, in diesem heiteren Land, in dem lebensfrohe und arbeitsame Menschen wohnen, kann man sich ein Essen ohne Suppe nicht denken. Man liebt gut und reichlich zu speisen. Das Menü muss abgerundet sein. So widmet die Hausfrau sehr viel Liebe den Suppen, die meistens klare Fleischbrüh-Suppen mit Einlagen sind. Ganz typische Eigenheiten sind dabei: „Flädles-, Riebeies-, Spätzles-, Briesles-, Leberspätzles- und Klößles-Suppen“. Die Schwaben halten gerne an ihrer Tradition fest, man ist tief verwurzelt mit den Bräuchen seiner Vorfahren und den Sitten des Landes und so konnte auch bis heute die schwäbische Küche in einer Unverfälschtheit erhalten bleiben, die man in anderen deutschen Gegenden nicht trifft. Heute noch entdeckt man daher Jahrhunderte alte Köstlichkeiten, die schon Weber in seinem „Demokrit“ aufgeführt hat, auf des Schwaben Tisch. Weber schrieb in seinem Buch 1843:

„Der echte Schwabe hat:  
Montags Nudle,  
Dienstags Hutzle,  
Mittwochs Knöpfle,  
Donnerstags Spätzle,  
Freitags gedämpfte Grundbirn,  
Samstags Pfannkuchen,  
Sonntags Brätle und Salätle.“

Diese Grundelemente kehren nun in den verschiedensten Abwandlungen immer wieder. Vor allen Dingen die „Spätzle“, das Nationalgericht der Schwaben, sind ein nicht wegzudenkender Bestandteil verschiedenster Gerichte. Sie sind überaus anpassungsfähig, denn man kann sie mit Dutzenden von Speisen kombinieren: zum Beispiel mit Linsen, Sauerkraut, Salaten, mit Fleisch und, geröstet, sogar mit Apfelmus. So wendig und vielseitig ist auch der Schwabe.

Ein typisches Eintopfgericht ist zum Beispiel der „Gaisburger Marsch“, der Pazifist unter den Märschen. Eine friedliche Koexistenz zwischen Spätzle und Brühkartoffeln.

Man liebt hier Wildbret und auch Fische, die aus den Flüssen, Seen und klaren Bächen kommen. So die Forellen, Aale, Hechte, Welse, die köstlichen Bodenseefelchen, Zander, Trüschen, Äschen, Lachsforellen, Karpfen oder Barsche und viele andere mehr.

Eine besondere Delikatesse sind die „Maultaschen“, welche sich Schwaben selbst ins Ausland in Konservendosen nachschicken lassen, weil sie so einmalig sind und kein Koch der Welt - es sei denn ein Schwabe - sie ohne Rezept nachmachen kann.

Vieles andere wäre noch zu erwähnen, doch wir gehen in einzelnen Kapiteln und Rezepten auf die Details ein. Neben den habhaften Genüssen

hat man im Schwabenland auch viele hervorragende Süß-Speisen und vor allen Dingen ein ausgezeichnetes Backwerk. Nichts schätzt die Familie mehr, als wenn man ihr Dampfnudeln mit Dörrrost oder Ofenschlupfer und Pfitzauf kredenzt. Ja, schon im Mittelalter wurden die „Guttschwebisch Zelten“, die Kuchen, gerühmt. Vielerlei Spezialgebäck reizt den Gaumen, wie das „Hutzelbrot“, ein Früchtebrot ganz eigener Art. Oder gar die „Laugenbrezel“, nach der alle Württemberger und seien sie mehr als 30 Jahre in fernen Landen ewig Sehnsucht haben. Die Brezel wurde oft kopiert - aber nie erreicht. Man kennt in Württemberg spezielle Rezepte und Tricks, sie weich und knusprig, mild und doch rezent zu machen. Sie gehören zu einem schwäbischen Vesper wie das Viertele oder der Most, oder wie der Kirschengeist zum Schwarzwälder Schinken.

Schwäbische Gastlichkeit ist etwas sehr ehrlich und herzlich gemeintes. Wer sich in den gemütlichen „Wirtschaften“, den heimeligen Weinstuben und bodenständigen Hotels einmal umgesehen hat, wer die häusliche Atmosphäre einer schwäbischen Familie und die Kochkunst der Hausfrau genoss, der wird bestätigen, dass vieles nachahmenswert ist. Wer jemals diese Küche ausprobiert hat, beginnt sie zu schätzen und zu lieben. Da im Schwabenland die Rezepte meist von Mund zu Mund weitererzählt werden, gab es kaum eine Chance für einen Gast, die Köstlichkeiten schwarz auf weiß zu besitzen, um sie zu Hause in anderen Ländern und Regionen etwa nachzuzaubern.

Wir freuen uns, Ihnen nun mit diesem Kochbüchlein ein Stück schwäbischer Eigenart, aber auch die Feinheiten der berühmtesten deutschen Küche vermitteln zu können.

Wir leben nicht, um zu essen,

Wir essen, um zu leben.

Sokrates

Iß, trink, sei fröhlich hier auf Erd',  
Denk nur nicht, daß es besser werd'.

Trinkt, was euch bekommt,  
Esset, was ihr habt, Tuet, was ihr sollt,  
Redet, was ihr dürft,  
Denket, was ihr wollt.  
August Lämmle

Hunger ist der Speise Würze,  
Hunger ist der beste Koch.

Wenn ihr gegessen und getrunken habt,  
seid ihr wie neugeboren;  
seid stärker, mutiger, geschickter

zu euren Geschäft.  
Goethe „Götz von Berlichingen“

Bei Tag a rechts Gschäft,  
En dr Nacht nä dei' Ruah,  
a g'heeriger Honger ond Gsondheit drzua ...  
E. Vogt

Wenn Du einen Onkel hast  
Und der hat gute Weine,  
So lade Dich bei ihm zu Gast,  
Sonst säuft er sie alleine.

# **Schwäbische Suppen**

## **Flädlessuppe**

ZUTATEN:

125 g Mehl  
1/4 Liter Milch  
1-2 Eier  
Salz Muskat  
Speck  
Fleischbrühe

ZUBEREITUNG:

Von den Zutaten wird ein glatter Teig gerührt. Dann werden in heißer, mit Speck eingeriebener Pfanne recht dünne Flädchen gebacken, diese abgekühlt, in dünne Streifen geschnitten und in klare Fleischbrühe gegeben.

## **Riebelessuppe**

ZUTATEN:

1 Ei  
1/2 Eischale voll Wasser  
ungefähr 100 g Mehl  
Fleischbrühe

ZUBEREITUNG:

Das Ei wird mit dem Wasser gut zerschlagen und in der Schüssel so viel Mehl zugegeben, bis ein fester Teig entsteht. Auf dem Reibeisen nach einer Seite treiben. Um recht gleichmäßig feine Riebele zu bekommen, schüttelt man sie noch durch ein Sieb. Beim Gebrauch streut man sie in kochende Fleischbrühe.

## **Biberacher Brätknödel-Suppe**

ZUTATEN:

200 g Kalbfleischbrät  
50 g Butter  
3 Eier  
Milch  
200 g Mutschelmehl  
Salz  
Pfeffer

Muskat  
Zitrone  
Petersilie

#### ZUBEREITUNG:

Geschlagenes Brät - durch den Fleischwolf getriebenes Kalbfleisch - wird mit Pfeffer, Salz, Muskat, etwas abgeriebener Zitrone, Petersilie, auf 50 g Butter 3 Eier, etwas Milch, dem Mutschelmehl (Geigenmehl) vermengt und tüchtig geschlagen. Dann zu kleinen Knödeln geformt und entweder in heißes Wasser oder in Fleischbrühe gegeben und garkochte. Eine hervorragend mundende Fest-Suppe.

### **Brätstradel-Suppe**

#### ZUTATEN:

Zum Teig  
250 g Mehl  
2 Eier  
Milch  
Salz  
Fett  
Zur Füllung  
300 g Brät  
4 Eier  
Mutschelmehl  
Majoran  
Salz  
Zwiebel  
Petersilie

#### ZUBEREITUNG:

Zunächst macht man aus Mehl, den 2 Eiern, Milch und Salz einen Flädlesteig und bäckt dünne Flädle. Es ist zu empfehlen, die Pfanne mit einer Speckschwarte oder mit sehr wenig Fett zu schmieren. - Zur Fülle nimmt man das Brät, 4 Eier, etwas Mutschelmehl, gibt dazu feingehackte Petersilie und sehr wenig fein geschnittene, gedämpfte Zwiebel, würzt mit Majoran und Salz und mischt das Ganze zu einem Teig, der gut streichbar ist. Die fertigen Flädle werden damit bestrichen und fest eingerollt. Hernach schneidet man sie in etwa 2 cm dicke Stückchen. Der sogenannte „Brätstrudel“ oder die „Brätflädle“ werden mit kochender Fleischbrühe Übergossen. Das Gericht sollte man noch eine Weile ziehen lassen, damit alles warm ist. Diese Suppe ist leicht einen Tag vorher zuzubereiten. Man braucht vor der Mahlzeit nur noch die Fleischbrühe heiß zu machen. Diese großartige Festtagssuppe, die ein sättigendes Gericht ist, wird mit

Schnittlauch und Muskatnuss angerichtet.

## **Mutschelmehlsuppe**

ZUTATEN:

1 Ei

Ulmer Mutschelmehl

Fleischbrühe

ZUBEREITUNG:

Ein Ei zerquirlen, 1-3 Teelöffel Ulmer Mutschelmehl einrühren, mit lauer Fleischbrühe oder mit Wasser verdünnen, bis die Masse flüssig ist. In siedende Fleischbrühe einlaufen lassen - einen Wall darüber - und die Suppe ist fertig. Mit Salz und Muskat abschmecken.

## **Mutschelmehlklößchen-Suppe**

ZUTATEN:

1 Ei

30 g Mutschelmehl

Etwas Milch oder Brühe

ZUBEREITUNG:

1 Ei schaumig rühren, soviel Mutschelmehl (aus Ulmer Mutschein hergestellt und im Laden erhältlich) dazurühren (30 g), dass die Masse noch vom Löffel läuft. 2-3 Minuten stehen lassen, dann mit dem Kaffeelöffel 8-10 Klößchen in strudelnde, gesalzene Fleischbrühe oder Bouillon einlegen. Zudecken, leicht kochen lassen. Nach 2 Minuten die Klößchen wenden und dann noch 2-3 Minuten weiterkochen lassen. Zerfällt das erste Klößchen, die Masse noch etwas stehen lassen, sinkt es unter, das Teigchen mit warmer Brühe oder Milch verdünnen, bis die Masse weich ist. Mit Muskat und Schnittlauch anrichten.

## **Mutschelmehlklößchen gebacken**

Aus der gleichen Masse Klößchen in Fett schwimmend schön herausbacken. Erkalten lassen und dann mit kochender Fleischbrühe anrichten.

## **Suppenklößchen von Brieschen**

(für 8 Personen)

ZUTATEN:

1 Kalbsbrieschen

4 Brötchen

60 g Butter

2-3 Eier  
Zwiebel  
Petersilie  
Salz  
Muskat  
Fleischbrühe

#### ZUBEREITUNG:

Das Brieschen wird blanchiert, in Fleischbrühe weichgekocht, gehäutet und in kleine Würfel geschnitten. Die Brötchen werden abgerieben, eingeweicht und mit Zwiebel und Petersilie gedämpft. Die Butter wird schaumig gerührt, die Brötchen, Eigelb, Gewürz, Brieschen und der Eierschnee zugegeben, die Masse in ein Kuchenblech eingefüllt und gebacken. Man schneidet Würfel heraus und gibt kochende Fleischbrühe darüber. Die Suppe kann mit Eigelb und Rahm abgezogen werden.

### **Leberklößchensuppe**

(für 6-8 Personen)

250 g Leber  
21/2-4 Brötchen  
30 g Butter  
4 Löffel Mehl  
2 Löffel Weckmehl  
2-3 Eier  
Zwiebel  
Petersilie  
Salz  
Muskat  
Fleischbrühe

#### ZUBEREITUNG:

Die Leber wird durch den Fleischwolf gelassen. Die Brötchen werden abgerieben, in Wasser eingeweicht, ausgedrückt, verzupft und mit fein gewiegten Zwiebeln und Petersilie in Butter gedämpft, dann mit den übrigen Zutaten in die schaumig gerührte Butter gegeben und alles gut vermischt. Man legt mit dem Kaffeelöffel kleine Klöße in kochende Fleischbrühe und lässt sie 10 Minuten ziehen.

### **Schwäbische Bauernbrotsuppe**

#### ZUTATEN:

Brühe einer Metzelsuppe  
altes Bauernbrot  
ein wenig Kümmel

### **ZUBEREITUNG:**

Von der Metzelsuppe bzw. Kesselbrühe nimmt man das nötige Quantum für die Familie.

Altes Bauernbrot wird in Schnitten geteilt und vorher in Butter geröstet. Diese Schnitten werden in die Suppe gegeben. Man kann sie mit Zwiebeln abschmälzen.

## **Griesklößchen-Suppe**

### **ZUTATEN:**

1/2 Liter Fleischbrühe  
1 Ei  
60 g groben Gries  
40 g Butter  
Salz  
Muskat

### **ZUBEREITUNG:**

Mit der schaumig gerührten Butter röhrt man Ei, Gries, Salz und Muskat glatt an, lässt den Teig etwa 1 Stunde stehen, legt mit 2 Kaffeelöffeln die Klößchen in kochende Fleischbrühe, deckt den Topf sofort zu und lässt sie auf kleiner Flamme 10 Minuten zugedeckt kochen.

## **Klößles-Suppe á la Hohenlohe**

Klößles-Suppe ist auch anderwärts bekannt, doch ist es im Hohenlohischen üblich, eine ganz besonders gute Festtagssuppe zu kochen. Sie besteht aus vielerlei kleinen Klößen: Mutschelmehl-klöße, Fleischklöße, Markklöße, Griesklöße und gebackene Klöße.

Geigenknödel-Suppe

### **ZUTATEN:**

50 g Mutschelmehl oder Geigenmehl  
2 Eier  
Salz  
Muskat

### **ZUBEREITUNG:**

Zwei Eier werden gut verquirlt, dazu röhrt man das Mutschel- oder Geigenmehl ein, würzt es mit Salz und Muskat. Aus dem Teig formt man sofort kleine Knödel oder Klößchen und gibt sie in siedende Fleischbrühe. Sie werden darin 5-6 Minuten gekocht, dann lässt man sie noch etwas ziehen.

## **Schwarzwalder-Suppe**

ZUTATEN:

4 mittelgroße Kartoffeln  
etwa 70 g altbackenes Brot  
Zwiebel  
2 Eier  
etwas Salz und Muskat  
Petersilie  
2 Knoblauchzehen  
1 Kaffeelöffel Salz  
einige Korianderkörner  
1 Leberwurst  
1 1/2 Liter Wasser  
40 g Butter zum Schmälzen

ZUBEREITUNG:

Eine Handvoll feingeschnittener Zwiebel und Petersilie werden gedämpft und mit Wasser abgelöscht. Dazu gibt man die grob zerkleinerten Kartoffeln, die Knoblauchzehen, Salz und Korianderkörner und lässt die Kartoffeln weichkochen. Inzwischen hat man das altgebackene Brot in kaltem Wasser eingeweicht und ausgedrückt. Es wird zusammen mit der zerkleinerten Leberwurst in die Suppe gegeben und beides zum Aufkochen gebracht. Die Schwarzwalder-Suppe wird durch ein Sieb getrieben und mit brauner Butter vor dem Anrichten abgeschmälzt.

Ein schmackhaftes, rustikales Mahl.



## Spätzle, das Nationalgericht der Schwaben

Die schwäbische Leibspeise sind nun mal die „Spätzle“. Sie bilden die ideale Beigabe zu fast allen Gerichten, die der Schwabe in seinem Küchen-Repertoire hat. Sie sind eine Delikatesse und Genuss für den Gaumen. Wohl dem, der eine Frau hat, die Spätzle mit der Hand zu schaben versteht! Diese Kunst wird im Schwabenland hoch geschätzt, und wer immer - irgendwo auf der Welt - bei einem Schwaben eingekehrt ist, wird die Köstlichkeit der „Spätzle“ zu schätzen wissen. Man liest nicht zu unrecht bei Dr. Dr. Alfred Weitnauer „In der von Spätzle, Knöpfle, Flädle und Nudeln sind die Schwaben unbestrittene Meister“. Die „Spätzle“ sind eine anpassungsfähige Beigabe zu vielen Gerichten, beispielsweise zu:

Linsen mit Rauchfleisch oder Würstchen  
Grünen Bohnen, die oft mit einer sauren Sauce gemacht werden  
Sauerkraut (mit einer Schlachtplatte zusammen)  
Sämtlichen Braten  
Pfannengerichte  
Goulasch  
Eingemachtem Kalbfleisch  
Spinat  
Ragout (Ragout fin ausgeschlossen)  
Wildbraten  
Salaten

Mit Fleischbrühe werden sie als „Spätzlessupp“ offeriert oder als „Saure Spätzle“ mit einer sauren Sauce als guter Eintopf serviert. Im Allgäu sind die „Käsespätzle“ sehr beliebt, oder man isst gerne die einfachen, aber kräftigen und sehr schmackhaften „Krautspätzle“, „Schinken-, Spinat- oder Tomatenspätzle“. Doch schon allein geschmälzt mit Butter und Zwiebeln, oder geröstet mit Ei, schmecken sie hervorragend zu grünem Salat. In aller

Welt sind die „Sieben Schwaben“ bekannt ob ihrer Abenteuer, und die Figur des „Knöpflesschwob“, der mit seinen Kochtöpfen und Pfannen mitzog, ist bezeichnend für die Unentbehrlichkeit der habhaften Kost im Schwäbischen. Eine Passage aus Ludwig Auerbachs „Abenteuer der 7 Schwaben“, von Maximilian Diertrich in Memmingen neu aufgelegt, spricht für sich:

„In dem gesegneten Schwabenland, besonders in jener Gegend, wo soeben Meldungen geschehen, besteht die löblich Gewohnheit, dass man täglichs Tags fünfmal isst und zwar fünfmal Suppe und zweimal dazu Knöpfle oder Spätzle, daher denn die Leute in der Umgegend auch „Suppen- oder Knöpflesschwaben“ genannt werden; und man sagt, dass sie zwei Mägen hätten, aber kein Herz.“

Der Seehas brachte also seine Werbung an, und sagte: Wie dass in dem großen Wald am Bodensee ein fürchterliches Tier hause, welches Land und Leuten großen Schaden täte.

„Hott!“ sagte der Nestelschwab.

Aber der Gelbfüßler stieß dem Seehasen in die Rippen, vermeinend, er solle nicht so lügen. Der aber ließ sich nicht irr machen, sondern fuhr fort zu erzählen: Das Ungeheuer wachse zusehends, je länger man es anlüge, und werde so groß, wie ein Pudelhund. Ich bitte ihn also um der Landsmannschaft willen, er möchte ihm zu Rat und Tat sein, und ihm beihelfen, tüchtige Gesellen zu werben. Der Knöpflesschwab sagte: Fechten sei zwar seine Leidenschaft nicht; aber wenn sie einen brauchten, um ihnen Knöpfle zu kochen, so gehe er mit los auf das Abenteuer.

Als sie handseins wurden, packte der Knöpflesschwab Häfen und Pfannen auf, und zog mit ihnen weiter.“

Dr. Karl Lerch erwähnt in seinem „Spätzle-Brevier“ unter seinen humorvollen und historischen Darstellungen der „Spätzle“ und „Knöpfle“, dass man in einer Bilderhandschrift, dem „Sachsenspiegel“, einem Rechtsbuch des Eike von Repkow aus dem Anfang des 13. Jahrhunderts, eine Darstellung entdeckte, auf der ein Mann mit einem brett- oder löffelartigen Gegenstand aufgezeichnet ist. Man glaubte den im Artikel 53 genannten Schwabenherzog vor sich zu haben, der als unzweifelhaftes Zeichen seiner Herkunft ein Spatzenbrett bei sich trage. Nun, der jungen Schwäbin wird quasi schon das Spatzenbrettle und der Spätzlesschaber mit in die Wiege gelegt. Sie dürfen in keiner Küchenausstattung fehlen, wenn auch heute manche Hausfrau schon zur Spätzlesmaschine greift. Der Stolz einer guten Köchin sind jedoch die handgemachten Spätzle, die besser schmecken. Einer Nichtschwäbin, die zuerst mit dem Zubereiten der Spätzle vertraut werden muss, sei geraten, es mit der Maschine zu versuchen. Wichtig ist, dass der Teig nicht zu dünn gemacht wird. Er wird geschlagen, bis er Blasen zeigt.

## **Spätzle**

(für 6 Personen)

ZUTATEN:

500 g Mehl

4-5 Eier

1/8 Liter Wasser

1 Teelöffel Salz

ZUBEREITUNG:

Schlagen Sie die Eier ins Mehl, geben Sie das Salz dazu und gießen Sie unter Rühren langsam das Wasser hinein. Nun wird der Teig tüchtig abgeschlagen, bis er zähflüssig ist und sich gut ausziehen lässt. Streichen Sie eine kleine Menge des Teiges gleichmäßig und dünn auf ein nasses Holzbrett (Spatzenbrett) und schaben Sie mit einem langen Messer oder Spätzlesschaber sehr feine Streifen in das kochende Wasser. (Das Messer muss hin und wieder in kaltes Wasser getaucht werden, damit der Teig nicht daran kleben bleibt). Wichtig ist, dass das Wasser stets kocht. Warten Sie, bis die Spätzle an der Oberfläche erscheinen, nehmen Sie sie dann mit der Schaumkelle heraus und schrecken sie kalt ab. Ungeübten Hausfrauen sei empfohlen, sich einer Spätzlesmaschine zu bedienen.

## **Geschmälzte Spätzle**

In kochendem Wasser heißgemachte Spätzle werden mit brauner Butter und Semmelbröseln abgeschmälzt, oder, je nach Geschmack, werden in Würfel geschnittene Zwiebeln in heißer Butter gedünstet und unter die Spätzle gemischt.

