

Kochen mit Martina und Moritz vom 18. August 2018

Redaktion: Klaus Brock

Berliner Küche – Handfest und bodenständig, aber auch elegant und fein

Soleier	3
Spreewälder Gurkensuppe	5
Spreehocht	7
Berliner Eisbein auf zweierlei Erbspüree	9
Glibber- oder Wackelpudding	13

URL: <https://www1.wdr.de/fernsehen/kochen-mit-martina-und-moritz/sendungen/berliner-kueche100.html>



Alle Rezepte von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer

Die Berliner Küche – da geht es herzhaft und bodenständig zu. Kartoffeln spielen eine wichtige Rolle, die die Berliner schon dem Alten Fritz verdanken, denn dieser hatte die prächtigen Pflanzen mit den hübschen Blüten in seinen Parks gedeihen lassen. Dass man aus den Knollen, die um die Wurzeln wuchsen, eine gute Suppe kochen konnte, sprach sich bei den zunächst reservierten Bürgern erst herum, nachdem der listige König ein Feld bewachen ließ, um den Wert der Kartoffeln augenfällig werden zu lassen.

Aber es gibt auch feinere Genüsse: zum Beispiel Fisch aus der Havel, der Spree oder einem der unzähligen Seen rund um Berlin.

Die Hugenotten brachten Einflüsse aus der französischen Küche in die heutige Hauptstadt. Die deftigeren Gerichte kamen sowohl aus dem slawischen Raum als auch durch die Schlesier und aus Böhmen in die Stadt. Der von den Amerikanern nach dem Krieg importierte Ketchup wurde zum Vater der Currywurst, heute ist der Döner das längst heimisch gewordene Mitbringsel der türkischen Mitbewohner. Berlin war von jeher, und ist es bis heute noch, ein Schmelztiegel, in dem die Menschen aus den unterschiedlichsten Gegenden zusammentrafen und -treffen. Das lässt sich auch an der Küche ablesen. An jeder Ecke der Stadt, so hat man immer gern gelästert, ist eine Kneipe. Und dort stand man am Tresen, zischte die Molle (das Bier), aß einen Rollmops dazu oder knickte ein paar Soleier.

Soleier

Das hohe Glas mit gekochten Eiern in einer salzgesättigten Lake ist heute selten geworden, früher gehörte es jedoch auf jede Wirtshaustheke. Man aß diese würzigen Eier gern aus der Hand – als nötige Grundlage, falls man zur Molle auch noch den beliebten Korn zu sich nahm, der schnell zu Kopf steigen konnte, wenn man sich nicht vorsah. Das Einlegen in Salz diente jedoch auch zum Konservieren. Trotz des teuren Preises für Salz wurde dieses Einlegen betrieben, denn es war ein gewisser Mindestsalzverbrauch pro Haushalt vorgeschrieben, eine trickreiche Vorschrift des Königs, um die preußischen Salinen auszulasten und Steuern einzutreiben.



Zutaten für ein Glas von 3 Litern Inhalt:

- 10 Eier
- 1 l Wasser
- 100 g Salz
- 1 EL Pfefferkörner
- 2 EL Senfsaat
- 1 TL Wacholderbeeren
- 4 Lorbeerblätter
- eventuell 1 getrocknete Chilischote

Zum Verspeisen:

- Essig
- Senf
- Salz
- Pfeffer

- Öl
- evtl. Worcestershiresoße

Zubereitung:

