



25 Jahre Slow Food Deutschland

VON MOORSCHNUCKE BIS SCHEERKOHLE

Nach den Festreden anlässlich des 25. Geburtstags von Slow Food Deutschland im Rathaus Bremen am 16. Juni ging es lecker zu. Ein großartiges Vier-Gänge-Menü hatten **Jens Witt** aus Hamburg und **Luka Lübke** aus Bremen mit Unterstützung von Köchen der Slow Food Chef Alliance zusammengestellt. Den Lesern des Slow Food Magazins haben sie einige der Rezepte verraten.

DER ERSTE GANG

Ei vom deutschen Lachshuhn / Bittersalate aus Vierlanden /
Holzofenbrot & Hamfelder Butter / Höri-Bullen-Salz

VINAIGRETTE ZU DEN BITTERSALATEN AUS VIERLANDEN

Die Bittersalate: Wilde Rauke, roter Kulturlöwenzahn und Wasabisalat.

Zutaten für ca. 4 Personen: ca. 60 ml Öl (davon $\frac{2}{3}$ hochwertiges Rapskernöl, z.B. von Teutoburger Ölmühle, und $\frac{1}{3}$ hochwertiges Olivenöl, z.B. Platanenblatt, Demeter, Herkunft Lesbos Griechenland), 15 ml Balsamico-Essig, Zitronensaft, 1 EL Aprikosenfruchtaufstrich, 1,5 EL mittelscharfer Senf, $\frac{1}{2}$ TL Dijonsenf, Meersalz; bei Bedarf etwas Wasser.

- Alle Zutaten außer dem Öl verrühren.
- Erst das Rapsöl und anschließend das Olivenöl in einem dünnen Strahl unterrühren. Den Zitronensaft nach Bedarf dosieren (jeder Essig ist unterschiedlich). Mit Wasser bei Bedarf verdünnen.

Tipps von Jens Witt, »Wackelpeter«: Darauf achten, dass die Öle und sonstigen Zutaten nicht zu kalt sind. Die Vinaigrette hält sich mindestens einen Woche im Kühlschrank.

HAMFELDER BUTTER

Jens Witt: Vorweg, die Butter von Hamfelde ist eine Süßrahmbutter, selbstverständlich kann auch jede andere Butter verwendet werden. Die Menge von 250 Gramm lässt sich reduzieren, allerdings wird es schwierig, weniger als 100 Gramm aufzuschlagen. Die Butter lässt sich im aufgeschlagenen Zustand nicht nur auf Brot, sondern auch für Gemüse verwenden.

Zutaten: 250 g Hamfelder Butter, Saft von $\frac{1}{4}$ Zitrone, Sojasauce, Meersalz.

- Die Butter rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen und wachweich werden lassen, mit einem Handrührgerät oder einem Besen so lange schlagen bis das Volumen sich verdoppelt und die Butter eine leicht gelblich-weiße Farbe angenommen hat.
- Jetzt Zitronensaft, Sojasauce und eine Prise Salz hinzugeben und abschmecken.

DER ZWEITE GANG

Boddermelks Angeballers nach Maries
Rezept / Kresse / Leindotteröl

BODDERMELKS ANGEBALLERS

(Mariechens Kartoffel-Buttermilch-Suppe)

Luka Lübke, Restaurant »Marie Weser«: Dieses Rezept hat mir meine Oma Mariechen beigebracht. Sie war die Tochter von Marie, der Namensgeberin von »Marie Weser«. Auf Plattdeutsch trägt dieses Gericht den schönen Namen »Boddermelks Angeballers« und war früher ein Arme-Leute-Essen.

Zutaten für ca. 4 Personen: 7 Kartoffeln (möglichst mehligkochende wie Augusta), 2 kleine Zwiebeln, 1–2 EL Butter, Salz, Muskatblüte, Gewürznelke, Kümmel nach Geschmack, 4 Eier (1 Ei pro Person), 1 Bund Schnittlauch, 1 unbehandelte Zitrone (Abrieb), 1 Becher Buttermilch (500 ml), Pfeffer, Prise Zucker.

Was Sie zum Kochen brauchen: großen Topf, scharfes Messer, Sparschäler, Stampfer oder Pürierstab, feine Reibe.

- Kartoffeln waschen, schälen, waschen und kleinschneiden. Zwiebeln schälen und kleinschneiden.
- Zwiebeln in der Butter glasig werden lassen, Kartoffeln und Gewürze dazugeben, etwas rühren. Mit Wasser bedecken und weich köcheln.
- In der Zwischenzeit die Eier weich kochen und pellen. Den Schnittlauch mit scharfem Messer in feine Röllchen schneiden. Zitronenschale fein abreiben (nur das Gelbe).
- Buttermilch und Zitronenschale in den Topf zu den Kartoffeln geben, alles pürieren. Nochmals vorsichtig erhitzen, nicht mehr kochen.
- Die Suppe abschmecken mit Salz, Pfeffer und Zucker. Mit Ei und Schnittlauch anrichten.

Varianten: mit Kresse, Schinkenwürfeln, Croutons oder gebratenen Jakobsmuscheln.