## **Gebratene Spätzle**

(4 Personen)

ZUTATEN:

250 g Mehl

1 Teelöffel Salz

1-2 Eier

1/8-1/4 Liter kaltes Wasser oder Milch

2-3 Liter Salzwasser zum Kochen

40 g Fett zum Braten

ZUBEREITUNG:

Salzwasser in einem hohen Topf zum Kochen bringen. Inzwischen Mehl, Salz, Ei und Wasser rasch zu einem Teig mischen. Den Teig sofort durch einen groblöcherigen Spatzenhobel in das kochende Salzwasser treiben. 1 mal aufkochen lassen, abseihen und auf einem Holzbrett, ohne zu

schwenken abtrocknen lassen. In rauchheißem Fett rösten und mit 1-2 zerquirlten Eiern übergießen, stocken lassen und anrichten. Mit Schnittlauch dicht bestreuen. Beilage grüner Salat. Das Gericht darf nicht lange stehen und muss heiß serviert werden.

## **Geröstete Spätzle**

Hier werden die Spätzle in brauner Butter geröstet und mit verquirlten Eiern übergossen, die sie langsam stocken lassen.

Käse-Spätzle

(4 Personen)

ZUTATEN:

250 g Mehl

80 g Reibkäse

2-4 Eßlöffel Butter

1 große Zwiebel

1 Teelöffel Salz

2 Eier

1/8-1/4 Liter Wasser

11/2-3 Liter Salzwasser zum Kochen

ZUBEREITUNG:

Die wie üblich zubereiteten Spätzle aus dem Kochwasser mit dem Seihlöffel schöpfen, gut abtropfen lassen und auf eine vorgewärmte Platte lagenweise mit dem geriebenen Emmentaler Käse schichten. Am Schluss, in Fett geröstete braune Zwiebelwürfel darübergießen, mit etwas Pfeffer bestreuen und anrichten. (Alles gut vorbereiten, schnell aufeinander arbeiten.)

## **Saure Spätzle**

Feingehackte Zwiebel werden mit etwas Mehl in Butter braun geröstet. Man löscht mit Fleischbrühe ab und gibt etwas sauren Rahm und Essig dazu, würzt mit einer Nelke und Lorbeer. Wenn die Sauce aufgekocht hat und sämig geworden ist, gießt man sie über die Spätzle. Das Gericht nochmals aufkochen lassen.

## **Leberspätzle**

ZUTATEN:

500 g Leber

500 g Mehl

2 Eier

Salz

Petersilie

### **ZUBEREITUNG:**

Die Leber wird gehäutet und durch die Fleisch-Hackmaschine getrieben. Das Mehl mit den Eiern und der Leber, der feingehackten Petersilie und etwas Wasser zu einem Spätzlesteig verarbeiten. 1 Stunde stehen lassen. Dann durch ein Spatzensieb drücken (daraus entstehen kleine Knöpfle) oder auf dem Spatzenbrett in kochendes Wasser schaben. 10 Minuten kochen lassen. Die Leberspätzle können mit gerösteten Semmelbröseln angerichtet werden. Zugabe: Grüner Salat.

## **Spinatspätzle**

### **ZUTATEN:**

400 g Mehl  
1/4 Liter Wasser  
250 g Spinat  
2 Eier

### **ZUBEREITUNG:**

Aus dem Mehl, den Eiern, dem durch den Fleischwolf getriebenen rohen Spinat wird ein Teig angemacht unter Hinzugabe des Wassers. Der Spätzlesteig kann durch die Spätzlesmaschine gedrückt werden oder vom Brettel geschabt werden. Sie werden genau so weiterbehandelt wie Originalspätzle.

## **Spätzle mit Geflügelleber**

### **ZUTATEN:**

500 g Geflügelleber  
40 g Mehl  
40 g Butter  
1 Zwiebel

### **ZUBEREITUNG:**

Die Geflügelleber wird in kleine Würfel geschnitten, eine große Zwiebel auf dem Reibeisen gerieben und in Butter goldgelb gedämpft. Die Leberwürfelchen mit dem Mehl bestäuben und das Ganze in heißes Fett geben. Einige Minuten ziehen lassen.

Inzwischen wurden die frischen Spätzle gemacht (Grundrezept), die man unter die Leber mengt. - Je nach Lust, kann man mit Gewürzen oder Petersilie den Geschmack verfeinern.

## **Spätzle mit Pilzen**

### **ZUTATEN:**

500 g Pilze jeder Art: Champignons, Steinpilze, Pfifferlinge  
40 g Butter  
40 g Mehl  
1/4 Liter Sahne  
1 Zwiebel

#### ZUBEREITUNG:

Die Pilze werden in feine Scheiben geschnitten, die Zwiebel gerieben und in der Butter goldgelb angeschwitzt. Dazu gibt man die Pilze und lässt sie etwa 10 Minuten dämpfen. Mit Mehl überstäuben und die dicke Sahne darüberfüllen. 10 Minuten durchziehen lassen und unter die frisch zubereiteten Spätzle mischen.

### Schinkenspätzle

250 g Schinken fein wiegen, im eigenen Fett leicht anbraten, mit in Butter geschwenkten Spätzle vermengen und heiß anrichten. Dazu schmeckt gut grüner Salat oder Gurkensalat.

### Tomatenspätzle

#### ZUTATEN:

40 g Butter  
100 g Zwiebel  
200 g Tomaten

#### ZUBEREITUNG:

Die Zwiebeln durch die Fleischhackmaschine drehen.

Die Tomaten enthaften und in Würfel schneiden. Die Butter zum Schmelzen bringen und darin die Tomaten kurz andämpfen (sie dürfen nicht zerfallen). Mit Salz und Zucker etwas würzen und gewiegte Petersilie darüberstreuen. Die frisch zubereiteten Spätzle werden daruntergemischt und alles heiß angerichtet.

### Krautspätzle

#### ZUTATEN:

1 kg Sauerkraut  
80 g Schweineschmalz  
1 Zwiebel  
Für den Teig  
500 g Mehl  
4 Eier  
2 Teelöffel Salz  
1/4 Liter Wasser

## ZUBEREITUNG:

Das rohe Sauerkraut wird zusammen mit dem Fett und einer fein gewiegenen Zwiebel in einer Kasserolle erhitzt und schön braun geröstet. Wenn nötig, gibt man etwas Wasser oder Fleischbrühe dazu. Inzwischen werden frische Spätzle zubereitet, die man in einer Pfanne goldgelb röstet. Dann mischt man Kraut und Spätzle untereinander und offeriert sie heiß und knusprig.

## Backspätzle

(Suppeneinlage)

### ZUTATEN:

20 g Mehl

1 Eigelb

3 Esslöffel Milch

## ZUBEREITUNG:

Aus Mehl, dem Eigelb, 3 Esslöffel Milch und Schnee von 1 Eiweiß wird ein lockerer Teig geschlagen. Dieser Teig wird durch ein großlöcheriges Sieb gedrückt - diesmal nicht in heißes Wasser, sondern in heißes Fett. Die „Spätzle“ lässt man im Fett schwimmend goldgelb ausbacken, schöpft sie heraus und lässt sie wie Pommes frites abtropfen.

Sie schmecken sehr knusprig.

## Spätzles-Auflauf

### ZUTATEN:

1 kg Sauerkraut

250 g Speck

etwas Wein

250 g mageren Schinken

Hartkäse

## ZUBEREITUNG:

Das Sauerkraut wird zusammen mit Speck, etwas Weißwein, einem Esslöffel Zucker, einigen Pfefferkörnern, einigen Apfelscheiben mehrere Stunden gekocht. Der magere Schinken wird nun fein gewiegt und zusammen mit den frischen Spätzle unter das Sauerkraut gemengt. Alles füllt man in eine feuerfeste Form. Um dieses Gericht noch pikanter zu machen, reibt man eine schöne Portion Käse Über Kraut und Spätzle und gibt etwas flüssige Butter darüber. Der Spätzles-Auflauf wird im Backofen goldgelb überbacken.

## **Gaisburger Marsch**

### ZUTATEN:

250-500 g Rindfleisch  
Fleischbrühe  
500 g Kartoffeln  
Spätzle

### ZUBEREITUNG:

Rindfleisch kochen zu Fleischbrühe. In der Fleischbrühe, die gut gewürzt sein muss, kocht man die rohen, in Würfel geschnittenen Kartoffeln weich.

Inzwischen macht man die Spätzle (siehe Rezept). Ungefähr dieselbe Menge wie die Kartoffeln.

In die Fleischbrühe mit den Kartoffeln werden dann die Spätzle und das fein geschnittene Rindfleisch gemengt. Das ganze Gericht wird mit in Butter gebräunten Zwiebeln übergossen. Der Gaisburger Marsch ist ein kräftiger, sehr schmackhafter Eintopf. Eine friedliche Koexistenz zwischen Spätzle und Kartoffeln!

## **Leberspatzen**

(für 4-5 Personen)

### ZUTATEN:

250 g Hackfleisch  
250 g frische Rindsleber  
3 alte Brötchen  
Zwiebel  
Petersilie  
2-3 Eier  
Pfeffer  
Muskat  
Salz  
Majoran

### ZUBEREITUNG:

Die Leber durch die Hackmaschine drehen. Die Zwiebel und Petersilie zusammen mit Butter andämpfen. Mit den Eiern, dem Hackfleisch, dem Gewürz zu einer Masse verarbeiten. Die Leberspätzle werden mit dem Löffel abgestochen und in kochendes Wasser gegeben. Nicht zuviel auf einmal. 10-15 Minuten im Wasser ziehen lassen.

Sie werden entweder in der Fleischbrühe serviert, oder mit Butter und Zwiebeln abgeschmälzt. Dazu gibt man Kartoffel- und grünen Salat. Sie können auch noch 1 oder 2 Tage später mit Ei überbacken, als geröstete Leberspätzle zu Salat lecker gereicht werden.

## **Schwäbisches Linsengericht**

(für 3 Personen)

ZUTATEN:

250 g Linsen

250-300 g Rauchfleisch

etwas Salz

Essig

ZUBEREITUNG:

Die Linsen werden am Vortage in Wasser eingeweicht. Mit Butter macht man eine dicke braune Mehlschwitze und gibt die weichgekochten Linsen dazu. Mit etwas Wasser ablöschen. Mit den Linsen kocht man das Rauchfleisch gar. Mit Essig und Salz abschmecken.

Zu diesem Linsengericht isst man im Schwabenland Spätzle. Wenn kein Rauchfleisch oder nur wenig darin gekocht wird, gibt man noch Saitenwürstchen dazu (entspricht Frankfurter Würstchen).

## **Als Beilage: Knöpfle**

„Solangs no Kraut ond Knöpfle geit, solang verderbet d’Schwoba net“

So sagt der Volksmund und in manchen Gegenden Württembergs heißt es, wenn man einem sagen will, dass er seiner Sache nicht gewachsen sei: „Du musch no mehr Knöpfle esse!“ Nun, die „Knöpfle“ sind im Grunde nichts anderes als kürzere Spätzle. Man macht nur den Spätzlesteig etwas fester, dass man ihn durch ein großlöcheriges Salatsieb drücken oder durch den Knöpflehobel laufen lassen kann. Doch neben diesen „Knöpfle“, die man in manchen schwäbischen Gebieten anstelle oder abwechslungsweise mit „Spätzle“ macht, gibt es auch noch die großen Knöpfle, die in Bayern Knödel genannt werden. Schwedenknöpfle, Geigenknöpfle, Leberknöpfle (oder Leberspatzen genannt) - sind sehr beliebte Beigaben, die man mit Braten und Salat isst. Zum sauren Rindsbraten gibt die Hausfrau gerne die guten Weckknöpfle, die in der Stadt Aalen überlebensgroß wachsen und darum Großknöpfle heißen.

Sicher ist, dass die „Spätzle“ und die „Knöpfle“, golden gelb und locker, mit ihrem feinen Geschmack jeden Feinschmecker begeistern können.

## **Knöpfle**

Der Spätzlesteig wird so fest geschlagen, dass man ihn durch ein großlöcheriges Salatsieb mit dem Löffel in siedend heißes Wasser drücken oder mit dem Spätzleshobel hineinhobeln kann.

## **Leberknöpfle**

sind eine kleine Variation der normalen Knöpfle, die aus folgenden

Zutaten bereitet werden:

125 g Kalbsleber  
1 Brötchen  
1 kleine Zwiebel  
30 g Butter  
1 Ei  
Petersilie  
Salz und Pfeffer  
1 Esslöffel Milch  
1 Esslöffel Mehl  
1 Esslöffel Weckmehl

#### ZUBEREITUNG:

Die Leber, das eingeweichte gut ausgedrückte Brötchen sowie eine kleine angedämpfte Zwiebel werden durch die Fleischhackmaschine getrieben. Die Butter wird mit einem Ei schaumig gerührt, dazu gibt man einen Esslöffel gewiegte Petersilie, etwas Salz, Pfeffer, die Lebermasse, einen Esslöffel Weckmehl und einen Esslöffel Milch. Alles wird zu einem dickflüssigen Teig verarbeitet und durch das Sieb in kochende Fleischbrühe gedrückt. Darin 5 Minuten ziehen lassen. Die Leberknöpflessuppe ist ein hervorragendes schwäbisches Gericht.

## Schwäbische Maultaschen

Es gibt wohl nichts Köstlicheres in der schwäbischen Küche als diese „Maultaschen“, die je nach dem Einfallsreichtum einer Köchin oder einer Hausfrau einfacher oder ganz raffiniert im Geschmack werden können. Sie sind einmalig in ihrer Variationsfähigkeit, wie man sie anrichten kann; und sie erobern das Herz jedes Feinschmeckers.

Hier ein Hausrezept:

#### ZUTATEN:

Nudelteig von 3-4 Eiern

Fülle:

200 g Braten oder Hackfleisch

100 g Rauchfleisch

Bratwurstbrät

Etwas gerauchte Schinkenwurst

200 g alte Brötchen

4-5 Eier

Salz

Pfeffer

Muskat

Zwiebel

Petersilie

500 g Spinat  
20 g Butter

#### ZUBEREITUNG:

Man bereitet einen ziemlich festen Nudelteig und wellt längliche Streifen von 25-30 cm Breite ganz dünn aus. Die feingewiegte Zwiebel, Petersilie und Speckwürfelchen werden in Butter gedämpft. Der gekochte Spinat, die eingeweichten Brötchen (gut ausdrücken), das Fleisch, Rauchfleisch, Wurst werden durch den Fleischwolf getrieben und mit den Eiern, den Gewürzen zu einer lockeren Masse vermengt. Auf den Nudelteig setzt man mit einem Esslöffel kleine Häufchen, klappt den Teig um, bestreicht die Ränder der Taschen mit Ei, damit sie gut kleben, und drückt den Rand gut fest und teilt mit einem Kuchenrädchen die Maultasche ab. Die Maultaschen werden in kochendes Salzwasser gegeben und dort ungefähr 8-10 Minuten gekocht.

#### Anrichten:

Maultaschen können auf verschiedene Weise köstlich schmecken:

1. Man gibt sie in heiße Fleischbrühe und überschmälzt sie mit Zwiebeln.
2. Man überschmälzt sie mit Zwiebeln oder Semmelbröseln und reicht dazu Kartoffel- und grünen Salat.
3. Man schneidet sie in kleine Streifen und Überbäckt sie mit Ei und serviert sie mit Kopf- oder Kartoffelsalat.

# Dichterische Variationen über das Sauerkraut

Auch heute noch gibt es wie zu Ludwig Uhlands und Wilhelm Buschs Zeiten begeisterte Sauerkraut-Liebhaber, denen Sauerkraut in jeder Form: roh, gekocht, aufgewärmt, eine Delikatesse bedeutet.

Da das bekannteste und auch das meiste Sauerkraut aus dem Schwabenland - nämlich von den Fildern bei Stuttgart - kommt, hat die schwäbische Dichtung und der Volksmund über dieses Leib- und Magengericht allerlei verfasst. Kraut und Kohl mussten zu mancher Lebensweisheit herhalten, die der Volksmund prägte, doch am trefflichsten sind die schwäbischen Redensarten:

„Kraut füllt de Baura d' Haut“

„Die Liebe ist wie Sauerkraut, wohl dem, der sie gesund verdaut“

„Besser a Laus em Kraut als gar koi Fleisch“

Ein bißchen derber noch:

„So en Kerle wia di friß i uf em Kraut“

Zu Neunmalgescheiten und Profitlichen sagt der Schwabe:

„Do hoaßt's au: Laß mi meine Küchle en deim Schmalz bache, no darfst du dein Speck en meim Kraut koch'e.“

Regelrecht besungen wird das Sauerkraut in der „Schwäbischen Sauerkraut-Kantate“, die im Herbst 1955 uraufgeführt wurde. Ihr Verfasser ist der Bezirksnotar Emil Kubier in Musberg auf den Fudern. Die Kantate beginnt mit folgendem Rezitativ:

„O Sauerkraut, du Gaumentröster!  
Du aller Lebensfreude Bester!  
Laß nie vergehen deinen Duft,  
der uns zur vollen Schüssel ruft!  
Dies Liedlein, huldvoll dargebrungen,  
sei dir aus Dankbarkeit gesungen.“

Zur Metzelsuppenzeit sang man einst im Schwarzwald:

„Madie mit dei'm Zöpfle,  
koch mr Kraut ond Knöpfe.“

Duer e Stückle Schweiners nei  
was könn' au no besser sei?  
Wenn mr Kraut hot ond e Sau  
and a Stemple Meahl,  
no wurd's äwel weitergau -  
Narr, dia stopfet's Fell.  
A Schüssel Kraut am Ovemärge,  
des ist e feine Kost,  
des ka'scht au no nazwenge,  
wenn de suscht gnueng gesse hoscht.“

Ludwig Uhland, der schwäbische Dichter, hat für die Metzelsuppenzeit ein großes „Metzelsuppenlied“ gedichtet, das wir an anderer Stelle veröffentlichen.

Der oberschwäbische Mundartdichter, Karl Borromäus Weitzmann, der von 1767 bis 1828 lebte, hat uns ein Singspiel hinterlassen, betitelt „Die schwäbischen Heiligen drei Könige“. Darin lässt er König Herodes folgende „Sauerkraut-Arie“ anstimmen:

„Wenn i aus meim Ministers  
z Obed um e Faife gang  
ond beim Aehstands-Miserere  
Trübsal blos ond Grilla fang,  
schleich i an mei Ofesitzle,  
lupf des Deckele e bitzle  
ond schmeck an meim gwärmt Kraut!“

Man sagt ja im Schwabenland, dass das aufgewärmte Kraut am besten schmecke. Und man kann es wahrscheinlich auch so geschickt variieren - dass es stets eine neue Note bekommt. Zur Metzelsuppe oder „Schlachtplatte“ mit Würsten, Speck und Erbsenpürree. Oder einfach Sauerkraut mit Spätzle und Rauchfleisch; oder Sauerkraut mit Schupfnudeln. In manchen Gegenden im Schwäbischen machen sie es mit den aufgezogenen Dampfnudeln zusammen.

Es gibt die sogenannten Krautnudeln: Breite Nudeln mit Kraut zusammen gedämpft; Krautspätzle oder Krautwickel; und nicht zu vergessen den schwäbischen Krautkuchen. Das Sauerkraut von den Fudern ist in die ganze Welt hinausgewandert. Man führt es in Paris ein bei den feinen Gastronomen, man isst es heute in Amerika, und überall kann man es, in Dosen appetitlich verpackt, kaufen.

Schon die „Witwe Bolte“, die eine vorbildliche Hausfrau gewesen sein muss, stellt Wilhelm Busch folgendermaßen dar:

„Und dann steigt mit einem Teller

Witwe Bolte in den Keller,  
dass sie von dem Sauerkohle  
eine Portion sich hole ...  
Denn nur der ist wirklich weise,  
der auch in die Zukunft schaut,  
denk an deine Lieblingsspeise:  
Schweinekopf und Sauerkraut!"

Wir wünschen, dass Sie mit Heinrich Heine singen, wenn Sie eines der schönen Sauerkrautgerichte auf den Tisch bringen:

„Der Tisch war gedeckt, hier fand ich ganz  
die alte germanische Küche.  
Sei mir gegrüßt, mein Sauerkraut,  
Holdselig sind deine Gerüche.“

## Sauerkraut

### ZUTATEN:

1 kg Sauerkraut  
40-50 g Gänse- oder Schweinefett  
1 Zwiebel  
1 große Kartoffel oder  
1 Löffel Mehl  
1 kleiner Apfel  
nach Belieben Wacholderbeeren oder Kümmel  
1/2 Glas Weißwein oder Most

### ZUBEREITUNG:

Die feingeschnittene Zwiebel dämpft man in einem Topf mit Fett hellgelb; das Sauerkraut wird ausgedrückt und verzupft, dann zugegeben und mit Fleischbrühe oder Wasser abgelöscht. Nun fügt man die geriebene Kartoffel und den feingeschnittenen Apfel hinzu und lässt das Kraut zugedeckt 1 1/2-2 Stunden kochen. Von Zeit zu Zeit wird es mit der Gabel aufgeschüttet, wenn nötig Fleischbrühe und kurz vor dem Anrichten der Wein zugegeben.

## Sauerkraut-Kuchen

### ZUTATEN:

1500 g geschnittenes und gehacktes Kraut (Spitzkraut)  
125 g Schweinefett  
eine halbe Zwiebel

3 Esslöffel Milch  
2 Esslöffel Mehl  
nach Geschmack etwas saurer Rahm  
Salz  
Pfeffer

#### ZUBEREITUNG:

Man mache einen Hefeboden. Das geschnittene, feingehackte Kraut lässt man eingesalzen einige Stunden stehen. Hernach wird es ausgedrückt und samt Zwiebel mit Schweinefett gedämpft. Nach dem Dämpfen werden die Milch und das Mehl untermengt, etwas Pfeffer dazugegeben und auf den Kuchenboden gefüllt.