- Die Eier in etwa neun bis zehn Minuten hart kochen, etwas abkühlen lassen. Dann sehr behutsam rundum leicht anknicken, damit sie nachher in der Sole die Gewürze schön aufnehmen können. In ein großes Glas schichten.
- Das Wasser aufkochen, Salz darin auflösen und die Gewürze zufügen. Abkühlen lassen und über die Eier gießen, die davon bedeckt sein müssen. Die Gewürze sollten sich dabei hübsch zwischen den Eiern verteilen. Mindestens 24 Stunden, besser sogar mehrere Tage lang durchziehen lassen.
- Und so werden die Soleier gegessen: Die Eier schälen, längs halbieren, das Eigelb vorsichtig herauslösen, dabei das Eiweiß nicht verletzen. Einen Ring von Senf rundum auf den Rand einer Eiweißhälfte setzen, Essig und Öl in die Aushöhlung füllen, eventuell noch salzen, pfeffern.
- Nach Belieben auch mit Cayenne oder Tabasco und/oder Worcestershiresoße würzen. Das halbe Eigelb vorsichtig umgedreht darauf setzen und die Eihälfte mit einem Happes verspeisen.
- Zierlicher sieht es aus, wenn man die halbierten Eier mit Essig, Öl, Senf und Gewürzen auf einem Teller mischt und häppchenweise zusammen mit einem Stück Brot genießt. Nach Belieben auch mit fein geschnittenem Schnittlauch mischen, auf ein geröstetes dunkles Brot streichen und in kleine Häppchen schneiden.

Tipp: Mit einer Gabel nur die Eigelbe mit Essig, Öl, Senf und Gewürzen zu einer Art Creme zerdrücken und diese in die Eiweißhälften füllen.

Getränk: Natürlich die berühmte Molle, also ein Bier – den Korn sparen wir uns lieber. Oder die ebenso berühmte Berliner Weiße, besonders schön im bauchigen Berliner-Weiße-Glas. Nach Belieben mit dem nötigen Schuss Himbeersirup oder grünem Waldmeistersirup verfeinern, der das Bier rot oder grün färbt, ihm die charakteristische Säure nimmt und dafür künstliche Süße gibt. Diese muss man freilich mögen! Wer keine Berliner Weiße bekommt, bereitet das durchaus erfrischende Getränk mit Hefe-Weißbier zu – schmeckt anders, aber auch nicht schlecht.

Spreewälder Gurkensuppe

Die wohl berühmteste Spreewälder Spezialität sind die Gurken, die im sandigen Boden besonders gut gedeihen. Und es sind nicht etwa die schlangenartigen Salatgurken gemeint, sondern die knubbeligen, dicken Einmach- und Gemüsegurken. Um sie haltbar zu machen, salzte man sie ein. Dadurch entwickelte sich eine Milchsäuregärung wie beim Sauerkraut, die das grüne Gemüse in eine pikante, höchst angenehm schmeckende, knackige Beilage umwandelte. Diese servierte man zu Bratkartoffeln, zu Wurst oder zum Abendbrot. Da ihre Herstellung komplizierter ist und eine sichere Haltbarkeit nicht so einfach herzustellen ist, wurden sie, die echten „Sauren Gurken“, im letzten Jahrhundert häufig durch simple Essiggurken mit Gewürzen ersetzt.

Heute besinnt man sich wieder und stellt im Spreewald nach traditioneller Art vergorene Gurken her. In dieser Suppe sind sie in der Tat überaus erfrischend und originell. Basis ist eine Kartoffelsuppe, aufgefüllt mit dem Saft von Spreewälder Gurken und mit den gewürfelten Gurken als Einlage. Also bitte keine Gewürzgurken verwenden, sondern richtige milchsaurer Gurken.



Zutaten für vier bis sechs Personen:

- 1 Zwiebel
- 2 EL Butter
- 2 Knoblauchzehen
- 400 bis 500 g mehlig Kartoffeln
- Salz
- Pfeffer
- ½ l Brühe

- 1 Glas (200 g) Saure Gurken (milchsauer vergoren, keine Gewürzgurken)
- 150 g Sahne
- Dill

Zubereitung:

- Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in der Butter andünsten. Den gehackten Knoblauch und die geschälten und gewürfelten Kartoffeln hinzufügen. Salzen, pfeffern, mit Brühe auffüllen und zugedeckt 20 Minuten weich kochen.
- Dann die Gurkenflüssigkeit hinzugeben, ebenso die Sahne. Nochmals erhitzen, abschmecken.
- Die in Würfel geschnittenen Gurken und reichlich fein geschnittenen Dill unterrühren. In Suppentassen servieren.

Beilage: herzhaftes Bauernbrot.