Weintipp: Riesling oder Silvaner.



demeter

DAVERT

Demeter-Chia
Neu & Nur von Davert

Faires Produkt für
kreativen Genuss –
Demeter Chia von
Davert.



Das Kyampisi-Projekt
im Herzen Ugandas.

Uganda

NEU



Endlich gibt es Chia in
Demeter-Qualität. Jetzt
entdecken. www.davert.de

Vielfalt für die kreative Küche

DER DRITTE GANG

Geschmorte Diepholzer Moorschucke / Gerösteter Brotring / Wildkräutergremolata

GESCHMORTE DIEPHOLZER MOORSCHUCKE

Jens Witt: Die Angabe von Fleischmengen ist schwierig. Wir haben Schultern, Keulen und Haxen verwendet. Das Fleisch wurde am Knochen geschmort und die Ausbeute ist ja nach Partie sehr unterschiedlich. Wir gehen hier einmal von einem Schulterstück aus, gehen auch davon aus, dass ein schweres Schmorgeschirr (Gusseisen emailliert) verwendet wird, das man zum Garen auch bei 160 Grad in den Ofen stellen kann.

Zutaten für ca. 4 Personen: ca. 800 g Schulter am Knochen von der Diepholzer Moorschucke, Rapskernöl zum Braten, ca. 500 g geputztes Grobgemüse (Möhren, Sellerie, Zwiebel), ½ Knoblauchknolle, ¼ l Rotwein, 1,5 EL Tomatenmark, 1 Bund frischer Thymian, zerstoßene schwarze Pfefferkörner, kleiner Zweig Thymian zum Anrichten, Meersalz und Wasser.

Die Schulter oder die Schulterstücke wenig salzen (Achtung, der Fond wird durch das Einkochen sonst zu intensiv) und kräftig aber nicht zu scharf anbraten. Anschließend aus dem Schmorgeschirr heben.

- In dem Bratensatz das in walnussgroße Stücke geschnittene Grobgemüse geben und kräftig anrösten.
- Dann das Fleisch, den Knoblauch, Pfeffer und das Tomatenmark zugeben. Alles noch einmal kräftig rösten, dann dreimal mit Rotwein ablöschen, wieder einkochen und erneut ablöschen.
- Mit Wasser knapp bedecken, vorsichtig aufkochen, abschäumen und unter Zugabe des Thymians langsam im 160 °C vorgeheizten Ofen garen.



- Das Fleisch aus dem Schmortopf heben und nach kurzer Auskühlzeit vom Knochen lösen. Sehnen, Fettstücke und alles Unansehnliche entfernen.
- Vom Fond ein wenig abnehmen. Die Abschnitte wieder in den restlichen Fond geben und für eine halbe Stunde noch einmal in den heißen Ofen stellen.
- Die Fleischstücke mundgerecht schneiden und im abgenommenen Fleischfond heiß stellen.
- Den Fond passieren und mindestens um die Hälfte reduzieren.
- Das Fleisch ausheben und mit dem reduzierten Fond und einem Thymianzweig anrichten.

WILDKRÄUTERGREMOLATA

Zutaten: 3 Zweige glatte Petersilie, 6 Zweige Knoblauchrauke, 4 Zweige Vogelmieze, 1 Handvoll Giersch und Franzosenkraut, 5 Calendulablüten (nur die Blütenblätter), 3 Zweige Majoran, 2 Zweige Thymian, 5 Zehen Knoblauch, 3 Blätter Salbei, 2 Zweige Rosmarin, 3 Zweige kleinblättriges Basilikum, Schale von 2 Biozitrone(n), 500–750 ml kretisches Olivenöl, Meersalz.

- Kräuter waschen und ganz trocken schleudern. Fein hacken, wenn die Stiele nicht sehr hart sind darf man sie mithacken, sie haben viel Aroma.
- Knoblauch mit dem Olivenöl und Salz mit dem Pürierstab pürieren. Die sehr fein gehackten Kräuter hinzufügen und auch noch einmal durchpürieren.
- Die Zitronenschale dazureiben, evtl. ein wenig Saft zugeben.

Barbara Stadler, »Die Kastanie«: Das ist ein herrliches Gewürz für Lamm, Fisch und Grillgemüse. Bei der Kräuterwahl sollte man darauf achten, dass auch kräftig schmeckende Kräuter dabei sind, Wildkräuter sind ja eher mild.

DER VIERTE GANG

Eis vom Bremer Scheerkohl / Bremer Einback-Krokant / Quitten-Brombeer-Senf

Das Dessert-Eis mit Samen vom Bremer Scheerkohl wurde von Harje Kaemana, Bio-Eis-Manufaktur »Snuten Lekker«, hergestellt.



Wer noch beim Festmenü geholfen hat:

Angela Schulze-Hamann, »Landgasthaus Schulze-Hamann« in Blunk

Thomas Sampl, Hamburg

Christoph Hauser, »Hauser's Kochlust« in Regensburg

Spezieller Dank an den Bremer »Young Urban Professional« Michael Heise.