Wichtig ist, dass der Kuchen - wie der Zwiebelkuchen - warm, wie er aus dem Ofen kommt, verzehrt wird. Wozu allerdings am besten ein guter Most oder Saft oder neuer Wein gereicht wird.

### Schwäbische Schlachtplatte

#### ZUTATEN:

Kesselfleisch  
Leber- und Griebenwurst  
Sauerkraut  
Kartoffelpüree  
Spätzle

#### ZUBEREITUNG:

Ein Stück vom Bug oder Bauch wird im Sauerkraut weichgekocht.  
Die Leber- und Griebenwürste werden heißgemacht. Spätzle und Kartoffelpüree gesondert hergestellt.

Das ganze zusammen hübsch auf einer Platte garniert angerichtet.

# **Fleischgerichte und ihre Variationen**

## **Rostbraten nach schwäbischer Art I**

(für 6 Personen)

Ein typisch schwäbisches Gericht ist der „Schwäbische Rostbraten“ mit Spätzle und Sauerkraut. Eine herzhafe Speise, die jedoch in ihrer Kombination sehr gut schmeckt.

ZUTATEN:

6 Lendenschnitten vom Rind zu je 150 g  
100 g Butter  
3-4 Zwiebeln

ZUBEREITUNG:

Die gut geklopften Lendenschnitten werden in heißer Butter auf jeder Seite 3-4 Minuten scharf gebraten. Rösten Sie die feingeschnittenen Zwiebelringe goldgelb, die Sie dann über die Rostbratenschnitten geben. Die nebenher gemachten frischen Spätzle (siehe Spätzles-Rezept) werden geschmälzt. Dazu serviert man pikantes Sauerkraut oder Salate.

## **Rostbraten nach schwäbischer Art II**

Die Rostbraten werden in der Mitte der Platte angerichtet, auf die eine Seite Spätzle und auf die andere Seite Sauerkraut gelegt. Auf das Sauerkraut gibt man in Scheiben geschnittenen, angebratenen, durchwachsenen, geräucherten Speck und kleine Bratwürste.

## **Gefüllte Kalbsbrust**

(für 4-5 Personen)

ZUTATEN:

1-1 1/2 Kalbsbrust (ausgebeint bestellen)

Für die Fülle:

trockenes Weißbrot

3 Eier

1 1/2-2 kg Hackfleisch oder Bratwurstbrät

Zwiebel

Pfeffer

Salz

Muskat

etwas Paprika

Petersilie

## ZUBEREITUNG:

Das trockene Weißbrot wird ohne Rinde in Scheiben geschnitten und in heißer Milch eingeweicht. Die feingehackte Petersilie dämpft man mit den Zwiebeln zusammen an. Eine pikante Fülle wird aus 3 Eiern, Hackfleisch, Pfeffer, Salz, Muskat, Paprika hergestellt, die gedämpfte Zwiebel mit Petersilie daruntermengen und gut kneten. Feinschmecker nehmen noch gehackte Pistazien dazu. In die Kalbsbrust einfüllen und zusammen braten. Man macht eine feine Sauce aus dem Bratensaft.

## Gefüllte Kalbsbrust II

### ZUTATEN:

Kalbsbrust ohne Rippen

1. Fleischfüllung

Kalb- und Schweinefleisch

2-3 Eigelb

Geriebenes Weißbrot

1-2 Eiweiß

Salz

Pfeffer

Muskat

gehackte Petersilie

kleine Würfel gekochten Schinken

2. Hausfrauenart

Brötchen

Zwiebel

Butter

5 Eier

gehackte Petersilie

Salz

Muskat

### ZUBEREITUNG:

1. Aus den Zutaten einen Fleischteig herstellen und zum Schluss noch gekochten Schinken unterziehen. In die Kalbsbrust füllen.

2. Die geschälten Brötchen werden kurz in Wasser eingeweicht und gut ausgedrückt. Dann die feingeschnittenen Zwiebeln mit Butter anrösten, ohne dass sie Farbe annehmen. Hierzu gibt man die Brötchen und röstet das Ganze. Nach dem Auskühlen werden die ganzen Eier und gehackte Petersilie unter die Masse gerührt. Mit Salz und Muskat abschmecken und in die Kalbsbrust füllen. Die Kalbsbrust auf beiden Seiten bei mäßiger Hitze anbraten, dann jedoch nicht mehr umdrehen. Bratzeit 11/4-11/2 Stunden.

## **Eingemachtes Kalbfleisch mit Spätzle**

### **ZUTATEN:**

500 g Kalbfleisch (Brust oder Hals)

75 g Butter

1 Esslöffel Mehl

Essig

Zitrone

1 Zwiebel

Nelken und Lorbeer

### **ZUBEREITUNG:**

Das Kalbfleisch, das vorher in größere Würfel geschnitten wurde, in Butter leicht anbraten. Herausnehmen und mit einem Esslöffel Mehl eine sehr helle Mehlschwitze bereiten. Ablöschen und 1 Esslöffel Essig dazugeben. Das Fleisch zusammen mit einer Zwiebel, die mit Nelken gespickt ist, einer Zitronenscheibe und 1 Lorbeerblatt ungefähr 1 Stunde kochen. Das eingemachte Kalbfleisch wird mit Weißwein abgeschmeckt. Die Sauce muss dickgebunden sein. Dazu reicht man Spätzle (siehe besonderes Rezept).

## **Gefülltes Milzle - oberschwäbische Art**

### **ZUTATEN:**

1 Milz

Kalbfleisch

Schweinefleisch

Rindfleisch

Herz

Leber

Briesle

Fett vom Rindfleisch

1 Ei

Salz

Pfeffer

Muskat

Petersilie

Mutschelmehl

Zwiebel

### **ZUBEREITUNG:**

Eine Milz höhlen, nach der rauen Seite umkehren und mit folgender Masse füllen:

Ein wenig Kalbfleisch, Schweinefleisch, Rindfleisch, Herz, Leber, Briesle (es genügen auch weniger Fleischsorten) und Fett vom Rindfleisch in

kleine Würfel schneiden. Mit Salz, Zwiebeln, Muskat, 1-2 Eiern, gehackter Petersilie, Mutschelmehl vermischen. Zwiebel, Petersilie vorher ein wenig andämpfen. Die Milz damit füllen und gut zunähen. (Nicht zu prall füllen!) Das Ganze 2 Stunden auf schwachem Feuer kochen (ziehen) lassen. Die gefüllte Milz etwas binden, damit sie nicht aufplatzt. - Sie wird mit Nudelsuppe heiß gereicht oder kalt ohne Brühe gegessen.

## **Hohenloher Pfannebrätle á la „Friedrichsruhe“**

Schweinssattelstück

Spargel

Sauce Hollandaise

Pilze

Tomaten

Champignons

### **ZUBEREITUNG:**

Aus dem mageren Schweinssattelstück (Nierenstück) fingerdick geschnittene Stücke (ca. 170 g) in Mehl wenden und saftig braten. Mit Rahmsoße Übergießen, mit in Butter sautierten Champignons, Pfifferlingen und abgezogenen Tomatenwürfeln bedecken, darüber Stangenspargel mit Sauce Hollandaise anrichten.

Beigabe: Hausmacher Nudeln, die mit Butter und Bröseln abzuschmälzen sind, dazu Gartensalate.

## **Kalbslendenschnittchen Friedrichsruhe**

### **ZUTATEN:**

2 Kalbsnüsschen

1 Löffel Sauerrahm

gekochter Schinken

Champignons

2 Löffel Weißwein

### **ZUBEREITUNG:**

Zwei Nüsschen werden eingeschnitten, leicht plattiert, darauf eine Scheibe gekochten Schinken und frische Champignons, dann zuklappen und mit Holzstäbchen zustecken.

In zugedeckter kleiner Kasserolle in Butter beiderseits ohne Farbe nehmen zu lassen 3-6 Minuten (insgesamt) dünsten. Nüsschen herausnehmen, mit 2 Löffel Weißwein ablöschen und einkochen, mit 1 Löffel Sauerrahm und 1 Löffel Kraftsoße kurz durchkochen.

Lendchen in feuerfester Platte anrichten und mit der fertigen Sauce Übergießen.

Garnitur: Trüffelscheiben und Spargelspitzen

Beigabe: Spätzle, Pistazienreis, Salate der Saison

Beide Original Rezepte:

Karl Zillert, Küchenmeister, Waldhotel Friedrichsruhe bei Ohringen.

Alle Rechte vorbehalten

## Saumagen auf Biberacher Art

(für 8-10 Personen)

ZUTATEN:

1 Saumagen

21/2 kg Schweinefleisch

2 Wasserwecken

Salz

Zwiebel

Petersilie

Muskat

Pfeffer

5-6 Eier

ZUBEREITUNG:

Der Schweiinemagen (Saumagen auf schwäbisch) wird über Nacht gut gewässert und dann mit folgendermaßen zubereiteter Masse gefüllt:

Das Schweinefleisch wird durch einen feinen Fleischwolf getrieben. Die Wasserwecken (eingeweicht) gut ausdrücken. Zwiebel, Petersilie gut dämpfen. 5-6 Eier in die Masse geben, mit Muskat, Pfeffer und Salz würzen.

Den Saumagen 3 Stunden kochen, hernach anbraten. Er wird aufgeschnitten und mit Sauce serviert.

## Saure Leberle

ZUTATEN:

250-500 g Rindsleber

Salz

Zwiebel

Essig

Fett

ZUBEREITUNG:

Die kleingeschnittene Leber wird in Butter oder anderem Fett zusammen mit Zwiebeln angedämpft, dann mit Mehl überstäubt und kurz mit Essig abgelöscht. Im gleichen Moment mit Bouillon oder Wasser die Sauce ergänzen, saure Leberle werden wie saure Nierle im Schwäbischen schon zum Vesper am Vormittag, zusammen mit Brot oder Brötchen, gegessen.

## **Schwäbische Rösche**

### ZUTATEN:

250 g Kalbsgekröse  
1 Zwiebel  
Fleischbrühe  
Weißwein  
Fett

### ZUBEREITUNG:

Das Kalbsgekröse wird in feine Streifen geschnitten und mit den gewiegten Zwiebeln angeröstet, ein wenig mehlert und mit guter Fleischbrühe abgelöscht. Wenn das Gericht mit Weißwein abgeschmeckt wird, schmeckt es sehr lecker.

## **Kalbsbriesle**

### ZUTATEN:

Kalbsbries (je nach Wunsch)  
Suppengrün  
Lorbeer  
Zwiebel  
Salz

### ZUBEREITUNG:

Vor dem Kochen wird das Briesle 2 Stunden gewässert, dann enthäutet und in kochendes Wasser gegeben zusammen mit einem bouquet garni (Suppengrün), einer mit Lorbeer gespickten Zwiebel, etwas Salz. Das Briesle sollte nicht länger als 10 Minuten kochen. Herrlich schmeckt es, wenn es beim Anrichten nur mit brauner Butter Übergossen wird. So ist es eine ideale Krankenschonkost.

Man liebt es jedoch im Schwabenland auch geschnitten und paniert. Das fein herausgebackene „Briesle“ wird mit Petersilie garniert und mit Kartoffelsalat oder grünem Salat zusammen gegessen.

## **Saure Kutteln**

### ZUTATEN:

500 g Kutteln  
1 Esslöffel Mehl  
1 Esslöffel Essig  
Zitrone  
Lorbeerblatt  
Nelken  
Zwiebel

Salz

Tomaten oder Tomatenmark

#### ZUBEREITUNG:

Die vom Metzger zubereiteten Kutteln werden in ganz feine Streifen geschnitten. In der Kasserolle bereitet man eine hellbraune Mehlschwitze, gibt in die gedickte Sauce etwas Zitronensaft und einen Zitronenschnitz, der mit Nelken gespickt ist, ein Lorbeerblatt und Zwiebel. Dazu gehört reichlich Tomatenmark oder frische Tomaten. Eine Prise Salz ergänzt den Geschmack. Die Kutteln werden in der braunen Sauce weichgekocht.

Zu „sauren“ Kutteln isst man im Würtembergischen geröstete Kartoffeln.

### **Geröstete Kutteln**

#### ZUTATEN:

750 g gekochte Kutteln

1-2 Eier

50 g Fett

Salz

#### ZUBEREITUNG:

Die gekochten, feingeschnittenen Kutteln werden mit den zerquirlten Eiern vermischt und in heißem Fett, wie geröstete Spätzle, gebacken. Als Beilage eignet sich grüner Salat.

### **Reutlinger Pastete**

#### ZUTATEN:

500 g Blätterteig

zur Füllung

1. Gewürzmischung

Salz

Pfeffer

Muskat

Petersilie

Zwiebel

Semmelbrösel

2. Fleischfüllung

500 g Kalbfleisch

#### ZUBEREITUNG:

Der Blätterteig wird für eine runde Backform ausgewellt, und zwar muss Boden und Deckel gleich groß sein. Auf den Rand des Bodens werden drei ca. 3 cm breite Streifen, die jeweils mit Wasser bestrichen werden, aufeinandergelegt.

Nun wird die Gewürzmischung (Petersilie und Zwiebel fein wiegen) gut untereinander gemengt und die Hälfte auf den Blätterteigboden - die Streifen dürfen nicht belegt werden - verteilt. Hierauf legt man das in Scheiben geschnittene Kalbfleisch und dann die 2. Hälfte der Gewürzmischung. Mit Butterwürfel bestreuen und nun den Blätterteig-Deckel darauflegen. Das ganze mit Ei bestreichen, den Teig-Deckel mit Messer oder Gabel durchlöchern. Zur Verzierung die Seitenränder mit Messer oder Gabel fein einschneiden. Backzeit ca. 45 Minuten.

## **Niedernauer Kartoffeln**

### ZUTATEN:

1000 g Kartoffeln  
50 g Butter oder Palmin  
1 Ei  
1 Tasse Rahm (süß oder sauer)  
Zwiebel und Petersilie  
1 Teelöffel Salz

Die gekochten Kartoffeln werden geschält und in Würfel geschnitten. Im zerlassenen Fett wird dann die gewiegte Zwiebel und die Petersilie gedämpft. Eine kurze Weile lässt man die Kartoffeln mitdämpfen, würzt sie mit Salz und verteilt das mit Rahm verquirte Ei gleichmäßig darüber. Es darf nur kurz anziehen, damit die Kartoffeln nicht trocken werden. Sie müssen schön glänzend sein. Vor dem Anrichten bestreut man die „Niedernauer Kartoffeln“ mit Schnittlauch. Sie eignen sich als Beilage zu Braten, Gemüse und Fisch.

## **Schwäbischer Kartoffelsalat**

### ZUTATEN:

1000 g Kartoffeln  
1 Esslöffel Essig  
1-2 Eßlöffel Öl (oder etwas mehr)  
etwas Fleischbrühe  
Zwiebel  
Salz  
Muskat  
etwas Speck

### ZUBEREITUNG:

Die gekochten, noch warmen Kartoffeln werden in feine Rädchen geschnitten. Dazu gibt man Essig, Öl, feine Speckwürfelchen, feingeschnittene Zwiebel, würzt mit Salz, Muskat, etwas Pfeffer, und mengt alles untereinander. Der Salat sollte einige Zeit stehen, denn er zieht die Zutaten ein. Vor dem Anrichten nochmals prüfen, dann eventuell etwas

warme Fleischbrühe oder Wasser oder Öl unterziehen, bis er schön feucht ist.



## Wildgerichte

### Rehrücken Schwarzwälder Art

#### ZUTATEN:

Rehrücken, je nach Bedarf

Speck (Schwarzwälder)

Salz

1/8 Liter ungesüßte Sahne

Kognak

Pfeffer

Zimt

Zitrone

Pilze (Morcheln, Steinpilze, Champignons)

#### ZUBEREITUNG:

Ein junger Rehrücken wird mit frischem, zartgeräuchertem Schwarzwaldspeck gespickt. In einer Kasserolle mit Speckwürfel, Butter und Wurzelwerk gebraten und nach etwa 15-20 Minuten mit einem Schuss Kognak abgelöscht und noch kurze Zeit in der Kasserolle gelassen. Dann wird der Rehrücken herausgenommen, der Fond passiert, mit Sahne aufgegossen, mit Salz, Pfeffer, Stangenzimt und Zitrone abgeschmeckt.

Der Rücken kommt nun wieder in die Kasserolle und wird mit Morcheln, Steinpilzen und Champignons, der fertigen Sauce und den Beilagen, handgemachten Spätzle und Preiselbeeren, serviert.

Rezept: Ernst Luz, Hotel Waldlust, Freudenstadt

## **Rehmedaillon**

ZUTATEN:

250 g Rehrücken pro Person  
Saure Sahne  
Rotwein  
Salz  
Pfeffer  
Preiselbeeren

ZUBEREITUNG:

Der Rehrücken wird mit Portionen von 250 g pro Person ausgelöst. Der Strang von Sehnen und Haut befreit und in ca. 2 cm dicke Scheiben geschnitten. Die Medaillons werden mit Salz und Pfeffer gewürzt und vorsichtig gebraten (rosarot). Dann in eine feuerfeste Schale gelegt.

Der Bratenfonds wird in der Pfanne mit Rotwein abgelöscht und mit Sahne abgezogen und mit Gewürz und etwas Preiselbeeren vollendet.

Als Beilage reicht man Spätzle und Preiselbeeren. Sehr gut schmecken dazu auch gebackene Bananen und Ananas.

## **Rehrücken „Fürsterin“**

(für 1 Person)

ZUTATEN:

250 g Rehrücken  
30 g Leber  
50 g Speck  
Champignons und Pfifferlinge  
1/2 Tomate  
Butter

ZUBEREITUNG:

Den Rehrücken mit Gewürzsalz einreiben, in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze zartrosa braten. Zu der „Fürsterin-Garnitur“ bereitet man 30 g feingeschnittene Leber und feingeschnittenen Speck, Champignons und Pfifferlinge vor, gibt alles in eine Pfanne mit Butter, würzt mit Gewürzsalz und gibt es über den Rehrücken.

Im Fonds der Kasserolle des Rehrückens hat man eine schöne Rotweinsauce zubereitet, und nun wird das „Fürsterin“-Gericht mit Spätzle, verschiedenen Salaten und Preiselbeeren serviert.

Rezept: Küchenmeister Adolf Raffln, Hotel „Buchhorner Hof“, Friedrichshafen

## **Wildgeschnetzeltes „Hubertus“**

(für 1 Person)

ZUTATEN:

160 g Rehfleisch

etwas Champignons und Pfifferlinge

1/2 Tomate

ZUBEREITUNG:

Das Rehfleisch in feine Scheiben schneiden, dazu die Champignons, Pfifferlinge und die in Würfel geschnittene Tomate geben, mit Gewürzsalz abschmecken und in der Pfanne bei schwacher Hitze gut anbraten. Mit Kognak ablöschen und in einem runden Topf anrichten. - Dazu gehört eine dicke Rahmsauce, die eventuell mit etwas Curry gewürzt werden kann.

Als Beilage schmecken handgemachte Spätzle, Salat und Preiselbeeren.

Rezepte: Küchenmeister Adolf Raffin, Hotel „Buchhorner Hof“, Friedrichshafen

## **Hasenrücken „Hofmeister-Art“**

(für 1 Person)

ZUTATEN:

250 g Hasenrücken

30 g Leber

Champignons

1/2 Tomate

ZUBEREITUNG:

Der Hasenrücken wird mit Gewürzsalz eingerieben und bei mittlerer Hitze in der Pfanne zart rosa gebraten.

Zu der „Hofmeister-Garnitur“ verwendet man etwas Kräuterbutter, 30 g feingeschnittene Leber, Champignons, 1/2 Tomate in feine Würfel geschnitten und gibt das Ganze in eine Pfanne mit Butter. Mit Gewürzsalz schmeckt man ab und gibt dem Gericht mit einem halben Glas Kognak einen letzten eleganten Feingeschmack.

Als Beilage eignen sich Spätzle, Salate, eine Rahmsauce und Preiselbeeren.

Rezepte: „Buchhorner Hof, Friedrichshafen. Ges. gesch.

## **Hase mit Schwarzwälder Speck**

ZUTATEN:

1 abgehängter, gut gehäuteter Hase

100-300 g Schwarzwälder Schinkenspeck

Thymian

Paprika  
1/4 Liter Rotwein Madeira  
200 g Schwarzbrotbrösel  
Salz  
1/2 Liter Fleischbrühe  
Saft einer Zitrone

#### ZUBEREITUNG:

Eine feuerfeste Form wird mit Schwarzwälder Speck ausgelegt. Den Hasen in Portionsstückchen teilen, einschichten: Hasenfleisch, Gewürze, die mit Rotwein und Madeira getränkten Brösel, wieder Speckscheiben, Hasenfleisch usw. Mit Speck abschließen. Zitronensaft und den Weinrest aufgießen und die Form mit einem einfachen Mehl-Wasser-Teig abdichten. In 70-90 Minuten ist das Gericht gar. Es wird erst am Tisch geöffnet und bietet dann eine glänzende Überraschung.

## Wildschwein-Goulasch

(für 4 Personen)

#### ZUTATEN:

1 kg Wildschweingoulasch (Hals und Bug)  
1 kg Zwiebeln  
Rotwein  
Kümmel  
Tomatenpüree  
Paprika  
Saure Sahne

#### ZUBEREITUNG:

500 g in Scheiben geschnittene Zwiebeln werden in Fett goldgelb gedünstet. Das überflüssige Fett wird abgeschüttet. Die Zwiebel mit 1/2 Esslöffel Paprika papriziert. Man gibt 2 Esslöffel Tomatenpüree hinein. Dann wird das gesalzene, in ca. 4 cm starke Würfel geschnittene Wildschweinfleisch dazugegeben und sofort mit Rotwein abgelöscht. (Der Rotwein muss das Fleisch bedecken.) 2 Knoblauchzehen werden mit Salz verrieben und dazu gibt man gemahlenen Kümmel (1 Kaffeelöffel). Das Fleisch wird unter Umrühren bis zum Garwerden geschmort. Die Sauce wird mit saurer Sahne legiert.