Spreehecht

Die zahlreichen Gewässer in und um Berlin sind gefüllt mit den großartigsten Fischen: Von Aal bis Zander, aber auch Hecht und Karpfen findet man mittlerweile wieder überall. Spreehecht und Havelzander sind die wohl begehrtesten Fische. Der Hecht ist ein besonders feiner Fisch und er ist mühelos zubereitet.



Zutaten für vier Personen:

- 1 kleinerer Hecht (ca. 1 kg)
- 60 g Butter
- Salz
- Pfeffer
- 1 Zitrone
- 1 Bund Petersilie
- einige frische Lorbeerblätter

Zutaten für die Kräutersoße:

- 2 bis 3 Schalotten oder 1 weiße Zwiebel
- 2 EL Butter
- 1 Glas Weißwein
- 100 g Sahne oder 50 g eiskalte Butter
- Salz
- Pfeffer
- Zitronensaft
- 2 Handvoll Kräuter (Kerbel oder Petersilie, Dill)

Zubereitung:

- Den Hecht innen und außen gründlich waschen, mit Küchenpapier abtrocknen.
- Auf der Arbeitsfläche mit einem großen und scharfen Messer auf beiden Seiten quer zur Längsrichtung parallele Schnitte in Abständen von vier bis fünf Zentimetern bis auf die Mittelgräte setzen.
- Die Butter mit Salz, Pfeffer, reichlich abgeriebener Zitronenschale und fein gehackter Petersilie verkneten. Jeweils ein Stück davon in die Schnitte geben, außerdem jeweils ein kleines oder halbes frisches Lorbeerblatt hineinstecken.
- **Tipp:** Falls Sie keinen frischen Lorbeer haben, lieber darauf verzichten als getrocknete Blätter zu verwenden. Sie sind zu intensiv. Stattdessen eventuell dünne Zitronenscheiben verwenden.
- Den Hecht auf ein großes Stück Alufolie betten – auf die glänzende Seite. Die Stelle, auf der er zu liegen kommt, mit etwas Butter einstreichen.
- Die Folie über dem Fisch hochnehmen und zusammenfalten. Darauf achten, dass ein Luftraum bleibt, in dem genügend Luft zirkulieren kann. Es macht aber nichts, wenn die Folie nicht ausreicht, um geschlossen zu werden. Wichtig ist, dass sie so hoch hervorsteht, dass sie Butter und Saft auffängt.
- Das Paket auf ein Blech setzen und in den bei Heißluft 150 °C heißen Ofen schieben (170 °C Ober- und Unterhitze).
- Nach etwa 20 Minuten ist der Fisch gar – man spürt es, wenn er auf behutsamen Fingerdruck nachgibt und nicht mehr elastisch zurückkommt.
- In der Zwischenzeit die Soße ansetzen: Schalotten oder Zwiebel fein würfeln und in einer Kasserolle in der heißen Butter weich dünsten.
- Erst dann den Wein angießen und rasch um die Hälfte einkochen, schließlich die Sahne oder die eiskalte Butter neben dem Herd in kleinen Stücken zufügen.
- Mit dem Mixstab alles aufmixen und zu einer cremigen Soße emulgieren.
- Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Den Saft aus dem Folienpaket zufügen, auch die gehackten Kräuter.
- Den Hecht auf einer vorgewärmten Platte anrichten. Kleine, in Petersilienbutter geschwenkte Pellkartöffelchen drumherum anrichten. Getrennt dazu die Soße in einer Sauciere reichen.

Beilage: ein Gurkensalat.

Getränk: ein herzhafter Riesling, ein cremiger Weißburgunder oder ein eleganter Chardonnay aus Burgund.

Berliner Eisbein auf zweierlei Erbspüree

Der Klassiker in der Berliner Küche. Ganze Gasthäuser waren einmal darauf spezialisiert und hatten Eisbein in sämtlichen Größen und Variationen auf der Karte. Das Eisbein ist die hintere Haxe, die in Bayern gebraten oder vom Grill auf den Tisch kommt. Hier wird sie gepökelt und dann sanft gesotten. So, wie man das in anderen Regionen mit den viel kleineren Vorderhaxen macht: mit dem Hämmchen im Rheinland oder dem Surhaxl in Bayern. Es soll übrigens den Namen „Eisbein“ deswegen tragen, weil man einst aus den Knochen eine Art Schlittschuh herstellte.