Rezept: Sonne-Post-Wirt, Murrhardt

## Fasan „Winzerin“

(für 1 Person)

#### ZUTATEN:

1/2 Fasan, ca. 450 g

40 g Speck  
etwas Butter  
20 g Mandeln  
10-20 Weintrauben  
gehackte Kirschen  
1 Scheibe Weißbrot  
Kognak  
ZUTATEN für Ananaskraut  
200 g fertiges Sauerkraut  
1 Scheibe Ananas

#### ZUBEREITUNG:

Der halbe Fasan wird in Butter gebraten (siehe anderes Geflügel) und auf einer Silberplatte angerichtet. Inzwischen fertigt man die „Winzerin-Garnitur“ an aus feinen Speck-Streifen, die in die Pfanne mit Butter gelegt werden. Die gehackten Mandeln, 5-10 halbierte Weintrauben, ebenso die gehackten Kirschen und eine Scheibe Weißbrot, in feine Streifen geschnitten, werden hinzugefügt. Alles wird mit Gewürzsalz abgeschmeckt und mit einem halben Glas Kognak abgelöscht. Die „Winzerin-Garnitur“ wird über den Fasan gegeben und das Gericht warm gestellt.

Inzwischen hat man Ananaskraut und Sahnpüree gekocht.

Das fertige Sauerkraut, das mit etwas Ananassaft und 1/2 Scheibe Ananas warm gemacht wird, garniert man mit einer Scheibe oder je nach Belieben mehr Ananas und einigen Kirschen.

Rezept: Küchenmeister Adolf Raffin, Hotel „Buchhorner Hof“, Friedrichshafen



## Schwäbisches Vesper - eine Zeremonie!

Was ein richtiger Schwabe ist (aber auch andere haben es als angenehmen Brauch schon übernommen), der braucht in den Morgenstunden, so zwischen 9 und 10 Uhr, sein Vesper. Am späten Nachmittag vollzieht sich noch einmal die feierliche Handlung des Vespers - bei der man einen Schwaben möglichst nicht stören sollte, sonst wird er „wild“. Er mag nicht viel dabei reden, denn mit diesem „Vesper“ vollzieht sich ein Akt der Ruhe, der Besinnung und Überlegung. Man sinniert über die Tagesarbeit nach und lässt sich's nach fleißigem Tun richtig schmecken. Die Schwaben sind ja bekannt als recht arbeitsame Leute - aber ihr Vesper darf man ihnen nicht nehmen.

So sagte auch der Maurermeister Ruckgäbele, als er seinen Backsteinkäs auf das Gerüst legte und sah, dass er schon langsam davonlief. Er stemmte die Arme in die Hüfte und sprach: „Also von mir aus kasch jetzt om da ganze Bau romlaufe ond alles agucke, aber am neune, zum Vesper bisch wieder dö!“

Natürlich kommt der Brauch des gemütlichen Vespers aus einer Zeit, in der man tatsächlich noch Zeit hatte. Handwerker, Bauern, selbständige Leute setzen sich zu Hause oder in ein Wirtschaften und packen ihr Vesper aus, das sie ganz frisch vom Metzger und Bäcker geholt haben, oder sie fragen die Hausfrau oder die Wirtin: „So, ond was hot mr heut zum veschpra?“

Alsdann wäre zur Auswahl:

- Ripple ond Knöchle
- Öhrle ond Schwänzle vom Schwein
- Züngle in der Brühe
- Saure Niera und Leberle oder ein Teller-Rostbraten mit Zwiebel und Brot
- Ochsenfleisch auf dem Teller
- Schwartemage und Leberkäss'
- Saitenwürstle und Peitschenstecken (Landjäger)
- Ochsenmaulsalat
- Schwarze Wurst in Essig und Öl mit Zwiebeln

Schinkenwurst  
Weiße Preßwurst  
Leber- und Griebenwurst kalt  
Schwarzwälder Rauchfleisch  
Tellersulz auf schwäbische Art zubereitet

Und natürlich eine Reihe bekannter Wurstsorten, die aber nicht ausgesprochen schwäbisch sind.

Man schätzt auch Kräuterkäs mit Butter oder einen Allgäuer Rahmkäse.

Dazu isst man frische Laugenbrezeln, Laugenwecken oder andere typische Brötchen, wie Kimmicher, Salzwecken, Doppelwecken. Und natürlich darf dazu ein gutes Viertele oder ein Most nicht fehlen.

Man genießt diese Stunde, und wer still beobachtend in einem der vielen gemütlichen Lokale im Schwabenland sitzt, ahnt etwas von einem Ritus, der dieser Mahlzeit inne wohnt. Nun, für die Hausfrau mag dieses Kapitel nur eine Ergänzung ihrer gastronomischen und lukullischen Vervollkommnung sein. Man kann diese Wurstsorten nicht selbst herstellen. Aber man kann Ochsenmaulsalat und Tellersülze selbst machen. Diese Darstellung einer schwäbischen „Vesper-Zeremonie“ soll als Anregung gedacht sein, vielleicht für eine Einladung, mal ein original-schwäbisches Vesper zu arrangieren.

Rauchfleisch und Peitschenstecken kann man sich schicken lassen. Öhrle, Schwänzle, Ripple und alles andere kauft man beim Metzger und richtet es hübsch an. Sehr geeignet sind die Vesperbrettle zu einem solchen Gericht, und wenn man als Abschluss noch einen guten Schwarzwälder Kirsch, ein Zwetschgenwasser oder einen Heidelbeergeist oder Himbeergeist serviert, ist das eine abgerundete Sache.

## **Schwäbische Sulz**

Kalbsfüße und Schweinsohren langsam kochen.

Der gut eingedickte Sud wird dann über diverse Fleischstücke wie Öhrchen, Schwänzchen, Schweinefleischscheiben und Kalbfleischscheiben, Gelbe Rüben, Essiggurken und Eischeiben gegossen.

Man muss beachten, dass das Fett vom kalten Sud abgenommen wird. Mit Essig abschmecken.

Die Sulz lässt sich mit Phantasie hübsch garnieren. Sie wird kalt serviert und ist bei abendlichen Einladungen ein willkommenes Gericht. Für die Hausfrau ideal, da es vorher zubereitet werden kann.

## **Ochsenmaulsalat**

Das rein geputzte, in Salzwasser sehr weich gekochte Ochsenmaul wird, solange es noch warm ist, ausgebeint, dann bis zum Erkalten leicht gepresst. Man schneidet das Ochsenmaul in feine Scheiben, bestreut es

mit Salz, Pfeffer, feingeschnittenen Zwiebeln und mischt es mit Essig und Öl untereinander.

# Kräftige, schmackhafte Hohenloher Gerichte

Am besten erkennt man den Geschmack des Volkes bei seinen Festen. Bei den Hochzeiten im Schlosser- und Burgenland Hohenlohe gibt es eine Speisenfolge, die seit Generationen feststeht: Suppe, Meerrettich mit Beilagen und gesottenem Fleisch, Schweine- und Rinderbraten mit selbstgemachten breiten Nudeln und Salat. Als Dessert: Weincreme mit Kuchen. Übrigens nicht nur ein Hochzeitsessen, sondern ein schmackhaftes, reichhaltiges, kräftiges kleines Festessen für viele Gelegenheiten. Die bäuerlichen Feste in Hohenlohe bieten Szenen nach Breughelschem Vorbild. Bei der Kirchweih gibt es dieselben Mahlzeiten, nur dass noch eine Unmenge Kuchen, die „Blätz“ gebacken werden. Hundert solche Blätz auf einem großen Hof waren früher keine Seltenheit, sie wurden gegessen und im Dorf verteilt, Pfarrer und Schulmeister hatten mitunter bis Februar an diesen „Blätzten“.

Zu Weihnachten werden „Zuckerdoggeli“ gebacken. Also süßes Kleingebäck in Modeln. Die Buben bekommen Reiter, die Mädchen Puppen. Eine besondere Art des Weihnachtsgebäckes heißt „Zeltlich“, z. B. „Quittenzzeitlich“, es ist ein Schaumgebäck - und auch die berühmten „Wibele“ hießen ursprünglich „Geduldzeitlich“

## Meerrettich á la Hohenlohe

### ZUTATEN:

frischer Meerrettich  
altbackenes Weißbrot  
Fleischbrühe  
Salz  
Pfeffer  
Muskat  
Butter  
einige Esslöffel Mehl  
Zwiebel  
1 Eigelb

### ZUBEREITUNG:

Der Meerrettich, der in den Hohenloher Bauerngärten wächst oder von Meerrettichmännern ins Haus gebracht wird, ist ideal für dieses echte Hohenloher Gericht. Zunächst wird der frische Meerrettich fein gerieben. Das altbackene Weißbrot (kein Weckmehl) wird in Fleischbrühe aufgekocht. Inzwischen lässt man die Butter in der Pfanne zerlaufen, gibt einige Esslöffel Mehl dazu und löscht dann mit kalter Milch ab. Dazu gibt

man nun Zwiebel, Salz, Muskat, den Meerrettich mit der Fleischbrühe und lässt alles zusammen garkochen. Am Schluss wird das Eigelb unterzogen.

Dieser „Meerrettich á la Hohenlohe“ ist der Bestandteil jedes Festessens im Hohenloher Land. Man reicht ihn zum gesottenen Fleisch, zusammen mit süß-sauren Gurken und Johannisbeeren und anderen Beilagen, wie Salaten, Kartoffeln usw.

## **Hohenloher Bounzelich**

### ZUTATEN:

Kalte gekochte Kartoffeln

2 Eier

Mehl

Milch

Pfeffer

Salz

### ZUBEREITUNG:

Die kalten, gekochten Kartoffeln werden gerieben, mit Eiern, Mehl, Milch, vermischt, mit etwas Salz und Pfeffer gewürzt. Der so gewonnene Teig wird in den Händen zu kleinen Bällchen geformt und in der Pfanne mit Schmalz gebacken.



## Leckere Fischgerichte aus Baden- Württemberg

Zum abgerundeten Bild der schwäbischen Küche gehört auch der Fisch. Die Gewässer Baden-Württembergs bieten hervorragende Edelfische, die zu den Feinschmecker-Leckerbissen des Landes gehören. So spenden die klaren Flüsse und Bäche des Schwarzwaldes vor allem die köstlichen Forellen, während der Bodensee berühmt ist für seine Felchen, den Kretzer, die Trüsche und auch den Zander. Aus der Donau fischt man vorwiegend die Lachsforelle, den Hecht und den Huchen, wie die Asche aus der Iller vorzüglich mundet. Die Bäche und Flüsschen des Schwäbischen Waldes offerieren herrliche Forellen, den Aal und da und dort auch Krebse. Auch im Hohenloher Burgenland spenden die Flüsse Aale, Forellen und andere Fische. Den fettesten, aber köstlich mundenden Brocken, den Weller oder auch Wels genannt, fischt man aus den Moräneseen Oberschwabens, hauptsächlich aus dem Federsee. Neben diesen ausgesprochenen Edelfischen gibt es natürlich allenthalben in Württemberg Karpfen, Schleien, Barben, Barsche und andere Sorten, die, sind sie gut zubereitet, ein leckeres Mahl versprechen.

### Schwarzwaldfiorelle blau

#### ZUTATEN:

- 1 Forelle
- Essigwasser
- Zwiebel
- Nelken
- Zitrone
- Butter (je nach Wunsch)
- gekochte Kartoffeln

#### ZUBEREITUNG:

In leichtem Essigwasser, in das Zwiebelringe, Nelken, vielleicht ein Schuss Weißwein gegeben wurde, lässt man die Forelle ungefähr 15 Minuten ziehen.

Zu diesem wunderschönen Essen reicht man entweder Salzkartoffeln, gekochte Kartoffeln oder die „Niedernauer Kartoffeln“, dazu zerlassene, hellbraune Butter. Dazu trinkt man einen schönen trockenen Riesling.

## **Forellenröllchen á la „Sonne-Post“**

(für 4 Personen)

ZUTATEN:

4 frische Forellen  
10 Stangen Spargel  
160 g Butter  
4 Eigelb

ZUBEREITUNG:

Frische Forellen werden entgrätet, plattiert und mit Salz und Zitrone gewürzt. In die Forellen werden je 2-3 Stangen Spargel eingewickelt.

Ein Cromargangeschirr wird mit Butter ausgestrichen, die Forellenröllchen hineingelegt, mit etwas Weißwein begossen, ungefähr so, dass die Röllchen halb bedeckt sind. - Die Forellen mit Butterpapier abdecken und langsam 10 Minuten dünsten. Die Forellenröllchen werden herausgenommen und abgekühlt. Der Fonds wird mit 4 Eigelben aufgeschlagen und hernach werden 160 g Butter unterzogen und über die Röllchen passiert. Dazu reicht man Petersilienkartoffeln.

Rezept: H. Bofinger, „Sonne-Post“, Murrhardt

## **Donaulachsforelle**

ZUTATEN:

1 Forelle  
Salz  
Pfeffer  
Zitrone  
Mandeln  
Butter

ZUBEREITUNG:

Die Donaulachsforelle ist ein sehr edler schmackhafter Fisch, der ob seines rosefarbigen Fleisches sehr beliebt ist. Berühmt für seine ist das „Hotel Kleber-Post“ in Saulgau. Ein Hausrezept des Küchenchefs veröffentlichen wir hier mit seiner freundlichen Erlaubnis. Die Lachsforelle wird mit etwas Pfeffer, Salz und Zitrone gewürzt und in Butter gebraten, wobei halbierte, leicht angeröstete Mandeln mitgebraten werden. Dazu reicht man Kartoffeln und einen aromatischen Weißwein.

## **Bodenseefelchen „Müllerin Art“**

ZUTATEN:

1 Felchen pro Person  
Butter

Salz  
Zitrone  
Pfeffer

#### ZUBEREITUNG:

Der Felchen wird gepfeffert und gesalzen, mit Zitrone gewürzt und leicht mit Mehl gestaubt, dann in Butter gebraten. Mancherorts wird zum Schluss die braune Butter mit etwas Jus abgeschmeckt. Zum Felchen „Müllerin-Art“ reicht man Salzkartoffeln.

### **Hecht, Badische Art**

#### ZUTATEN:

1-2 kg Hecht  
Zwiebel  
1 Esslöffel Butter  
3/4 Liter saure Sahne  
50 g Schwarzwälder Speck  
Parmesankäse

#### ZUBEREITUNG:

Den Hecht reinigen und in der Mitte spalten. Dann die Gräten entfernen, abtrocknen und salzen. Der Fisch wird 45 Minuten stehengelassen, dann trocknet man ihn nochmals ab und gibt ihn in eine mit Butter bestrichene Pfanne. Der Hecht wird nun mit feingehackten Zwiebeln, Schwarzwälder Speckwürfel, Parmesankäse und Panierbrot bestreut. Dann gießt man zerlassene Butter und etwa 3/4 Liter saure Sahne über den Fisch. Im heißen Ofen lässt man den Hecht langsam garbacken und gießt die Sahne beim Anrichten um den Fisch.

### **Aal in Dillsauce**

ZUTATEN:  
Aal  
Butter  
Salzwasser  
Dill

#### ZUBEREITUNG:

Der abgezogene Aal wird in Stücke geschnitten, leicht gesalzen und dann in Salzwasser mit einem Schuss Essig gekocht. Aus dem Fischsud wird eine Buttersauce gemacht, der reichlich Dill beigegeben wird. Dazu reicht man Salzkartoffeln.

## **Aal in Salbei**

### **ZUBEREITUNG:**

Der frische Aal wird abgezogen und in ca. 6-8 cm lange Stücke geschnitten, mit Salz gewürzt, mehiliert und in goldgelber Butter langsam ca. 15-20 Minuten gebraten. Etwa 5 Minuten vor dem Garwerden fügt man frische Salbeiblätter hinzu und dreht nach 2 Minuten den Aal so, dass er auf die Salbeiblätter zu liegen kommt. Dabei sollte man darauf achten, dass der Hitzegrad so gehalten wird, dass die Salbeiblätter zwar rösch, aber noch grün sind. Wer einen leckeren Aal servieren möchte, muss ihn in einer feuerfesten Schale anrichten und mit Salbeiblättern belegen und dann heiß auf den Tisch bringen.

Nach dem reichlich fetten Aal empfiehlt sich ein „Schwarzwalder Kirschwasser“!

## **Trüsche in Bierteig gebacken**

### **ZUTATEN:**

Bodensee-Trüsche  
Bierteig

### **ZUBEREITUNG:**

Man stellt einen leichten Pfannkuchenteig her, für den anstelle von Milch Bier als Flüssigkeit verwendet wird. In diesem Bierteig wendet man die Trüsche und bäckt sie in Butter goldgelb heraus. Die Trüschenleber ist ein hervorragender Leckerbissen, den bereits die Römer zu schätzen wussten und vom Bodensee kommen ließen. Sie wird daher extra gebacken und dem Gericht beigelegt.

## **Weller á la Federsee**

### **ZUTATEN:**

Weller (oder Wels genannt)  
(pro Person ca. 250-300 g)  
süße Sahne  
Kognak  
Butter

### **ZUBEREITUNG:**

Der Weller wird in Butter gedämpft, nachdem er mit Salz und einigen anderen Gewürzen vorbereitet wurde. Am Tisch übergießt man den Fisch mit süßer Sahne und flambiert ihn mit Kognak.

## **Weller „Marguerite“**

### ZUBEREITUNG:

Der Weller wird mit Salz, Pfeffer und Safran gewürzt und mit Zwiebelringen, etwas Karotten und Kerbel in Butter gedämpft. Dazu gibt man Muscheln und Krebsschwänze, überstreut den Fisch mit geriebenem Käse und überbackt ihn jetzt goldgelb.

## **Weller á la Kleber-Post**

### ZUBEREITUNG:

Der Weller wird mit Butter angebraten, dazu gibt man Scampi hinein und gibt Sauce Bearnaise darüber. Das Ganze wird gratiniert und mit neuen Kartoffeln serviert.

Die Weller-Rezepte stammen aus der „Kleber-Post“ in Saulgau, wo man die Weller-Gerichte in der Saison (Mai) besonders pikant genießt.

## **Lachsforelle kalt „Gärtnerin-Art“**

auf pikantem Gemüsesalat mit Sc. Tatare (Sc. Tatare = Remoulade mit etwas Tomatenketchup und Paprika).

## **Zanderfilet „Helder“**

Zanderfilet in Kräuterbutter braten mit Sc. Bernaise und grillierter Tomate servieren.

Beigabe: Schwenkkartoffeln.

## **Hechtschnitte „Stroganoff“**

Hechtschnitte in Würfel schneiden, pikant würzen, in der Pfanne scharf anbraten unter Beigabe von Champignons, Spargel- und Tomatenwürfel. Das ganze mit Kognak ablöschen.

Beigabe: Butterkartoffeln und Salat.

# **Spargelgerichte, lecker und pikant**

Zur Spargelsaison setzt ein wahrer Pilgerstrom nach Oberschwaben ein, um in der „Kleber-Post“ in Saulgau oder im „Rad“ in Tettnang Spargel-Spezialitäten zu kosten. Den Radwirt Hugo Eberhardt hat man längst zum „Oberspangler von Oberschwaben“ und zum auserkorenen „Spargelkönig“ ernannt, da er mehr als 50 verschiedene Spargelgerichte täglich auf seiner Spezialkarte offeriert. Sicher sind internationale Spargelgerichte auch anderwärts bekannt, vielleicht kann die Küchenfee doch dies oder jenes aus unserem Büchlein neu dazulernen. Wir würden uns freuen, wenn es Ihnen gelänge.

## **Spargel-Grundrezept**

ZUBEREITUNG:

Die Spargel werden grundsätzlich in einem leicht gesalzenen Wasser garkocht. Und nun kann man zu zaubern beginnen!

## **Spargel Waidmannsart**

Der Spargelbruch wird in Essig und Öl gebeizt, kaltgestellt und mit geschnittenem Schübling (bekannte Schweizer Wurst) vermischt. Man kann aber auch Schinken oder vielleicht Schützenwurst nehmen und darunter Champignons mischen.

## **Spargel Pompadour**

Die Spargel werden mit gehacktem Eigelb, Essig und Öl, Salz und Pfeffer, alles zum Selbstwürzen, auf den Tisch gebracht.

## **Spargel ideale Art**

Die Spargel werden mit Tomatenbutter gemischt und erhalten dadurch ein feines Aroma.

## **Spargel mit Schokoladensauce**

Die kalten Spargel werden kleingeschnitten, wenig gesalzen und mit bitterer heißer Schokoladensauce übergossen. Schmeckt hervorragend.

Dieses Spargelkapitel könnte man beliebig fortsetzen mit den raffiniertesten Kombinationen für Gourmets. Da gibt es Spargel mit Orangensaft, Spargel in Essig und Öl heiß oder kalt, Spargel Aurora mit Krebsbutter, Spargel mit Käsesauce, auf amerikanisch und portugiesisch.

## **Beilagen zu Spargel**

Einige Variationen, die vielleicht im Schwäbischen Üblich sind, sind „Spargel mit Schwarzwälder Rauchfleisch“, Spargel mit Forelle blau, gebacken oder Müllerin Art, Forelle mit „Schwarzwälderle“ vom Grill oder mit Ripple und Rostbraten. Natürlich isst man hier die Spargel auch mit Schinken, Eiern, Hirschschenkel und Wildschweinschinken.

## **Spargeltoast nach Art des Ratskellerwirts**

Zwei Toastscheiben werden mit zwei kleinen Toumedos und Stangenspargel belegt, mit etwas gebräunten Schinkenscheiben und Champignonköpfen garniert. Darüber gibt man Sauce Bearnaise.

## **Spargeltoast „Ratskellerwirtin“**

Zwei Toastscheiben werden mit gebratenen Kalbsleberscheiben und Stangenspargel belegt, dazu gibt man Apfel- und Ananasscheiben. Das Ganze wird in einer Eihülle nochmals überbacken.

## **Spargelcocktail „Schwarzwald“**

Magere Rippchen werden in kleine Würfel geschnitten und mit Champignonköpfen unter die Majonäse gemengt. Der Spargelcocktail wird mit einem ordentlichen Schuss „Schwarzwälder Kirschwasser“ abgeschmeckt und eisgekühlt in hohen Gläsern serviert.

Alle Rezepte: Hanns Holt, Stuttgarter Ratskeller, ges. gesch.

# **Hopfensprossen-Gerichte**

In den Monaten März-April ist die Hopfensprossen-Saison. Feinschmeckern ist es bekannt, dass die feinen Sprießlinge des Hopfens eine Spezialität von außergewöhnlicher Köstlichkeit sind, die zu den verschiedenartigsten lukullischen Verwandlungen reizen.

Der Radwirt in Tettnang ist einer der größten Kenner und Könner in der von Hopfensprossen- und Spargelgerichten. In seinem Hotel gibt es eigens eine Spezialkarte für Hopfensprossengerichte.

Einige dieser lukullischen Spezialitäten haben wir für Sie herausgepickt, mit freundlicher Genehmigung des Küchenchefs Hugo Eberhardt.

Die Hopfensprossen müssen von Fachleuten gesammelt werden. Sie sind in Hopfengegenden erhältlich.

## **Grundrezept für Hopfensprossen**

### **ZUBEREITUNG:**

Die Hopfensprossen werden generell, wie Spargel, in einem leichten Salzwasser gekocht. Die Variationen ergeben sich aus der besonderen Art der weiteren mit verschiedenen Zugaben.

## **Hopfensprossen in Flädle**

Die gekochten Hopfensprossen werden in ein dünnes Flädle gewickelt und mit Buttersauce übergossen.

## **Hopfensprossen Freiburger Art**

Über die Hopfensprossen gibt man geriebenen Käse und braune Butter.

## **Hopfensprossen Waidmannsart**

Die Hopfensprossen werden bebeizt und kalt mit geschnittenem Schiibling (rote Wurst) oder Schinken und Champignons serviert.

## **Hopfensprossen in Trüffelsauce**

und geschlagenem Rahm mit Schinkenstreifen.

## **Hopfensprossen Wilderer Art**

Sie werden mit schwarzem Rehgoulasch vermengt und mit Rührei gereicht.

## **Beilagen zu Hopfensprossen:**

Zu den Hopfensprossen können folgende Beilagen gereicht werden:  
Schinken, Rauchfleisch, Lachsschinken, Wildschweinschinken, Harte Eier, Omelette, Rühreier, Beefsteak, Ripple, Kalbsschnitzel, Frankfurter Würstchen.



# Schwäbische Speisekarte

Der wo ons möcht kenna lern a,  
Onser Wese will erfassa,  
Der muass mit ons zammasetza  
Ond mit ons sich schmecka lassa:  
Knöchla  
Sauerkraut ond Spätzla  
Mutschla, Sääla  
Kipf ond Brezla  
Hutzelbrot  
ond Laugawecka  
Schwartamaga  
Peitschastecka  
Gaisburger Marsch  
ond viel Salätla  
Pitzauf, Zemmetstern  
ond Flädle  
Metzelsupp  
ond Zwetschgaschnitzla  
Schneiderfleck  
ond Buabaspritzla  
Guatsla  
Hefakranz ond -zöpfla  
Fasnetküechla  
Gsälz ond Knöpfla  
Streuselkuacha  
Supp ond Sooss  
Maultascha, Dampfnudla  
Riesagroß!  
Guglhopf  
Sprengerle ond Waffla  
Leber-, Bachstoi'-, Luckeleskäs  
Alles dees, en Abstand gnossa,  
Ist ons Schwöba artgemäß.

Friedrich E.Vogt

# Gesalzene Mehlspeisen

## Schupfnudle, Bauchstecherle, Wargelnudeln

Die Schupfnudeln stammen aus dem Württembergischen, und sie haben deshalb im Volksmund allerlei Necknamen und Bezeichnungen. So nennt man sie in Leutkirch im Allgäu „Wargelnudeln“, woanders wieder „Wampenstecher“ oder „Bauchstecherle“. Diese letzte Bezeichnung sollen die „Bauchstecherle“ niemand Geringerer als dem Maler Carl Spitzweg verdanken. Danach klebte Spitzweg, der eine Vorliebe für das Gericht hatte, in das Kochbuch neben sein geliebtes Rezept einen Stich: Zwei fechtende Edelleute, von denen einer dem andern mit dem Degen einen Stich in den Bauch versetzt.

Ganz verschmitzt hört man auch noch die ältere Generation im Württembergischen zu den Kartoffelnudeln sagen: „So, heut' gibt's Buabaspitzle!“

Für das gute Gelingen ist es wichtig, dass die Kartoffeln gekocht, geschält und möglichst noch heiß durch die Presse gedrückt werden.

### Schupfnudeln

(für 4 Personen)

#### ZUTATEN:

500 g alte gekochte Kartoffeln

2 Eier

4 Esslöffel Mehl

Salz

Muskat

#### ZUBEREITUNG:

Kartoffeln durch die Presse drücken. Mit Mehl, Salz, Muskat und Eiern zu einem festen Teig kneten. Davon fingerlangen Röllchen, im Schwäbischen sagt man „Wargele“, formen. In 2 Liter kochendes Salzwasser geben. Etwa 5 Minuten lang - bis sie oben schwimmen - ziehen fassen. Herausnehmen, abtropfen lassen. Die nackten Schupfnudeln isst man zu Sauerkraut oder Braten.

Gebackene Schupfnudeln werden in rauchheißen Fett herausgebacken und zu grünem Salat, eingemachtem Obst oder Apfelkompott gereicht.

### Allgäuer Schupfnudeln

(für 4 Personen)

#### ZUTATEN:

250 g Mehl  
1 Ei  
2-3 Eßlöffel heißes Wasser  
1 Teelöffel Salz  
2-3 Liter Salzwasser zum Kochen  
30-40 g Fett zum Rösten

#### ZUBEREITUNG:

Mehl, Salz, Ei und heißes Wasser verarbeitet man zu einem festen Teig. Auf dem Nudelbrett werden mit wenig Mehl und mit der Hand feine Schupfnudeln (Würstchen) geformt. Diese lässt man in kochendem Salzwasser einmal aufkochen und gießt sie ab. Mit kaltem Wasser abschrecken. Nach dem Abtropfen werden sie in rauchheißen Fett geröstet.

### Bauchstecherle

(für 4 Personen)

#### ZUTATEN:

500 g Kartoffeln (gekocht und geschält)  
2 Eier  
4 Eßlöffel Mehl  
Salz  
Muskat

#### Zur Sauce

1/4 Liter Fleischbrühe  
2 Eßlöffel Stärkemehl  
1/8 Liter kalte Milch  
etwas Fett  
200 g Fleischwurst  
2 Eßlöffel Zwiebelwürfel  
1 Teelöffel gehackte  
Petersilie  
2 Eßlöffel Tomatenmark  
100 g geriebener Käse

#### ZUBEREITUNG:

Die Kartoffeln werden möglichst heiß durch eine Presse gedrückt, dann mit Mehl, Salz, Muskat und den Eiern verrührt. Fett in der Pfanne zerlaufen lassen. Die in kleine Würfelchen geschnittene Wurst, Zwiebeln und Petersilie darin andünsten, und dann unter die Kartoffelmasse mischen. Auf dem Nudelbrett werden mit der Hand fingerlange Röllchen geformt, die kleinen „Bauchstecherle“. Sie werden in kochendes Salzwasser gegeben

(nicht zuviel auf einmal), und dann etwa 5 Minuten zum Ziehen darin gelassen. Die „Bauchstecherle“ nimmt man heraus, lässt sie abtropfen. Inzwischen hat man eine Sauce zubereitet: 1/4 Liter Fleischbrühe lässt man aufkochen, und gibt ein mit Milch angerührtes Stärkemehl und 2 Esslöffel Tomatenmark hinein. Das Ganze lässt man ein paar Minuten kochen. Die „Bauchstecherle“ werden in eine feuerfeste Form gegeben, die Sauce darübergegossen und mit geriebenem Käse überstreut. Dieses Gericht wird im heißen Ofen etwa 20 Minuten lang überbacken. Als Beilage eignet sich grüner Salat.

## **Biberacher Pfannen-Dünnett**

### **ZUTATEN:**

Dünner Pfannkuchenteig  
grüne Zwiebelrörchen  
Kräuterkäse  
Butter

### **ZUBEREITUNG:**

Sehr dünn herausgebackene Pfannkuchen (Flädle) werden auf einer Seite goldgelb gebacken, gedreht und dann mit folgender Fülle belegt:

Grüne, junge Zwiebelrörchen werden in 1/2 cm große Stückchen geschnitten, in Butter etwas angedämpft und dann mit Salz, geriebenem Kräuterkäse und Butterflöckchen auf den Pfannkuchen gegeben. Die „Pfannen-Dünnet“ wird aufgerollt und heiß angerichtet. Ein rezentes, pikantes Pfannkuchengericht, zu dem grüner Salat gut schmeckt!

Zur guten Bekömmlichkeit sei hernach ein „Zwetschgenwasser“ oder „Himbeergeist“ empfohlen.

## **Schwäbischer Nudelauflauf**

### **ZUTATEN:**

500 g Nudeln  
5 Eier  
dasselbe Flüssigkeitsquantum Milch  
etwas Satz  
250 g Schinken oder Schwarzwälder Rauchfleisch  
1 Zwiebel

### **ZUBEREITUNG:**

Die abgekochten breiten Nudeln werden in eine gebutterte Form gegeben und mit Royal übergossen. Dazwischen wird der mit den Zwiebeln angebratene, klein geschnittene Schinken (oder Schwarzwälder Rauchfleisch) gemischt. des Royal: Eier aufschlagen, heiße Milch (Verhältnis 1:1) darunterrühren, eine Prise Salz.

Dazu isst man entweder grünen Salat, im Schwäbischen auch Kartoffelsalat.

## **Hohenloher Eierblootz**

Bei der Brautwerbung im Hohenlohischen musste die zukünftige Braut ihrem Bräutigam einen „Eierblootz“ oder, wie man im Dialekt sagt, „Aarbloatz“ backen und servieren, damit an der Güte des Gerichts die Kochkunst der Braut erwiesen werde.

ZUTATEN:

Wecken oder Weißbrot

5-6 Eier

etwas Milch

Salz

ZUBEREITUNG:

Wecken oder Weißbrot werden in Würfel geschnitten, die Eier und ein wenig Milch verquirlt und mit einer Prise Salz abgeschmeckt. Alles wird gut vermengt. Zuerst wird in einer Kasserolle mit heißem Fett der eine Teil des „Eierblootz“ gar gebacken, dann auf einen Holzdeckel gestürzt, und hernach die andere Seite ebenso goldgelb gebacken. Es bedarf einiger Geschicklichkeit, den Eierkuchen gut aus der Kasserolle zu bringen.

## **Ulmer Klöße (Weckknödel)**

ZUTATEN:

2 altbackene Doppelwecken

2 Eier

50 g geräucherter Speck

Zwiebel und Petersilie

Salz

Pfeffer

Muskat

ZUBEREITUNG:

Es ist wichtig für das Gelingen dieser „Ulmer Klöße“, dass die Wecken 3-4 Tage alt sind. Diese weicht man in kaltem Wasser ein, drückt sie aus und verzupft sie. Den Speck schneidet man in Würfelchen und dämpft ihn zusammen mit der gewiegten Zwiebel und der Petersilie. Alle Zutaten werden nun untereinander gemischt. Zum Formen der Knödel ist es ratsam, die Hände vorher in Mehl zu tauchen. Die Masse ergibt ungefähr 8 Klöße. Diese legt man in kochendes Salzwasser und lässt sie 10-15 Minuten zugedeckt langsam kochen. Beim Anrichten schmälzt man sie mit in Butter gebräuntem Weckmehl. Sie schmecken ausgezeichnet zu Sauerbraten oder Wild, zu Goulasch oder als Hauptspeise zu grünem „Salat“.

# **Süße Mehlspeisen**

## **Die Leibspeise!**

Ein Deutsch-Amerikaner war zu Besuch im Schwabenland und bei Freunden in Stuttgart. Plötzlich verabschiedete er sich ziemlich rasch und sagte, er wäre ja gerne länger in Stuttgart geblieben, aber er habe daheim in seinem Dorfe auf ein Uhr sein Leibessen bestellt. Als man ihn fragte, was das denn sei, antwortete er mit einem verschmitzt strahlenden Gesicht: „Nackete Dampfnudle und Zwetschge!“ - O liebe Heimat! Was ist aller Reichtum Amerikas gegen dich und schwäbische Dampfnudeln!

## **Dampfnudeln gebacken**

### **ZUTATEN:**

500 g Mehl

2 Eier

80 g Butter

ungefähr 1/4 Liter Milch

6 g Salz

1/2 Zitronenschale

20 g Hefe

### **ZUBEREITUNG:**

Von diesen Zutaten wird ein nicht zu fester Hefeteig mit Vorteig bereitet. Nachdem der Teig gut gegangen ist, sticht man mit einem Glas oder Löffel kleine Küchlein ab, lässt sie nochmals aufgehen, setzt sie in kleinen Zwischenräumen auf ein gestrichenes Blech, bestreicht sie mit Eigelb, bestreut sie, nachdem sie halb gebacken sind, mit Zucker und bäckt sie in guter Hitze.

## **Dampfnudeln aufgezogen**

Zu aufgezogenen Dampfnudeln (Die Teig ist wie bei gebackenen Dampfnudeln.) lässt man in einer gut schließenden, eisernen Kasserolle nussgroß Butter, 1 Glas Wasser und etwas Salz kochend werden, setzt rasch die ausgestochenen Dampfnudeln hinein und lässt sie, gut zugedeckt, 20 Minuten aufziehen. Sobald sie anfangen zu krachen, wird der Deckel vorsichtig abgenommen, die Dampfnudeln mit einem Schäufelchen herausgenommen und möglichst gleich aufgetragen. Man kann auch die Dampfnudeln in einer offenen Kasserolle mit Butter, Milch und etwas Zucker im Backofen aufziehen; diese bekommen dann von oben ebenfalls Farbe, während die ersteren unten knusprig gebacken und oben

weiß sind.

Zu den Dampfnudeln kann man verschiedene Beigaben reichen:

zu den gebackenen

Vanille-Sauce

Kaffee

eingekochtes Obst

Schnitz- und Zwetschgenkompott

zu den aufgezogenen

ebenfalls Kompott oder Vanille-Sauce

rohe Milch oder gar Sauerkraut

## **Schnitz und Zwetschgen**

**ZUTATEN:**

500 g gedörrtes Obst

Birnen, Aprikosen, Dampfäpfel, Zwetschgen oder Kirschen

60 g Zucker

1/2 Liter Wasser

Zimt

Zitronenschale

**ZUBEREITUNG:**

Das getrocknete Obst wird abends vor dem Gebrauch gewaschen und mit dem nötigen Wasser in einem irdenen Topf zum Aufquellen gegeben.

Am anderen Tag stellt man es mit dem Einweichwasser, Zimt, Zucker und

Zitronenschale aufs Feuer und dünstet es langsam, zugedeckt, weich.

## **Schwäbischer Ofenschlupfer**

**ZUTATEN:**

125 g Mehl

3-4 Eier

6 alte Brötchen

Zucker und Zimt

etwas Backpulver

Sultaninen oder Apfel oder Zwetschgen

**ZUBEREITUNG:**

6 alte Brötchen oder soviel weißes altes Brot in feine Scheiben schneiden. Eine Auflaufform gut fetten und mit einer Lage Weißbrot auslegen. Darauf Zucker und Zimt und Sultaninen streuen. Darauf wieder eine Lage Brot geben, das man zuerst durch kalte Milch zieht, dann wieder Zucker mit Zimt und Sultaninen. Obenauf wieder geweichtes Weißbrot und

darüber gibt man Butterflöckchen. Aus 3-4 Eiern, dem Mehl, etwas Zucker, Milch und ein wenig Backpulver macht man einen dünnen Teig, gießt ihn über das Ganze und bäckt den Ofenschlupfer goldgelb. Anstelle von Sultanien kann man auch Äpfel oder Zwetschgen verwenden. Ist im Gericht kein Obst, reicht man dazu Kompott. Im Schwabenland ist der „Ofenschlupfer“ ein leckeres Mittagsmahl.

## **Ofenschlupfer mit Quark**

ZUTATEN:

4-5 Milchbrot

1/4-3/8 Liter Milch

2 Eier

2 Esslöffel Zucker

30 g Butter

250 g Quark

3 Esslöffel dicker Rahm

40 g Zucker

30-40 g Rosinen oder Sultaninen

ZUBEREITUNG:

Die abgeriebenen Brötchen werden in feine Scheiben geschnitten und die Hälfte in eine mit Butter bestrichene Auflaufform gelegt. Der Quark wird durchgestrichen, mit Rahm und 40 g Zucker gut vermischt, die Sultaninen zugegeben und dies auf die Brötchen gestrichen, darauf die übrigen Brötchen und darüber die mit Milch und 1 Esslöffel Zucker zerschlagenen Eier gegossen. Man überstreut noch das Ganze mit Zucker, gibt kleine Stückchen Butter darauf und backt es schön goldgelb.

## **Pfitzauf**

ZUTATEN:

375 g Mehl

3/4 Liter Milch

50 g Zucker

5 Eier

100 g zerlassene Butter

1 Prise Salz

ZUBEREITUNG:

Das Mehl wird mit Milch glatt angerührt. Zucker, die zerschlagenen Eier und zuletzt die lauwarme Butter zugegeben. Man füllt die Pfitzaufformen halb voll und backt sie bei mittlerer Hitze. Die Pfitzaufformen müssen gut gefettet und sollen am besten nicht aus Metall sein, also „irden“ oder Steingut. Nachdem man den „Pfitzauf“ aus der Form genommen hat,

bestreut man dieses goldgelbe, lockere Eiergebäck mit Puderzucker. Zum „Pfitzauf“ reicht man gekochtes Obst oder Schlagsahne und Kaffee.

## **Chriese-Kratzete**

(Kirschenschmarrn)

ZUTATEN:

250 g Mehl

2 Eier

1 Teelöffel Salz

3/8 Liter Milch

125 g Fett

500 g Kirschen

etwas Zucker

ZUBEREITUNG:

Dieses oberschwäbische Gericht ist eine beliebte Süß-Speise, die man zur Kirschenzeit oder auch mit eingedünstenen Kirschen machen kann.

Ein normaler Pfannkuchenteig wird hergestellt. Den ganzen Teig gibt man auf einmal in das heiße Fett und zerkratzt ihn während des Backens in der Pfanne. Dazu gibt man die gewaschenen, entstielenen Kirschen. Je nach Geschmack kann man vor dem Anrichten noch Zucker über die „Chriese-Kratzete“ geben.

## **Molkenblootz**

ZUTATEN:

2 Liter süße Milch

1 Liter saure Milch

4 Eier

4 Esslöffel Mehl

Salz

Rosinen

Zucker

Hefeteigboden

ZUBEREITUNG:

2 Liter süße Milch werden gekocht, 1 Liter saure Milch, 4 Eier, 4 Esslöffel Mehl und etwas Salz werden vermischt. Wenn die süße Milch kocht, in den Topf geben. Die Masse zieht sich zusammen, sie wird in ein Seidtuch gegeben, wo sie abtropfen kann. Diese so gewonnene Molke wird mit Rosinen und Zucker gesüßt, auf einen Kuchenboden aus Hefeteig gestrichen und wie ein Quarkkuchen im Ofen gebacken. Dieser Molkenblootz und seine Zubereitung ist das Geheimnis der Backkunst der Bäuerin im Hohenloher Land.



## Kulinarische Reise durch die Fastnachtszeit

„Lustig ist die Fasenacht,  
wenn mei Muatter Küchle bacht,  
wenn se aber koine bacht –  
no pfeif i auf die Fasenacht!“

So singen die Kinder in Rottweil, in Oberndorf, im Schwarzwald, oder in Oberschwaben am „schmotzigen“ oder „schmutzigen“ oder „schmalzigen“ Donnerstag vor der traditionellen Fasnet. Denn an diesem Tage fängt man an, die Fasnetsküchle zu backen. Aus einem 2 Zentimeter dicken Hefeteig formt man rhombus-artige Küchle und wirft sie in heißes Fett, am besten Öl oder Palmin. Sie müssen schwimmen. Sobald sie aufgegangen sind und hellbraun werden, fischt die „Muatter“ sie heraus, lässt sie abtropfen und dreht sie in Zucker und Zimt.

Die Fasnachtsküchle sind allüberall in Württemberg zur Fasnachtszeit zu finden, nicht nur in den Narrenstädten. Man ißt sie zum Kaffee oder zu eingedünstem Obst oder zu Apfelbrei.

Wenig bekannt, aber viel genossen werden Delikatessen, vor allem im Oberschwäbischen, die seit Urgroßmutter's Zeiten auf den Speisezettel der Fasnachts- und der nachfolgenden Fastenzeit gehören.

Da ist die **Fastenbrezel**, die es fast nur noch in Biberach zwischen Weihnachten und Ostern gibt. Es sind hellhäutige Backofengeschöpfe,

deren Herstellung große Geschicklichkeit erfordert und deren Rezept sich seit Generationen vererbt hat. Das Rezept bringen wir an einer anderen Stelle.

In Oberschwaben gehört auch das **Froschschenkelessen** zur Fasnacht.

Oder **Schnecken** werden in den Gärten für den Fastenbrauch gezüchtet, die man nach alten, handgeschriebenen Rezepten zubereitet. Zum Beispiel Schnecken in einem „sauren Sößle“. In manchen Narrenstädten wird heute noch der Aschermittwoch mit einem Schneckenessen eingeleitet.

Am Funkensonntag, das ist der erste Sonntag nach Fasnacht, werden den Burschen von ihren Mädchen die sogenannten Funkenringe serviert, oder man würfelt an diesem Sonntag in den Wirtschaften um diese „Ringpaschen“. Es sind zopfgeflochtene, große, aus Butterhefeteig hergestellte Ringe, in der Form jener glühenden Scheiben, die, als feurige Räder von den Höhen ins Tal geschleudert werden und als Symbol der Fruchtbarkeit gelten.