Zutaten für vier Personen:

- 1 schönes Eisbein von 1,5 kg (beim Metzger unbedingt fünf Tage vorher bestellen, damit er genügend Zeit hat, die Haxe zu pökeln)
- 1 große oder 3 kleine Zwiebeln
- 3 Nelken
- 1 Stück Möhre
- 1 Stück Lauch
- 1 Stück Sellerie
- 4 Lorbeerblätter
- 1 EL Pfefferkörner
- 1 EL Senfsaat
- 1 TL Wacholderbeeren
- 1 TL Piment
- 1 getrocknete Chilischote
- 1 bis 2 Knoblauchzehen
- Salz

Zutaten für gelbes Erbspüree:

- 500 g gelbe, geschälte Erbsen
- 1 Stück Möhre
- 1 kleine Zwiebel
- Petersilienwurzel
- 1 Stück Lauch
- 1 Stück Speckschwarte
- Salz
- Pfeffer

Zutaten für die Stippe:

- 100 g durchwachsener Speck
- 1 bis 2 Zwiebeln
- 1 bis 2 EL Öl

Zutaten für grünes, frisches Erbsenpüree:

- 1 Paket TK-Erbsen (450 g)
- 2 Schalotten oder 1 Zwiebel
- 2 EL Butter
- Salz
- Pfeffer
- Cayennepfeffer
- 1 Prise Zucker
- etwas Brühe
- Petersilie
- wenn vorhanden, etwas frische Minze
- abgeriebene Zitronenschale

Zutaten für das Sauerkraut:

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 säuerlicher Apfel
- 2 EL Gänseschmalz oder Öl
- 1 kg Sauerkraut
- ½ Flasche Weißwein
- Salz
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Wacholderbeeren

Zubereitung:

- Das Eisbein in einen passenden Topf legen, die Zwiebel(n) schälen und mit den Nelken bestecken.
- Möhre, Lauch und Sellerie putzen, schälen und zentimetergroß würfeln, rundum verteilen, ebenso die Gewürze, auch das Salz (etwas davon ist nötig, damit das Pökelsalz nicht aus dem Fleisch gezogen wird, das dadurch fade würde).
- Soviel Wasser angießen bis alles gerade eben knapp bedeckt ist. Ohne Deckel das Wasser zum Kochen bringen.
- Nach dem ersten Aufwallen die Hitze herunterschalten bis es nur noch ganz leise blubbert. Den Deckel auflegen, die Hitze nochmals korrigieren, damit das Wasser niemals kocht.
- Etwa zwei bis drei Stunden ziehen lassen. Das Fleisch löst sich dann vom Knochen und ist butterzart.
- Für das gelbe Erbspüree die Erbsen bereits einige Stunden vorher (geschälte Erbsen müssen nicht eingeweicht werden, es verkürzt aber die Kochzeit) mit einer Handbreit Wasser gut bedeckt einweichen.
- Dann das Wurzelgemüse putzen, klein würfeln, und mit den abgetropften Erbsen in einen Topf füllen, salzen, die Speckschwarte obenauf legen und alles mit frischem Wasser bedecken.
- Langsam zum Kochen bringen, ebenfalls nach dem Aufwallen herunterschalten.
- Die Erbsen nicht kochen, sondern unter dem Siedepunkt gar ziehen lassen. Das dauert, je nach Alter der Erbsen (und der Dauer der Einweichzeit) zwischen 45 und 90 Minuten.
- Die Erbsen dann mit dem Mixstab glatt pürieren, eventuell zusätzlich durch ein Sieb streichen, abschmecken und in einer Schüssel anrichten.
- Für die Stippe den Speck fein würfeln und in einer Pfanne auslassen.
- Die sehr fein gewürfelten Zwiebeln zufügen, und alles miteinander rösten bis es duftet. Eventuell einen Löffel Öl angießen, falls der Speck nicht fett genug ist.
- Und am Ende, bevor die Zwiebeln zu dunkel brutzeln, einen Schuss Eisbeinbrühe angießen. Einen Teil davon über dem Püree verteilen, den Rest getrennt dazu servieren.
- Für das frische grüne Erbspüree die Schalotte oder Zwiebel fein würfeln und in heißer Butter andünsten, etwas gehackte Petersilie und Minze, Salz und Pfeffer, Cayennepfeffer sowie die Prise Zucker zufügen.
- Auch die Erbsen mit ein klein wenig Brühe angießen, und das alles etwa zehn Minuten leise dünsten lassen. Falls dabei zu viel Flüssigkeit verdampft, die Hitze reduzieren und einige Tropfen Eisbeinsud zufügen.
- Am Ende mit dem Mixstab alles pürieren – es dürfen ruhig Erbsenstückchen sicht- und spürbar bleiben.
- Ist die Masse zu fest, Eisbeinsud zufügen.
- Gut abschmecken, vor allem mit Zitronenschale, etwas fein geschnittene Petersilie und Minze (oder Zitronenmelisse) unterrühren und nochmals durchmischen.