In Munderkingen an der Donau folgt dem närrischen Treiben der Trommgesellen am „Funkensonntag“ das **Suur-Essen**, das in Form von saurem Käse, sauren Eiern und Schnecken in den Gaststätten gereicht wird.

In der Fastenzeit, die in die ersten Frühlingsmonate hineinreicht, gibt es in Biberach an der Riss noch eine Spezialität, deretwegen man gerne um diese Zeit zu seinen Freunden dorthin reist. Es ist die **Dünnet**. Wenn die Zwiebelrörchen saftig-grün in den Gärten aufschießen, dann schneiden die Hausfrauen riesige Mengen davon in kleine Streifen und ziehen mit großen Schüsseln voller Zwiebelrörle, nach vorheriger Verabredung mit ihrem Bäcker dorthin. Der hat einen Weckenteig in Tischlänge ausgewalzt, diesen mit Ei bestrichen. Darauf werden die Zwiebelrörle gelegt, Salz, Kümmel und geriebener Kräuterkäse daraufgestreut. Artistisches Geschick gehört dazu, die beladenen Fladen ohne Blech in den heißen Ofen zu manövrieren. Halb gebacken wird die „Dünnet“ für eine Mahlzeit mit gut einem halben Pfund Butter belegt und fertiggebacken.

Mit Kaffee oder Bier wird die fette „Dünnet“ aus Biberach zu einem Hochgenuss für den Gaumen.

## Fastnachtsküchle

ZUTATEN:

500 g Mehl

60-80 g Butter

50 g Zucker

2 Eier

Schale einer halben Zitrone

5 g Salz

1/4 Liter Milch

15-20 g Hefe

Backfett

#### ZUBEREITUNG:

Ein Vorteig wird inmitten des erwärmten Mehles angerührt. Ist dieser gegangen, gibt man die anderen erwärmten Zutaten dazu und schlägt den Teig so lange, bis er Blasen wirft. Nach abermaligem Aufgehen wellt man ihn auf bemehltem Brett fingerdick aus und rädet schräge Vierecke ab. Nachdem diese nochmals aufgegangen sind, stupft man sie mit einer Gabel und backt sie schwimmend in heißem Fett schön gelb, entfettet sie auf Papier und wendet sie in Zucker und Zimt.

### Biberacher Dünnet

Pikantes, gesalzenes Gebäck

#### ZUTATEN:

Hefeteig

frische, junge Zwiebelrörchen

4 Eier

1/4 Pfund Butter

Kräuterkäse

Salz

Kümmel

#### ZUBEREITUNG:

Einen Weckenteig (mit wenig Hefe) ganz dünn und lang ausrollen. Dann mit 2 geschlagenen Eiern bestreichen. Von jungen Zwiebeln die grünen Zwiebelrörchen beschneiden, ungefähr 1/2 cm lang schneiden, mit 2 Eiern, Kräuterkäse, Salz, Kümmel mischen. Diese Masse auf den Teig aufstreichen, Butterflöckchen darauf geben. Der Ofen (am besten der Backofen beim Bäcker) muss sehr heiß sein. Der Dünnet-Fladen wird ohne Blech in den Ofen „jongliert“ und hell angebacken. Wenn er halb fertig ist, herausnehmen, Butterflöckchen darauf geben und im Ofen knusprig backen, schneiden, rollen und heiß zu Tisch bringen.

In Biberach und Oberschwaben ist dies ein Mittagsmahl und wird meist mit Kaffee oder Bier zusammen serviert.

### Biberacher Fastenbrezel

Eine besondere Leckerei, die zwischen Neujahr und Ostern in Spezialbäckereien feilgeboten wird.

#### ZUBEREITUNG:

Aus Hefeteig werden Brezeln geformt. In heißes Wasser gegeben und darin gekocht. Mit einem Sieb nimmt man sie heraus und backt sie im sehr

heißen Backofen hell heraus. Sie werden in diesem Zustand herausgenommen, mit Wasser bestrichen und mit Salz bestreut. Die Fastenbrezel mundet ofenfrisch am besten. Sie wird als Kaffee- oder Vespergebäck im Schwabenland gerne verzehrt.

## **Biberacher Schützenkrapfen**

Dieses Gebäck wird ganz besonders zu dem seit Jahrhunderten gefeierten „Biberacher Schützenfest“ gebacken, zu dem Tausende von Menschen kommen und die historischen Festlichkeiten mitmachen und natürlich auch die gastronomischen Spezialitäten kennenlernen.

In Biberach gibt es da einiges zu entdecken. So wird zu dieser Festwoche gerne der „Schützenkrapfen“ gebacken.

### **ZUBEREITUNG:**

Feinster Butterblätterteig wird gefüllt mit Himbeer- oder Träublesgsälz (Johannisbeermarmelade). Nach dem Backen wird nochmals Marmelade auf den Krapfen gespritzt und mit Staubzucker überpudert. Die Schützenkrapfen sollte man frisch aus dem Ofen essen.



## Schwäbische Spezialitäten der Backkunst

### Ulmer Spatzen, Mutschein, Horaffen

Es gehört zu den schwäbischen Eigentümlichkeiten, dass nicht nur die einzelnen Landschaften die verschiedenartigsten Leibspeisen und Besonderheiten der Küche aufweisen, die sich in uralten handgeschriebenen Rezepten von Geschlecht zu Geschlecht vererben, sondern dass jede Stadt ihr eigenes Gebäck für alle Tage hat und für die Festtage erst recht. In der Tat haben es die schwäbischen Bäcker und die Hausfrauen in der Kunst des Backens auf einen bewundernswerten Grad der Vollendung gebracht, die weit über die Grenzen Württembergs Anerkennung findet. Niemals verliert die Schwäbin die Geduld im Studium guter Rezepte. Sie versucht, knobelt, gibt eigene Ideen dazu, fragt die Nachbarin und tüftelt und klügelt solange, bis sie das schönste und edelste Backwerk ihres Bekanntenkreises hat. Doch hinter den vielen Erscheinungsformen, die angeblich nur dem Magen dienen, verbergen sich bei näherem Zusehen oft überraschende Beispiele alten Brauchtums und alter Sagen.

Es ist schwierig, einem Nichtschwaben den Unterschied zwischen einem Stuttgarter Doppelweck und dem Schildweck des Allgäuer oder dem Blechweck der Heilbronner oder einem Reutlinger Kimmicher zu erklären. Doch hierin sind Unterschiede, die die eigenwilligen Schwaben genau definieren. Die Tettnanger nennen ihren Doppelweck „Naßbecht“ (naß gebacken), die Biberacher aber „Netzbäck“ (genetztes Gebäck). Noch manchmal hört man in Schwäbisch Gmünd in den alten Lädchen den „lutherischen Wecken“ im Gegensatz zum katholischen verlangen, der

einfach nur ein Weck ist. Im Oberland sagt man dazu Herrenwecken, weil die ärmeren nur den kleinen, einfachen kaufen konnten.

Die Wecken waren für die Württemberger früher keine Einheitsware, wie denn auch die **Laugenbrezel** auf dem Lande manchmal nur samstags und zum Wochenende gebacken werden. Man liebt die knusprigen, frischen Laugenbrezeln, wenn sie noch warm vom Backofen sind. Schon morgens zum Vesper werden sie geholt - und die Frauen lieben sie auch, mit Butter bestrichen, zum Nachmittagskaffee.

Manch einer, dieses Gebrauches unkundig, mag sich wundern, doch er wird immer wieder erstaunt sein, dass der Schwabe zum Frühstück nicht einfach Brötchen bestellt, sondern eine peinlich genaue Auswahl zwischen Milchbrötle, Kipf, Hörnle, Laugenweck, Mohnbrötle, Kümmelweck, Doppelweck, Salzweck und Tafelbrötle trifft, und um keinen Preis der Welt das eine für das andere nimmt.

Wirkliche Meisterschaft hat die schwäbische Hausfrau in der Backkunst ihres Kleingebäcks vollbracht. Es braucht gar nicht erst Weihnachten zu sein, damit die Backkunst blühe. Nein, das ganze Jahr über isst man gern „Süßes“ im Schwäbischen - und vor alten Dingen gibt es keinen Sonntag oder Festtag im Schwabenland, wo man nicht Kuchen backt ... und das meist nicht nur einen. Der **Hefenkranz**, **Gugelhopf** oder **Streuselkuchen** gehört zum Morgen- und Nachmittagskaffee. Doch neben diesen „dicken Kuchen“, zu denen auch der Butterkuchen gehört, kennt man herrliche Schneckenudeln und gefüllte Hörnchen, und natürlich eine Reihe Obstkuchen. Es gibt besonders guten schwäbischen Apfelkuchen und Käs'kuchen, der recht habhaft ist mit guten Beigaben. Man kredenzt süße Olgabrezeln, Butterbrezeln, Striezel und Stuttgarter Einback. Ausgefallene schwäbische Spezialitäten sind der **Zwiebelkuchen**, der möglichst warm, aus dem Ofen kommend, gegessen wird. In der Herbstzeit liebt man diesen gesalzenen, pikanten Kuchen zum neuen Wein - doch isst man ihn sonst in ländlichen Gegenden auch zum Mittagessen, ähnlich wie den Krautkuchen oder den Salzblaaz, ein trockener Salzkuchen, der aus einfachem Weißbrotteig besteht, der mit Salz, Speckwürfeln und Rahm bedeckt wird. Viele reisen Hunderte von Kilometer weit ins Schwabenland, um echten Zwiebelkuchen zu bekommen. Warum ihn nicht selbst zu Hause einmal probieren nach unserem Rezept?

Zu den Spezialitäten mit historischem Hintergrund gehören die **Reutlinger Mutscheln**. Jedes Jahr am Donnerstag nach dem Erscheinungsfest hat Reutlingen seinen Mutscheltag. An diesem Tag backen alle Reutlinger Bäcker dieses wohl schmeckende Mürbgebäck in Sternform, das es in allen Größen gibt. In den Weinstuben wird nun abends um die Mutscheln gewürfelt. Allerlei Würfelspiele werden aufgetischt, darunter das „nackete Luisle“. Teilweise werden die Mutscheln dann gleich zum Wein verzehrt. Aber kein Ehemann darf es wagen, nachts ohne Mutschel zu seiner Eheliebsten heimzukehren, und hat er noch so schief

geladen.

Nach einer uralten frommen Sage waren die Mutscheln eine Art Opferbrote, und als Kennzeichen von solchen wurde auch der Kranz angesehen, der die besseren und größeren Mutschein ziert. Nach einer anderen „Heiligsage“ sollte solch eine Mutschel den Stern der Weisen aus dem Morgenlande darstellen. Die Geschichtskundigen haben sich auch daran erinnert, dass es schon im siebenten Jahrzehnt des 14. Jahrhunderts einen Reutlinger namens Albrecht Mutschler gegeben habe; daraus wurde der Schluss gezogen, von diesem Bäckermeister, der Mutschler hieß, sei dieses Gebäck abgeleitet.

Bei all diesen Erklärungsversuchen handelt es sich um Legenden und Sagen.

Man kann aber der Bezeichnung philologisch auf den Grund gehen.

Die Worte „Mutsche“ oder „Mütsche“ erscheinen schon im Mittelhochdeutschen als Bezeichnung für eine gewisse Art kleinen Brotes. Der Germanist Mathias Lexer zitiert in einem seiner Werke folgendes: „wan ein Bruder ass alle Tage zwo Mutschlen und die einzelne Mutsche ein Pfund het, so gäbe dies des Tages zwo Pfund Brot.“ - Dies ist ein Satz aus einem Schriftstück des 13. Jahrhunderts, also einer Zeit, in der sich der Obergang in die mittelhochdeutsche Sprache schon seit ungefähr zwei Jahrhunderten vollzogen hatte. Schon damals gab es also für ein kleines Brot den Namen Mutsche. Andere führen den Ursprung auf das Französische zurück. Nach ihrer Auffassung ist das Wort Mutschel oder Mutsche ein verdunkeltes Lehenswort aus dem französischen Wort „miche“, provinzialisch „micha“. In einem französischen Wörterbuch ist zu lesen: „miche, das bedeutet ein kleines Brot, das ein oder zwei Pfund wiegt.“ Man findet 200 Jahre später den Namen leicht verändert im Elsaß, im Saarland und Hessischen und von dort ist es weiter gewandert nach Reutlingen.

So hat das Wort eine Jahrhunderte alte Geschichte. Erfreulich ist, dass dieser Brauch in Reutlingen seit vielen Generationen weiter geübt wird. Die Mutschel eignet sich ausgezeichnet als Kaffeebrot.

Ein anderes Gebäck in der alten ehemaligen Reichsstadt Reutlingen sind die Reutlinger Kimmicher, ein Wasserweck mit Kümmel, der sehr gut zu Wein und Bier schmeckt.

Und wer jemals die **Reutlinger Fleischpasteten** versucht hat, der will sie bestimmt auch zu Hause zubereiten und diese leckere Spezialität anderen Freunden kredenzen. Man isst sie zu einem bestimmten Tag, dem sogenannten „Schiedweck“. An diesem Tag feiert man Abschied vom Lichtkarz im Februar. Aber die Fleischpasteten werden in Reutlingen auch das ganze Jahr heute zubereitet und man findet sie sowohl im Speiseplan der Familien wie in guten Restaurants und Cafes der Stadt.

Von den Funkenringen und Fastenbrezeln des Oberlandes berichten wir in einem anderen Kapitel. Dafür gibt es im Schwarzwald bei Huzenbach die

„**Straubeze**“, ein duftender Rundkuchen, der im schwimmenden Fett gebacken wird und den das junge Mädchen ihrem Bewerber gibt, wenn sie mit ihm einverstanden ist Bleiben die Straubeze aus, dann weiß er, dass er einen Korb bekommen hat.

## **Ulmer Spatzen**

Die Geschichte vom Ulmer Spatz, der den Baumeistern des Ulmer Münsters mit einem Strohhalm im Schnabel vormachte, wie man die Balken am besten durchs Tor brachte, ist weltbekannt. Der findige Konditormeister Tröglen aus Ulm hat Mitte des 19. Jahrhunderts diese Geschichte und Anekdote aufgegriffen und unzählige **Ulmer Spatzen** hergestellt. Sie sind aus Zucker, Marzipan, Schokolade in alle Länder ausgewandert und wer heute nach Ulm kommt, kann diese Stadt nicht verlassen, ohne einen „süßen Ulmer Spatzen“ gekostet oder mitgenommen zu haben. Dem Spätzlein ist ein von Meister Tröglen selbstverfasstes Gedicht beigegeben. Ja, man glaubte eine Zeit lang, er wäre überhaupt der Erfinder dieser ganzen Ulmer Spatzengeschichte. Er und seine Nachfahren beschränkten sich auch nicht auf die Spatzenfigur. Da gibt es auch den „Ulmer Schneider“ bei seinen Erzeugnissen oder das „Ulmer Donauweible“ und die „Ulmer Gans“, die einem Ulmer Regiment als Wahrzeichen voranmarschierte. Zum Nürnberger Liederfest 1861 trug Herr Tröglein ein „Ulmer Spatzenlied“ in sein Poesiealbum ein, dessen 1. Strophe bis heute allgemein bekannt geblieben ist:

„Spargele, Wargele, Spätzle und Salat –  
Schwobelnd, lustigs Land, Ulm Du schöne Stadt,  
Mädle nett und Bier und Wein  
isch prächtig gau und schtau.  
Wer uns dees net glaube will, der kanns au bleibe lau.“

Die Konditoreiwaren sind nach wie vor auserlesen. Im Laden entdeckt man Spatzen und Spätzle aus Zucker, Marzipan und Schokolade, aber auch die „Ulmer Spatzedreckle“ sind köstlich. In Ulm muss man als Besonderheit das „**Ulmer Brot**“ (Zuckerbrot) und den „Ulmer Spatzen“ kaufen, den es in allerhand Variationen aus Schokolade, Marzipan usw. gibt, wie man aus Langenburg die „**Wibele**“ mitbringt. Sie sind eine köstliche Leckerei, die als Delikatesse auf den Tafeln der Fürstenhäuser Europas willkommen sind. Sie wurden vor 200 Jahren vom Hofkonditormeister Wibel hergestellt - doch das Rezept, das heute noch in der Familie des Cafe Bauer in Langenburg ist, wird geheim gehalten. Es ist ein süßes Kleingebäck aus Eiweiß, Zucker und verschiedenen Gewürzen, das vorzüglich schmeckt und im Original bei G. G. Bauer, K. und K. Hofkonditor in Langenburg bezogen werden kann

Eine schwäbische Back-Spezialität sind im Oberland, vor allem in Ravensburg die „**Seelen**“, ein süßes Mürbgebäck aus Hefe, ähnlich wie die Schneckennudeln, aber in Form eines kleinen Laibchens, mit einem Zuckerguss darüber. Ursprünglich aß man diese Seelen nur bei Beerdigungen zum Gedächtnis an den Verstorbenen, und zwar mit nüchternem Magen vormittags vor 12 Uhr.

Ein originelles Gebäck aber sind zweifellos die „**Crailsheimer Horaffen**“. Dieses seltsame Gebäck, das die Form eines gerundeten „W“ aufweist, wird alljährlich an einem bestimmten Gedenktag vom Bürgermeister an die Schulkinder verteilt. Und da es mit diesem „W“ seine besondere Bewandtnis hat, sei die ergötzliche Geschichte hier erzählt:

Im Jahre 1379 wurde Crailsheim von den drei Reichsstädten Hall, Rothenburg und Dinkelsbühl belagert. Fünf Monate wehrten sich die Crailsheimer. Doch die Lebensmittel gingen allmählich zur Neige und die Stadt drohte auszuhungern. In dieser Not fasste die Frau des Bürgermeisters, die über sehr rundliche Formen verfügte, den verzweifelten Entschluss, zur Rettung der Stadt etwas Besonderes zu wagen: sie stieg auf die Stadtmauer und zeigte den Feinden die entblößte Sitzgelegenheit, um sinnfällig zu demonstrieren, wie wenig den Crailsheimern die Belagerung ausgemacht habe. In der Tat stutzten die Belagerer und zogen umverrichteter Dinge wieder ab, da es ihnen unmöglich erschien, die wohlgenährten Crailsheimer auszuhungern.

Das große „W“ - so wird es ausgelegt, soll eigentlich das wohlgerundete Hinterquartier der Frau Bürgermeister darstellen. Die Belagerer gaben der wackeren Frau den Spottnamen „haariger Äff“, woraus man einerseits den Namen des Gebäcks „Horaff“ ableitet. - Die Wissenschaftler deuten ihn jedoch anders, Horaffe sei vielmehr „offenes Horn“. Hier kommt man auf den tiefen Sinn all dieser Backformen. Das Gebäck sollte an das der Gottheit gebührende Speiseopfer erinnern und wurde im Monat Februar (Hornung) genossen.

Neben diesen Kaffee-Beigaben hat die schwäbische Backküche noch zahllose andere, edle Süß-Speisen aufzuwarten. So zum Beispiel den Pfitzauf, den Ofenschlupfer, die Dampfnudeln oder die Fasnetsküchle.

Für alles gilt ein Grundsatz: man ist in der schwäbischen Familie stolz, wenn etwas selbstgebacken ist. Wer's ebenfalls versucht, wird sich auf solche Leckerbissen freuen mit denen man den Gästen zu Hause eine



Überraschung und einen Hochgenuss bereiten kann.

## Hefenkranz

ZUTATEN:

1 kg Mehl

160-200 g Butter

120-180 g Zucker

2-3 Eier

8-10 g Salz

ungefähr 1/4 Liter Milch oder die Hälfte saurer Rahm

1 Zitronenschale

30 g Hefe

ZUBEREITUNG:

Der Vorteig wird in einer kleinen Schüssel angerührt und zum Gehen in die Wärme gestellt. Nach einer Stunde wird die Butter schaumig gerührt, die erwärmten Eier, der Zucker, Salz, Zitrone, Milch, das Mehl und der Vorteig zugegeben, der Teig tüchtig geschlagen und zur Wärme gestellt, bis er nochmal so groß ist. Dann wird der Teig in 3 Teile geteilt: diese rollt man auf einem mit Mehl bestreuten Brett mit den Händen zu langen Strängen aus, flieht sie von der Mitte aus zu einem Zopf, legt diesen kranzförmig in ein bestrichenes Kuchenblech, und gibt, damit der Kranz die Form behält, in die Mitte ein bestrichenes Schüsselchen oder eine Büchse. Nach abermaligem Aufgehen bestreicht man ihn mit Eigelb, streut Kristall- oder gestoßenen Zucker zwischen die Stränge (dadurch soll der Hefenkranz schöner reißen), gibt feingeschnittene Mandeln darauf und backt den Hefenkranz auf gut gefettetem Blech, das mit Anis bestreut ist, schön braun.

## Gugelhopf

ZUTATEN:

500 g Mehl

100 g Butter

2 Esslöffel saurer Rahm

100 g Zucker

etwa 1/4 Liter Milch

1-2 Eier

25-30 g Hefe

1 Teelöffel Salz

Zitronenschale

ZUBEREITUNG:

Von der mit lauwarmen Milch aufgelösten Hefe und einem Teil des Mehles

wird ein Hefenstück angesetzt und zum Gehen in die Wärme gestellt. Nach 1 Stunde wird die Butter leicht gerührt, nach und nach Zucker, die erwärmten Eier, Mehl, Zitronenschale, Salz und der Vorteig zugegeben und der Teig so lange geschlagen, bis er Blasen hat. Alsdann füllt man ihn in eine mit Butter bestrichene und mit Weckmehl ausgestreute Gugelhopfform, lässt ihn ungefähr 3/4-1 Stunde gehen und backt den Gugelhof 1 Stunde in gut heißem Ofen. Nach dem Backen bestreut man ihn mit Zucker.

## **Streuselkuchen**

### **ZUTATEN:**

500 g Mehl  
80 g Butter nach Belieben  
1 Eßlöffel Schweinefett  
60 g Zucker  
2 Eier und 2 Eigelb  
1/4 Liter Milch  
20 g Hefe  
1/2 Zitronenschale  
4 g Salz

### **Zum Streusel:**

60-100 g Mandeln  
1 Teelöffel Zimt  
90 g Butter  
100 g Zucker  
110g Mehl

### **ZUBEREITUNG:**

Von obigen Zutaten wird ein nicht zu fester Hefeteig bereitet. Ist er gut gegangen, wellt man ihn aus; breitet ihn gleichmäßig auf ein mit Butter bestochenes und mit Mehl bestreutes Blech und lässt ihn nochmals gehen. Der Teig wird mehrmals mit einer Gabel gestupft, ehe der Streusel daraufgelegt wird. Nimmt man zum Streuselkuchen ein rundes Blech, so wird der Teig etwas dicker ausgewellt, und der Kuchen kann nach Belieben nach dem Erkalten in der Mitte durchgeschnitten und mit Creme gefüllt werden. Zum Streusel werden die Mandeln abgezogen und fein gewiegt, die Butter erweicht zu den übrigen Zutaten gegossen, dass sich Klümpchen bilden, die man mit den Händen verreibt. Den Kuchen bestreicht man mit lauwärmer Butter, verteilt den Streusel darauf und backt ihn 3/4 bis 1 Stunde.

## **Schneckennudeln**

ZUTATEN:

500 g Mehl  
80-120 g Butter oder Margarine  
60 g Zucker  
1 Kaffeelöffel Salz  
1/2 Zitronenschale  
1-2 Eier  
ungefähr 1/4 Liter Milch  
35 g Hefe

ZUBEREITUNG:

Hefeteig. Die Hälfte der Butter zum Grundteig. Danach wird ein ungefähr 25 cm breiter Streifen ausgewellt, der Teig mit zerlassener Butter oder lauwärmer Milch bestrichen, mit Zucker, Zimt und Korinthen bestreut, der Länge nach aufgerollt, ungefähr 20-25 Stücke davon abgeschnitten und diese aufrecht, in Zwischenräumen, auf ein vorbereitetes Blech gesetzt, nach genügendem Aufgehen mit Eigelb bestrichen und gebacken. Noch warm bestreicht man die Schneckennudeln mit Wasserglasur.

## **Schwäbischer Apfelkuchen I**

Zum Teig:

280 g Mehl  
140 g Butter oder Margarine  
125 g Zucker  
1-2 Eier  
3-4 Eßlöffel Rahm oder Milch  
80-100 g Zucker  
Schale einer halben Zitrone  
30 g Mandeln  
60 g Sultaninen

Als Guß auf den Deckel:

100 g Butter  
100 g Zucker  
50 g Mandeln

Zur Fülle:

1 kg mürbe Äpfel  
100 g Zucker  
Zitronenschale

ZUBEREITUNG:

Von obigen Zutaten bereitet man einen Mürbteig und stellt ihn kalt. Die geschälten Äpfel werden in Schnitze und diese quer in feine Scheiben geschnitten, dann mit Zucker und Zitrone gemischt beiseite gestellt. Von dem Mürbteig werden schwach zwei Drittel zu einem Boden mit Rand, der noch 1 cm über die Kuchenform stehen soll, ausgewellt; vom übrigen Teig wird der Deckel ausgewellt, der etwas dünner sein darf als der Boden. Die vorgerichteten Äpfel werden auf den Mürbteig gestreut, das Überstehende vom Teig eingeschlagen, dieses mit Ei bestrichen und der Deckel daraufgelegt und gut angedrückt. Zum Guss wird die Butter erwärmt, mit dem Zucker gut verrührt, Zitronenschale dazugegeben und auf den Deckel aufgestrichen. Der Kuchen wird 3/4-1 Stunde bei guter Hitze gebacken.

## Schwäbischer Apfelkuchen II

### ZUTATEN:

250 g Mehl  
200 g Butter  
150 g Zucker  
1 Ei  
Zitrone  
50 g Mandeln

### ZUBEREITUNG:

Eine gebutterte Form mit Mürbteig auslegen. Gut mit geschälten (vorher gezuckerten, mürben) Äpfeln auslegen. Teig nicht durchdrücken. Dann 3 Esslöffel Zucker und etwas Zimt daraufstreuen und etwas gehackte Mandeln. Zum Guss 2 Eigelb mit 60 g Zucker rühren. 1 Tasse Sahne, 1 Kaffeelöffel Mehl und Zitrone sowie den Eischnee unterziehen. Dann den Guss darüberstreichen und den Kuchen fertigbacken.

Rezept ges. gesch. Cafe Harzer, Herrenalb

## Schwäbischer Käskuchen

### ZUTATEN:

für die Fülle  
4 Eier  
500 g Quark  
125g Zucker  
1 Zitrone  
1/4 Liter Rahm oder Joghurt oder Sauermilch  
1/2 Backpulver  
125 g Rosinen

### ZUBEREITUNG:

Quark und Eigelb gut verrühren. Zucker langsam dazugeben. Ein

Esslöffel Mehl und Backpulver daruntermengen. Das Eiweiß zu Schnee schlagen und unter die halbe Masse mengen. Unter die andere Hälfte gibt man Zitronensaft, die Schale einer geriebenen Zitrone und die Rosinen.

Zum Kuchenboden wird je nach Geschmack ein Hefeteig oder Mürbteig verwendet. Köstlicher schmeckt der Käskuchen mit Mürbteig. Auf den ausgewellten Boden streicht man die Fülle und lässt den Kuchen goldbraun backen.

## Schwarzwalder Kirschtorte

### ZUTATEN:

1/4 Liter süße Sahne  
5 Blatt Gelatine  
gelierende Kirschen  
50 g Zucker  
Kirschwasser  
Schokoladenspäne

Zutaten zur Schokoladenbuttercreme:

2 Eier  
60 g Zucker  
200 g Butter  
1 Esslöffel Kakao

### ZUBEREITUNG:

Wiener Schokoladen-Boden halbieren und mit Buttercreme einstreichen, vorher mit Kirschwasser tränken. Mit einer Kochtülle, auf den Boden eine Spirale von Buttercreme machen, etwa 3 Reihen. In diese Reihen gelierende Kirschen einlegen. 1/4 Liter süße Sahne schlagen, mit 5 Blatt Gelatine binden, 50 g Zucker und Kirschwasser dazugeben und sofort auf die Torte streichen, mit 1 Sterntüll Kirschen garnieren, mit Schokoladenspänen verzieren.

Zubereitung der Schokoladenbuttercreme:

2 ganze Eier mit 60g Zucker schaumig rühren, dann 200g weiche Butter und 1 Esslöffel Kakao bis zu einer steifen Creme rühren.

Ges. gesch. Rezept Cafe Harzer, Herrenalb

## Zwiebelkuchen

### ZUTATEN:

Teig  
60-70 g Margarine  
200 g Mehl  
Salz  
1/10 Liter Wasser oder Milch nach Belieben

1 Teelöffel Backpulver

Fülle

6-8 große Zwiebeln

30 g Butter

50 g Speck

60 g Mehl

2-4 Eier

1/4 Liter saurer Rahm oder Sauermilch

Salz

Kümmel

#### ZUBEREITUNG:

In das schaumig gerührte Fett werden nach und nach die anderen Zutaten gegeben. Der Teig kann vor der Verwendung zwei- bis dreimal wie Blätterteig ausgewellt und zusammengeschlagen werden. Wer den Hefeboden, der eigentlich zum echten Zwiebelkuchen gehört, vorzieht, nehme das oben vorgeschriebene Quantum zum Teig und anstelle von Backpulver 20 g Hefe.

In der Butter werden die feingeschnittenen Zwiebeln weichgedämpft. Das Mehl wird mit dem Rahm glattgerührt, die Eier, Salz, Kümmel und die gedämpften Zwiebeln zugegeben; man füllt dies auf ein mit Butterteig ausgelegtes Blech, gibt einige Butter-Stückchen, Speckwürfel oder Grießen darauf und backt den Kuchen in heißem Ofen schön braun. Warmer Zwiebelkuchen ist eine besonders leckere Spezialität im Schwabenland. Man trinkt dazu gerne neuen süßen Wein.

## Schwäbischer Bund

#### ZUTATEN:

6 Eier

220 g Zucker

160 g Butter

55 g geschälte Mandeln

55 g Sultaninen oder Korinthen

Saft und Schale einer halben Zitrone

80 g feines Mehl

80 g Stärkemehl

#### Zum Tränken:

Schwach 1/2 Liter Wasser mit 3 Esslöffel Zucker heiß gemacht und 1-2 Esslöffel Rum zugegeben

#### ZUBEREITUNG:

Die Butter wird schaumig gerührt. Eigelb und Zucker 1/2 Stunde mitgerührt, dann die geschälten Mandeln, Zitrone, Sultaninen, das Mehl und zuletzt der steife Eierschnee untergemischt und die Masse in eine mit Butter bestrichene und mit Mehl bestäubte Form gefüllt und 1 Stunde gebacken. Nach dem Erkalten wird der Ring getränkt, mit Zitronenglasur (200 g Zucker, Saft einer Zitrone) überzogen, mit gerösteten Mandeln bestreut und mit Früchten verziert.

## **Stuttgarter Apfel**

(8-10 Personen)

250 g Reis

schwach 1 Liter Milch

100-120 g Zucker

Vanillin

2 Esslöffel Arrak

7 Blatt Gelatine

schwach 1/4 Liter Schlagrahm

20 Äpfel

### **ZUBEREITUNG:**

Der Reis wird gut gewaschen, mit kochender Milch und Vanillinzucker aufgestellt und langsam weichgekocht, wobei aber die Körner nicht zerfallen dürfen. In eine große, glatte, runde Form füllen. Von mittelgroßen Äpfeln wird das Kernhaus entfernt, mit Malagatrauben gefüllt und diese in einem Sirup von 500 g Zucker und 1 1/2 Liter Wasser und Vanille weichgedämpft, doch dürfen sie nicht zerfallen. Nach dem Erkalten überzieht man sie außen mit dem zu Gelee gekochten Saft oder erwärmtem Johannisbeergelee, richtet sie erhöht auf dem gestürzten Reis an und verziert die Speise mit gehackter Marascino-Sülze.

## **Ulmer Brot**

### **ZUTATEN:**

1 kg Mehl

180 g Zucker

Zitronenschale

Salz

2 Eier

40 g Hefe

ungefähr 1/2 Liter lauwarme Milch

### **ZUBEREITUNG:**

Man schafft einen festen Teig, wellt ihn 1 cm dick aus, sticht mit einem Glas oder Ring Küchlein aus, legt sie in der Hälfte zusammen und setzt sie

in eine gestrichene Kapsel ganz dicht aneinander, oder man formt Kugeln aus dem Teig und wellt diese zu ovalen Scheiben aus. Nachdem die Masse gut aufgegangen ist, macht man in der Mitte der Länge nach einen Einschnitt und bestreicht sie nach dem Backen, noch warm, mit Rosenwasser.

Das Ulmer Brot soll so dünn wie möglich aufgeschnitten werden.

## **Crailsheimer Horaffen**

ZUTATEN:

500 g Mehl  
1/4 Liter Milch  
30 g Hefe  
50 g Butter  
50 g Zucker  
1 Kaffeelöffel  
Salz  
2 Eier  
Zum Einwellen 150 g Butter

ZUBEREITUNG:

Von den angegebenen Zutaten macht man einen glatten, zarten Hefeteig und lässt ihn gehen. Wenn er sich an Umfang um das Doppelte vergrößert hat, stellt man ihn gut kalt, bis er ganz steif geworden ist. Nun wird die inzwischen ausgeknetete Butter eingewellt wie bei einem Blätterteig und der Teig ebenso weiterbehandelt, doch mit dem Unterschied, dass man den Teig zwischen den einzelnen Touren nicht ruhen lässt. Der fertige Teig wird nun zu Horaffen verarbeitet.

40 g Teig = 1 Horaffe

Man stellt eine 18 cm lange Rolle, zeigefingerdick, her und nach unten etwas dünner. Am dicken Ende wird die Teigrolle eingeschnitten und halbiert bis auf 3 bis 4 cm. Die halbierten Teile werden gerollt und zu einem Horaffen gedreht.

## **Reutlinger Mutschel**

ZUTATEN:

600 g Mehl  
1/4 Liter Milch  
100 g Fett  
10 g Salz  
30-40 g Hefe

ZUBEREITUNG:

Das Ganze wird zu einem mürben, gesalzenen, festen Hefeteig

verarbeitet.

Ein Stück Teig (es werden Mutscheln von 100 g-6 kg hergestellt) legt man rund und oben etwas abgeflacht vor sich hin. In der Mitte der Mutschel wird ein kleines Quadrat eingeschnitten. Am äußersten Ende des Teiges werden gleichmäßig verteilt acht Einschnitte gemacht, die dadurch entstehenden Zinken werden etwas in die Länge gezogen, so dass eine sternförmige Form entsteht. Zum Schluss wird ein kleiner, geflochtener Teigkranz am Anfang der Zinken auf die Mutschel gelegt. Alles mit Ei bestreichen und sehr vorsichtig bei mittlerer Ofenhitzte backen.



## Berühmt sind die schwäbischen Weihnachts-Guetsle

Weihnachten! Ein ganzes Zauberland von süßen Herrlichkeiten erschließt dies Wort! Es ist fast unvorstellbar, welcher Reichtum an „Guetsle“, deren zahllose Rezepte als geheime Schätze von Familie zu Familie ausgetauscht werden, in der schwäbischen Backstube entstehen, angefangen von den verschiedenen Lebkuchen, die eine tüchtige schwäbische Hausfrau nach eigenem Rezept herstellt, den Ausstecherle, den Spitzbuben, Zimtsternen, Makronen, bis zu den Bärentätzle, dem feinen S-Gebäck, den Pomeranzenbrötle, den Vanille- und Himbeerbrötle, den Albertle, den Schweizerbatzen. Vergessen wir aber ja nicht das berühmte „Hutzelbrot“, auch Schnitzbrot genannt, ein laibähnliches Gebäck, das getrocknete Birnenschnitze, Nüsse und Mandeln enthält und dem der Dichter Eduard Mörike zu literarischem Ruhm verhalf.

Wenn die Nichtschwaben vom schwäbischen Gebäck überhaupt etwas kennen, so sind es die „Springerle“. Diese haben sich ja auch in der Tat von alters her beinahe Weltruf verschafft. Was ist ein Springerle? Nun, das beliebteste Weihnachtsgebäck, ein weißes „Guetsle“ aus Mehl, Zucker, Eiern und Anis, das aus Modellen (Holzmatrizen) geformt und abgedruckt wird, und so die schönsten plastischen Darstellungen bildet, als da sind Tiere, Blumen, Früchte, Sterne, Menschen, Reiter, Brautpaare und Engel, ja ganze Bilder aus Geschichte und Sage. Sie sind viereckig oder rund, klein oder groß, diese Springerle, nach denen der kleine wie der große Schwabe greift, wenn sie in ihrer Vielgestaltigkeit unter dem Weihnachtsbaum liegen und verführerisch duften.

Der Stolz der Hausfrau ist nicht etwa das besonders feine Rezept - sondern der besonders schöne alte Model. Viele Kostbarkeiten alter

schwäbischer Bildschnitzkunst sind noch in Familienbesitz zu finden, man stößt hier oft auf kulturgeschichtlich interessante und wertvolle Dinge, die vielfach allerlei über uralte Volksbräuche auszusagen vermögen. Auch alteingesessene Bäcker besitzen noch heute jahrhundertealte Stöcke, in denen ganze Jagden, Schlösser und Ritter, Trachtengruppen und Städte eingeschnitten sind. Das Pferd als Bildschmuck ist uralt, ebenso auch der Storch und andere Fruchtbarkeits- und Lebenssymbole (so u. a. Hirsch, Hase und Löwe), die in reicher Gestaltungswandlung geschnitten sind und als leckeres, erhabenes Tafelbild den Gaumen reizen. Der Barock gestaltete diese Springerlesmodel besonders üppig. Wer alte Modeln als Familienschatz hat, ist also stolz darauf und kann es sein.

Charakteristisch aber ist: Alle diese Leckereien werden stets zu Hause von der Hausfrau selbst gebacken, nur in den wenigsten Fällen wird eine Schwäbin das Weihnachtsgebäck vom Bäcker fertig beziehen. Wenn drei Wochen, vierzehn Tage vor Weihnachten in jedem schwäbischen Haus mit dem Backen angefangen wird, erst dann wissen sie alle erst richtig, dass Weihnachten vor der Tür steht. Dann aber nimmt auch die ganze Familie am Backen teil, die Jugend aber am eifrigsten - alldieweil ihr ja auch die „Springerle“ am meisten Spaß bereiten und der Umtrieb, wenn „s Mutterle Guetsle backa tut“ für sie eine Art seelisch-körperliche Sensation bedeutet, die sie dann ihr ganzes Leben nicht mehr vergessen wird.

An einen besonderen Tag gebunden sind auch die Raberle, das alte Neujahrsgesäß in Calw. Es sind kleine Kümmelküchle aus Weißmehl, die als Neujahrsgruß von Familie zu Familie geschickt werden. Ein ähnlicher Brauch besteht in Welzheim, wo jedes Patenkind von seinem Dote (Paten) bis zur Verheiratung alljährlich zu Neujahr ein großes aus Hefeteig hergestelltes Schiffle erhält. Die Schiffle sind meist schön verziert und haben die Form eines Weberschiffes, weil es in früheren Zeiten in Welzheim und Umgebung noch viele Leinenweber gab, besonders unter den Bauern. Großzügig sind auch die Degginger Doten ihren Schützlingen gegenüber, denen sie am Klausentag (Niklastag) ein Männchen aus Hefeteig mit Rosinenaugen verehren, während die Patenkinder in Trossingen Weckenringe erhalten.

## **Springerle**

ZUTATEN:

500 g Zucker

500 g Mehl

4 Eier

nach Belieben eine kleine Messerspitze Hirschhornsalz  
etwas Zitronenschale

ZUBEREITUNG:

Die Eiweiße werden zu steifem Schnee geschlagen, mit dem Zucker und den Eigelben noch 3/4 Stunden gerührt, dann Zitronenschale und das gut getrocknete, gesiebte Mehl zugeben. Der Teig wird auf dem Nudelbrett oder mit der Küchenmaschine so lange geschafft, bis er schön zart ist, dann 1 Stunde kaltgestellt, ausgewellt, in die mit Mehl bestreuten Formen gedrückt, ausgestochen und auf ein mit Butter bestrichenes, mit Anis bestreutes Blech gegeben.

Die Springerle müssen vor dem Backen oben gut abgetrocknet sein (man rechnet ungefähr 20-24 Stunden); wenn der Boden ebenfalls trocken ist, so bestreicht man ihn mit leichtem Zuckerwasser (doch sei man vorsichtig, dass an die Oberfläche des Gebäcks kein Wassertropfen hinkommt). Um schöne Springerle zu erhalten, ist es sehr wichtig, dass der Backofen die richtige Hitze hat. Die Springerle müssen oben die weiße Farbe behalten, sollen gleichmäßige Füßchen bekommen, und der Boden soll goldgelb gebacken sein. Das Backen der Springerle geschieht am besten, wenn der Ofen nicht mehr zu heiß ist. In den ersten 20 Minuten wird der Backofen nicht ganz geschlossen, hernach lässt man die Springerle bei geschlossenem Ofen in mäßiger Hitze fertigbacken. Nach dem Backen bürstet man von jedem einzelnen Stück das Mehl ab.

## **Vanillebrötchen**

### **ZUTATEN:**

4 Eier  
250 g Zucker  
270-300 g feines Mehl  
1 Päckchen Vanillezucker oder 1/2 Stange Vanille

### **ZUBEREITUNG:**

Die ganzen Eier werden mit dem Zucker 3/4 Stunden gerührt, dann der Vanillezucker und löffelweise das Mehl zugeben. Man setzt kleine Häufchen auf ein mit Butter bestrichenes Blech, lässt sie über Nacht stehen, bis sie oben abgetrocknet sind und backt sie in schwacher Hitze.

## **Zimtsterne**

### **ZUTATEN:**

500 g Mandeln  
1 Zitrone  
750 g Staubzucker  
15-20 g Zimt  
Eiweiß von 8 Eiern

### **ZUBEREITUNG:**

Die Eiweiße werden zu steifem Schnee geschlagen, mit Staubzucker,

Saft und Schale von 1 Zitrone recht dick gerührt, so dass die Masse nicht mehr vom Löffel läuft. Dann wird eine große Tasse voll zum Guss zurückbehalten. Unter das übrige mischt man Zimt und die ungeschälten, geriebenen Mandeln, nimmt kleine Mengen von der Masse auf ein mit Zucker bestreutes Brett und wellt die Masse schwach fingerdick aus, wobei man durch Hin- und Herschieben das Anhängen des Teiges verhüten muss. Man sticht Sterne aus, setzt sie auf ein mit Wachs bestrichenes Blech, lässt sie ein wenig abtrocknen, überzieht sie mit einem Obstmesserr glatt mit dem Zuckerguss und backt sie in schwacher Hitze heraus. Zimtsterne gehören zum leckersten Kleingebäck.

## **Spitzbuben**

### ZUTATEN:

115 g Butter  
100 g Zucker  
200 g Mehl  
65 g geriebene Mandeln  
etwas Vanille  
Marmelade

### ZUBEREITUNG:

Die Zutaten werden auf dem Nudelbrett so lange gehackt, bis die Masse sich zusammenballt, dann leicht zusammengeschafft und kaltgestellt. Der Teig wird dann so dünn wie möglich ausgewellt, rund ausgestochen und in schwacher Hitze gebacken. Danach bestreicht man ein Plätzchen mit Hägenmark oder sonstiger Marmelade, setzt ein zweites darauf, wendet sie in Vanillezucker um oder bestreicht die obere Seite mit Vanille- oder Zitronenglasur.