- Für das Sauerkraut die Zwiebel fein würfeln, in einem Topf im heißen Schmalz oder Öl andünsten.
- Knoblauch und in dünne Scheibchen gehobelten Apfel (ruhig mit Schale) zufügen.
- Das zerzupfte Kraut untermischen. Salzen, die Wacholderbeeren und Lorbeerblatt zufügen.
- Wein angießen, am besten einen säuerlichen Riesling und leise etwa 20 Minuten zugedeckt köcheln lassen.
- Zum Anrichten Kraut auf der Mitte des großen Serviertellers verteilen, das Eisbein darauf betten und an den Seiten grünes, bzw. gelbes Erbspüree verteilen. Auf letzteres kommt eine Portion Stippe.

Beilage: eventuell Salzkartoffeln. Natürlich reichlich Mostrich (Senf) und nach Gusto auch Chillisoße.

Getränk: Klassisch ist hier natürlich die Molle. Und, damit man so viel Fett auch verträgt, dazu den üblichen Korn. Aber es passt selbstverständlich auch ein herzhafter, kraftvoller Weißwein mit viel Säure, damit er die Zunge wieder sauber putzt.

Glibber- oder Wackelpudding

Wackelpudding liebt jeder, vor allem, wenn er aus frischen Früchten gemacht ist. Dann ist es ein fabelhaftes Dessert, das nicht viel Mühe macht.



Zutaten für vier bis sechs Personen:

- 300 g TK-Himbeeren (ersatzweise $\frac{1}{4}$ l dickflüssige Himbeersoße oder Himbeersaft)
- 300 g rote TK-Johannisbeeren (oder $\frac{1}{4}$ l Johannisbeersaft)
- Zucker nach Gusto
- 3 Blatt Gelatine
- flüssige Sahne

Zubereitung:

- Himbeer- und Johannisbeersaft kann man ganz einfach selbst herstellen: Gefrorene Früchte mit etwas Zucker und Wasser aufkochen und durch ein Sieb streichen.
- Diese leuchtend rote Flüssigkeit abmessen, nach Geschmack süßen.
- Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, abtropfen lassen und für etwa 20 Sekunden in der Mikrowelle erhitzen.
- Dann langsam in mehreren Portionen den Saft angießen und dabei kräftig rühren.
- Alternativ kann man auch klassisch vorgehen: Den Saft selbst erhitzen, und die Gelatine darin auflösen.

- Zum Schluss in Gläser verteilen. Abkühlen und im Kühlschrank über Nacht fest werden lassen.
- Zu Tisch bringen, zusammen mit der flüssigen Sahne im Kännchen. Dann kann sich jeder so viel obenauf gießen, wie er mag, und beides miteinander löffeln.
- Wir nehmen übrigens erheblich weniger Gelatine als man das früher tat. Wir können den Pudding dann zwar nicht stürzen, sondern müssen ihn in ein Glas füllen, aber dafür schmeckt er intensiver – denn Gelatine raubt Geschmack.

Getränk: Kaffee, ein süßer Wein oder, wenn es beliebt, Berliner Weiße mit dem persönlich bevorzugten Schuss.