## **Himbeerbrötchen**

### ZUTATEN:

250 g Zucker  
250 g Mehl  
3 Eier  
3-4 Esslöffel eingemachte Himbeeren

### ZUBEREITUNG:

Die ganzen Eier werden mit dem Zucker schaumig gerührt, dann die Himbeeren und das Mehl zugegeben, mit dem Löffel kleine Häufchen auf ein mit Wachs bestrichenes Blech gesetzt und den anderen Tag in nicht zu heißem Ofen gebacken.

## **Pomeranzenbrötchen**

ZUTATEN:

6 Eier  
500 g Mehl  
500 g Zucker  
90 g Pomeranzenschale  
90 g Zitronat

ZUBEREITUNG:

Die ganzen Eier werden mit dem Zucker 3/4 Stunden gerührt, das in Würfel geschnittene Zitronat, die Pomeranzenschalen und nach und nach das Mehl zugegeben. Mit dem Löffel setzt man kleine Häufchen auf ein vorbereitetes Blech und backt sie den anderen Tag in mäßig heißem Ofen.

## **Butter S**

ZUTATEN:

500 g Mehl  
250 g Butter  
125 g Zucker  
7 Eigelb oder 3 ganze Eier

ZUBEREITUNG:

Diese Zutaten werden auf dem Nudelbrett zusammengearbeitet und der Teig kaltgestellt; danach werden von der Masse S geformt, welche man über Nacht stehen lässt. Den anderen Tag bestreicht man sie mit zu leichtem Schaum geschlagenem Eiweiß, taucht sie in Hagelzucker oder geschälte gewiegte Mandeln und backt sie in guter Hitze hellgelb.

## **Albertle**

ZUTATEN:

125 g Butter  
250 g Zucker  
etwas Vanille  
500 g Mehl  
4 Eier  
250 g Stärkemehl  
3 Löffel Rahm  
12-20 g Backpulver

ZUBEREITUNG:

In die schaumig gerührte Butter gibt man abwechselnd Eier, Zucker, danach die übrigen Zutaten, behält jedoch 125 g Mehl zum Auswellen

zurück. Dann nimmt man alles aufs Nudelbrett und verarbeitet es zu einem glatten Teig. Nachdem dieser 1 Stunde geruht hat, wellt man einen Teil davon messerrückendick aus, drückt das Reibeisen darauf, sticht runde Brötchen aus und backt sie in schwacher Hitze hellgelb.

## Schwabenbrötchen

ZUTATEN:

375 g Mehl  
250 g Butter  
250 g Zucker  
250 g ungeschälte geriebene Mandeln  
1 Ei  
etwas Zitronenschale  
20 g Zimt  
1 Messerspitze Nelken

ZUBEREITUNG:

Diese Zutaten arbeitet man auf dem Nudelbrett zusammen, stellt den Teig etwas kalt, wellt ihn mit Mehl aus, sticht beliebige Figuren aus und lässt sie über Nacht liegen. Anderntags bestreicht man sie mit Eigelb, bestreut sie mit feingewiegteten Mandeln und Hagelzucker und backt sie in nicht zu heißem Ofen.

## Feine Ausstecherle

ZUTATEN:

500 g Mehl  
250 g Butter  
125-250 g Zucker  
3 Eier  
etwas abgeriebene Zitronenschale

ZUBEREITUNG:

Man macht einen gerührten oder gehackten Teig, wellt ihn einen halben Zentimeter dick aus, sticht beliebige Förmchen aus, die im Schwabenland lustige Figuren haben, und lässt die Ausstecherle in der Kälte steif werden. Dann taucht man sie mit der Oberseite in Eiweiß, groben Zucker oder gibt gehackte Mandeln darüber und bäckt sie in guter Hitze hellbraun.

## Schnitzbrot (Hutzelbrot) I

ZUTATEN:

2000 g Mehl  
2500 g getrocknete Birnenschnitze

1000 g getrocknete Zwetschgen  
1000 g Feigen  
1500 g Sultaninen  
1500 g Korinthen  
500 g Zitronat  
400 g Orangeat  
800 g gehakte Mandeln  
400 g Nüsse  
800 g Zucker  
20 g Salz  
200 g Hefe  
40 g Zimt  
15 g Anis  
8 g Fenchel  
2 abgeriebene Zitronen  
2/10 Liter Kirschwasser

#### ZUBEREITUNG:

Mit dem warmen Mehl und der Brühe der abgekochten Birnen, zusammen mit der Hefe einen Teig bereiten, angehen lassen und alle anderen Zutaten in angewärmtem Zustand dazugeben. Der Teig wird in kleine Laibchen geformt, die nochmals angehen und dann gebacken werden. Direkt aus dem Ofen kommend wird das Schnitzbrot glasiert.

## Schnitzbrot I

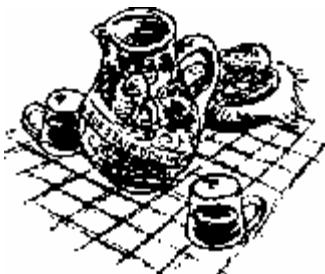
#### ZUTATEN:

500 g Birnen  
500 g Zwetschgen  
500 g Nüsse  
500 g Mehl  
500 g Sultaninen oder Rosinen  
500 g Feigen  
20-25 g Hefe  
1/2 Glas Kirschwasser  
25 g Zimt  
30 g Zitronat  
30 g Orangeat  
Nelken  
Fenchel und Anis nach Belieben  
125 g Zucker

#### ZUBEREITUNG:

Die Hutzeln werden verlesen, gewaschen, eingeweicht, wenn sie groß

sind, zerschnitten, Stiel und Blüte entfernt, dann ungefähr 1/2 Stunde gekocht und über die ausgesteinten Zwetschgen geschüttet und zugedeckt über Nacht stehen gelassen. Nun macht man am Abend zuvor oder früh morgens inmitten des Mehles einen Vorteig. Nachdem derselbe aufgegangen, bereitet man mit der Schnitzbrühe und Salz einen ziemlich festen Teig, gibt, wenn er genügend gearbeitet ist, die mit Mehl vermengten Früchte darunter. Beim Schaffen hüte man sich, die Früchte zu stark zu kneten, man nimmt den Teig von einem Ende ab und wirft ihn auf die andere Seite, macht dies so lange, bis sich alles gut von der Schüssel löst, bestreut das Ganze mit Mehl, stellt den Teig zum Gehen, und wenn das Mehl Risse zeigt, formt man Laibchen davon. Nachdem diese an einem nicht zu warmen Ort nochmals gegangen, backt man sie in gut heißem Ofen und bestreicht die Laibchen mit der Schnitzbrühe, die man mit etwas Stärkemehl aufkochen lässt, oder überzieht sie mit einer Wasserglasur und garniert sie mit halben Nüssen und Früchten.



## „Schloßgeist“, „Kernlestee“ und „Distelfink“

### Eine kleine schwäbische Weinvorlesung

Die echten Lebensgenüsse in Württemberg sind ohne den Wein nicht zu denken. Er gehört als köstliches, anregendes Elixier zu den Schwaben und deshalb genießen sie ihn auch, wann immer sie können, vor, nach und zu den Mahlzeiten.

Seit über 1000 Jahren pflanzt, pflegt und kultiviert man den Wein in Württemberg. Er hat die Menschen geprägt und deshalb gibt es nichts Interessanteres, als mit einem schwäbischen Weinkenner beim „Viertele“ zusammenzusitzen, wenn er über seinem goldenen Tropfen sinniert, plaudert und philosophiert. Wer klug ist, und dazu ein Gourmand, der wird jedoch selbst am besten Kenner des Württembergischen Weines. Man muss sich allerdings mit ihm auseinandersetzen und befreunden, wie man es mit den Menschen auch tun muss. Vielleicht schmeckt der oft etwas rezente, kräftige schwäbische Wein auf Anhieb nicht jedem. Doch er ist erdig und ehrlich, er hat ein „Bodengährtle“ und er ist in seinen Nuancen voller Überraschungen. Wer ihn erst einmal lieb gewonnen hat, der mag nicht gerne mehr auf ihn verzichten.

Schon im Mittelalter war der Schwabenwein am Hofe Kaiser Maximilians I. sehr beliebt. Den Herzog Heinrich von Braunschweig versöhnten zwei Wagen voll edlen Neckarweines bei einem gefährlichen Streit. Ja, und die Weisheit des württembergischen Herzogs Christoph wurde auf den Reichstagen erst recht bewundert, wenn sein Wein die Fürsten begeisterte. Die Mönche bauten im Schwabenland köstliche Tropfen, wie beispielsweise den „Elfinger Berg“ aus Maulbronn, und manch Nönnlein wurde zur tüchtigen Kellermeisterin. Die Freifrau von Stetten im Remstal holte sich in einem verschlossenen Krug gerne den guten Weißwein ihres Ortes, den sie als „Brotwasser“ deklarierte, denn damals war es noch nicht schicklich, als Dame Wein zu trinken. Was wir heute gottlob Überwunden hätten. Der schwäbische Wein beflogte berühmte Dichter, wie Hölderlin, Schiller, Uhland, Kerner, Mörike, Schubart und viele andere, zu herrlichen Gedichten, und wer einen fröhlichen Abend oder eine zufriedene Gesellschaft erleben will, der wähle unter den köstlichen Rebsorten

Württembergs, er wird viele unter den deutschen Spitzenweinen finden.

Die Weine sind variantenreich wie ihre Erde, auf der sie gedeihen. Sie kommen aus dem Neckartal, ja selbst aus der Großstadt Stuttgart und ihrer Umgebung. Köstliche Sorten spenden die Weinterrassen im Remstal, an der Bottwar, Schozach, Enz, Murr, Sulm und Lein. Im Hohenlohischen sind es die geschützten Hügel vor den Löwensteiner Bergen, die Ufer der Jagst, des Kochers und der Tauber, an denen sehr volle, rassige Weine gedeihen, und wer jemals einen Tropfen aus dem Weinsberger Tal, aus dem Stromberg- und Zabergäugebiet geschlürft hat, der preist diese Köstlichkeiten hoch.

Auf vulkanischem Gestein gedeihen herbere Arten am Rande der Alb bei Metzingen, Reutlingen, Tübingen, Neuffen, und wer an den sonnigen Gestaden des Bodensees einen Gutedel oder Weißherbst genossen hat, weiß, welche Seligkeit dieses Lebenselixier wirklich bringen kann.

Darf ich Sie nun in die schwäbische Weinwissenschaft, soweit sie eine Frau oder ein Gastgeber beherrschen sollte, einführen:

Der **Trollinger** führt die Skala der Rotweine an. Er ist durch seine kernige Art ein bekömmlicher Tischwein. In sehr guten Jahren ist der Trollinger dunkelrot, alkoholreich, aber nicht zu schwer. Ein sehr bekömmlicher, leichter, doch sehr ansprechender Rotwein ist der **Portugieser**.

Der **Lemberger** ist ein schöner voller Rotwein. Er ist spätreif, hat eine angenehme Bitterkeit in seinem Aroma und kann durchaus mit ausländischen Spitzenweinen konkurrieren.

Ein feiner, eleganter, fruchtiger Rotwein mit wenig Säure ist der **Schwarzriesling**. Er ist sehr bekömmlich und schmackhaft und lässt sich angenehm trinken. Eine Mutation des Schwarzrieslings ist der **Samtrot**, ein edler Qualitätswein.

Der hier noch angebaute **Clevner** ist auch eine Schwarzriesling-Art von sehr schönem ausgeglichenem und speziellem Charakter. Er ist wie der **Muskattrollinger** und der **Trollinger Urban** eine ausgefallene Traubensorte und wird nur noch von wenigen Weingärtnern und einigen Herrschaftsgütern angebaut.

Der König der Rotweine ist natürlich auch im Schwäbischen der blaue **Spätburgunder**. Er ist samtig, weich, sehr aromatisch.

Neben diesen Rotweinen, die 55-60% des Ertrages in Württemberg ausmachen, gedeihen hier auch prächtige Weißweinsorten. Nicht wenige davon erhielten als deutsche Spitzenweine Gold- und Silbermedaillen.

Der **Riesling**, in Geruch und Geschmack von eleganter, rassiger, bukett- und aromareicher Beschaffenheit, ist der König unter den Weißweinen.

Milder und lieblicher, besonders bei Damen sehr beliebt, ist der **Sylvaner**. Immer größerer Beliebtheit erfreut sich auch der **Müller-Thurgau**. Eine Kreuzung von Riesling und Sylvaner. Er ist mild und sehr aromatisch.

Schwerer und sehr ausgeprägt im Bukett ist der **Ruländer**, der zwar seltener vorkommt, aber zu manchen Gerichten hervorragend schmeckt.

Zu der vielgestaltigen Skala schwäbischer Weine gehört auch der **Traminer**, der ob seiner würzigen Duftigkeit und seiner vornehmen Eigenart eine herrliche Beigabe zu einem guten Mahl ist. Er ist auch als Aperitif-Wein, ähnlich wie der **Muskateller**, oder als Ergänzung zu Vorspeisen gut geeignet.

Viel wurde schon vom **Schillerwein** gesprochen, der zwar im Lande des berühmten Dichters Schiller beheimatet ist, doch mit dem Marbacher Poeten nichts zu tun hat. Der Schillerwein wird aus, zur gleichen Zeit gelesenen, roten und weißen Trauben zusammengekeltert. Er ist rezent, bekömmlich und wird gerne als Zechwein oder zum Vesper im Schwabenland getrunken.

Nach diesem kleinen „Vorspiel“ in unserer Weinsymphonie nun auch die Spielregeln.

Anstelle eines **Aperitifs** trinkt man im Schwabenland gerne einen aromatischen Wein. Er soll Stimulans und Freude bringen. Dazu eignen sich hervorragend die **Muskateller** oder **Traminer** Weine. So z. B.:

Karlsberg Muskateller  
Brüsselse Muskateller  
Gundelsheimer Ruländer

Gibt es zur **Vorspeise Pastetchen, Ragout fin oder gar Fisch**, so schätzt man einen **spritzen Riesling**. Aus der ungewöhnlich großen Weinskala mögen einige Sorten für viele sprechen:

Heilbronner Staufenberg Riesling  
Weinsberger Ranzenberg Riesling  
Eilfinger Berg - Maulbronn Riesling  
Schozacher Sturmfeder Riesling  
Stettener Hader Riesling  
Rosswager Halde Riesling  
Domäne Steinbachhof Riesling  
Brüsselse Süßmundriesling  
Stuttgart-Untertürkheimer Weißriesling

Zum hellen **Fleisch oder Geflügel** liebt man evtl. eine Steigerung zu Riesling-Spätlesen, oder wenn man vorher keinen Fisch gegessen hat und jetzt erst zum Weißwein greift, einen schön ausgebauten, ausgereiften **Sylvaner**. Sei es uns gestattet, immer nur anzudeuten, was es in der reichen Fülle der württemberger Rebsorten gibt:

Weikersheimer Schmecker Sylvaner  
Hösslinsülzer Sylvaner  
Schnaiter Halde Sylvaner

Besigheimer Castellan Riesling  
Niedernhaller Distelfink Sylvaner  
Ingelfinger Schloßgeist Sylvaner  
Criesbacher Kocherperle Sylvaner  
Heuholzer Dachsteiger Sylvaner

Auch **leichte Rotweine** sind zu **hellen Fleischspeisen** und zu **Geflügel** zu empfehlen. Natürlich gibt es auch hier viele individuelle Abstufungen. Am besten ist es für den Gastgeber, er versucht den Wein zuerst an der Quelle und wählt dann den der ihm am besten schmeckt für den eigenen Weinkeller. Sehr mundig sind zu oben genannten Gerichten die **Schwarzrieslinge**. Einige Beispiele hierfür sind:

Lauffener Schwarzriesling  
Talheimer Schwarzriesling

Wer **Spargel** in seiner Menüfolge vorgesehen hat, möge einen reifen vollmundigen Weißwein dazu kredenzen, der auch den Schinkengeschmack oder den der anderen pikanten Beilagen steigert. Sehr geeignet zu **Spargelgerichten** sind die **aromatischen, spritzigen Traminer oder Rieslings**.

Klingen diese Namen nicht hübsch:

Fleiner Eselsberg Riesling  
Eilfinger Berg Riesling  
Brüsseler Spitze Riesling  
Karlsberg Riesling Spätlesse  
Nordheimer Riesling  
Stettener Pulvermächer Riesling  
Verrenberger Traminer

Stehen nun **dunkler Braten oder Pfannengerichte** auf Madames Speiseplan, so sollte man hierzu einen vollen **kräftigen Rotwein** offerieren. Einige vollmundige, samtige Sorten seien als Anregung empfohlen:

Fellbacher Lämmler Trollinger  
Mundelsheimer Käsberg Trollinger  
Besigheimer Römerblut Trollinger  
Affaltracher Salzberg Trollinger  
Brackenheimer Zweifelberg Lemberger  
Heilbronner Wartberg Clevner  
Uhlbacher Götzenberg Trollinger  
Stuttgarter Mönchhalde Trollinger

Heilbronner Stahlbühl Trollinger  
Weinsberger Schemelsberg Lemberger  
Stuttgarter Kriegsberg Trollinger  
Burg Wildeck Spätburgunder  
Brüssle Trollinger Urban  
Hohenbeilsteiner Muskattrollinger  
Neipperger Heuchelberger Ruthe

Es ist stets richtig, wenn sich der Hausherr, der selbstverständlich für die Getränke sorgt, zuvor mit der Hausfrau oder der Köchin abspricht. Getränke und Speisen gehören aufeinander abgestimmt. So sind z. B. folgende Sorten zu **Wildgerichten** eine vollendete Ergänzung:

Fleiner Burgunder  
Schozacher Sturmfeuer Burgunder  
Schwaigerner Heuchelberger Breite Lemberger  
Steinbachhofer Lemberger  
Großheppacher Wanne Trollinger  
Rosswager Forstgruppe Burgunder  
Cannstatter Zuckerle, Trollinger

Zum Abschluss des Menüs reicht man gerne **Käse**, der sich besonders mit einem **schweren Rotwein** zu einem edlen Genus abrunden lässt.

Wichtig für jegliche Weinzeremonie - und das soll sie für Kenner sein - ist das richtige Temperieren des Weines. Rotwein will bei Zimmertemperatur genossen werden, also bei 16-18 Grad Celsius. Der Weißwein jedoch schon bei 10-12 Grad. Wobei nicht unerwähnt bleiben mag, dass ein jüngerer und leichterer Wein ruhig etwas kühler sein darf als ein reicher und voller Tropfen.

## Von den guten Geistern im Schwabenland

Fälschlicherweise wird der Schwabe von Leuten jenseits der Mainlinie mitunter als Feind „scharfer Sachen“ angesehen, weil er sich ein Glas Bier auch ohne Korn vorstellen kann. Hier handelt es sich um einen der vielen Trugschlüsse beim Versuch, süddeutsches Brauchtum zu begreifen. Zwar mag der Schwabe, im Gegensatz zu seinen nördlichen Nachbarn die Zunge schonen, wenn's ums Reden geht, aber beim Essen und Trinken bedient er sich ihrer mit genüsslicher Betriebsamkeit. Denn er hält es für barbarisch, die wichtigste Station vor dem Gaumen zu übergehen.

Niemals wird er deshalb ein Schnäpsle, das er zur Verdauung und manchmal auch als Appetitanreger nicht verschmäht, in einem Zug

hinunterkippen und warten, bis ihm sein Magen die Ankunft vermeldet. Vielmehr wird er es langsam über Zunge und Gaumen rinnen lassen, gleichsam um den Sinnesorganen zu ihrem wohlverdienten Privileg zu verhelfen, ohne den Magenwänden die solchermaßen angekündigte Erwärmung zu rauben. Der Schwabe trinkt die feurigen Wasser seines mannigfaltigen Obstgartens nicht - er genießt sie! Und was sind das für Hochgenüsse, so ein **Schwarzwälder Kirschwasser** zum Schinken oder zum Vesper, ein Zwetschgenwasser oder ein 10 Jahre alter Himbeergeist, Heidelbeergeist, Brombeergeist oder Mirabell. All das sind Produkte edler Früchte mit Duft und Charakter. Doch selbst der Obstbranntwein, der aus der Fülle der Apfel-, Zwetschgen-, Birn- und anderer Obstbäume, gebrannt wird, ist hochprozentig und sehr schmackhaft.

„Wer des nonderstürzt, ischt a Rindviech“, pflegte der Albbauer Sebastian Schäuffele am Stammtisch im „Löwen“ zu sagen. „Wenn's au manchmal guat wär', mr wär' a Rindviech. Dann dürft' mer's nämlich noch amol wiederkäue!“

## **Metzelsuppenlied**

Wir haben heut' nach altem Brauch  
Ein Schweinchen abgeschlachtet;  
Der ist ein komisch ekler Gauch,  
Der solch ein Fleisch verachtet.  
Es lebe zahm und wildes Schwein!  
Sie leben alle, groß und klein,  
Die blonden und die braunen!

Auch unser edles Sauerkraut,  
Wir sollen's nicht vergessen;  
Ein Deutscher hat's zuerst gebaut,  
Drum ist's ein deutsches Essen.  
Wenn solch ein Fleischchen weiß und mild  
im Kraute liegt, das ist ein Bild  
Wie Venus in den Rosen.

So säumet denn, ihre Freunde nicht,  
Die Würste zu verspeisen,  
Und laßt zum würzigen Gericht  
Die Becher fleißig kreisen!  
Es reimt sich trefflich: Wein und Schwein  
Und paßt sich köstlich: Wurst und Durst,  
Bei Würsten gilt's zu bürsten.

Und wird von schonen Händen dann  
Das schöne Fleisch zerlegt,  
Das ist, was einem deutschen Mann  
Gar süß das Herz beweget.  
Gott Amor naht und lächelt still  
Und denkt: „Nur dass, wer küssen will,  
Zuvor den Mund sich wische!“

Ihr Freunde, tadle keiner mich,  
Dass ich von Schweinen singe!  
Es knüpfen Kraftgedanken sich  
Oft an geringe Dinge.  
Ihr kennet jenes alte Wort,  
Ihr wisst: Es findet hier und dort  
Ein Schwein auch eine Perle.

Ludwig Uhland