

Ritter

Rochbuch



Heiko Schwartz



Vom Saufen und nicht durstig sein	7	Wildschwein in Honigkruste	60
Bier brauen	9	Roter Hirsch mit gelber Quitte	63
Apfelwein	12	Würzfasan mit Nüssen	64
Grundrezept Würzwein	14	Gans im Hirsebett	67
Trank der alten Götter - Met	16	Hammel mit lauch in Minzsoße	69
Unser tägliches Brot	19	Lamm in Knoblauch und Rosmarin	72
Sauerteig	20	Kalb in Senfsoße	74
Weißes Fladenbrot	21	Gehacktes Kuchlein	76
Bauernbrot mit Kräutern und Nüssen	22	Wenn der Pfaffe zu Besuch... Fastentage	79
Bierbrotsuppe	24	Mandelmilch	80
Arme Ritter	26	Fastenhahn in Mandelmilch	82
Grundrezept Brei	27	Kräuterteicht im Weingee	84
Süßer Brei	28	Forelle im Säckchen	85
Pikanter Bauernbrei	29	Lachs in Kräutersoße	86
Krumme Krapfen	30	Clai in Salbei-Nuss Soße	88
Eierkuchen mit Kräutern und Speck	33	Heringspastete	89
Suppen	34	Die Verführung der Engel	90
Frühlingsuppe	35	Marzipan	92
Gerstensuppe	36	Honigwaffeln	94
Linseneintopf	39	Schmalzküchlein	98
Lauchsuppe	41	Bratapfel	101
Fischsuppe	42	Nonnenpfützchen	103
Hädnische Eier im Schnee	44	Vischoffs-Beeren	104
Wilder Salat	47	Grundfertigkeiten	108
Das kam auf des Ritters Tafel	49	Räuchern	111
Rehrücken vom Spieß	50	Pökeln	112
Wild	52	Käse	114
Wildkaninchen am Galgen	53	Senf	118
Malvasier	54	Butter	121

Das Mittelalter ist ohne ein ordentliches Besäufnis nicht vorstellbar. – So weit das Fälschee. Und wie an den meisten Vorurteilen ist natürlich etwas dran. Wenn wir an Klöster denken, denken wir zwangsläufig auch an Bier. Kaum ein Kloster, wo es nicht gebraut wurde und noch heute kennen wir diverse Biermarken, die ihren Namen einem Orden verdanken.

Wir wissen, dass im Mittelalter bereits Kinder Bier tranken, in Hamburg oder Lübeck wurde Wein angebaut – sicher ein ungenießbares Tröpfchen, ja es ist sogar belegt, dass es die Tullen der Zinnkannen dank der hohen Säure wegätzte, aber man muss so etwas ja nicht pur trinken.

Met gehört zu den typischen Getränken, die uns auf allen Mittelaltermärkten begegnen und an denen wir auf keinen Fall vorbei kommen, wenn wir uns mit dem Mittelalter beschäftigen.

Vergorene Limonaden aus Äpfeln, Ingwer, aber auch aus allerlei Getreide oder schlicht aus Hefe waren weitverbreitet.

Ein ritterliches Festgelage ohne zahlreiche Krüge mit alkoholischen Getränken ist für uns kaum vorstellbar und in der Tat muss es wohl hoch hergegangen sein in den Wirtschaftshäusern, Ratssälen und Burghallen. Wenn gefeiert wurde, dann richtig und wenn getrunken wurde, dann richtig.

Das Alles darf aber nicht darüber hinwegtäuschen, dass Bier und Wein wohl meist einen wesentlich geringeren Alkoholgehalt aufwiesen als heute. Selbstverständlich gab es auch Weine mit 13 Vol% und auch das gute Bier vieler Klosterbrauereien wird wohl die Stärke unseres Bockbieres gehabt haben, aber nicht selten wurden Wein und Bier verdünnt getrunken und die unteren Stände konnten sich ohnehin keine Getränke höherer Qualität leisten und tranken das was da war – und das hatte in aller Regel nicht die Qualität und den Gehalt an Alkohol, wie wir es heute gewohnt sind.

Hinzu kommt, dass harte körperliche Arbeit, und die Kleinsten nach heutigen Gesichtspunkten auch schon Kinder, eben dazu führt, dass man Alkohol besser abbaut. Da macht es dann nichts, wenn man den Tag mit einem großen Becher dünnem Bier beginnt und bis zum Abendrot noch einige Krüge hinzukommen.

Aber für alle Autofahrer: keine Sorge – es ist genauso authentisch Fruchtsäfte, Wasser oder Schorlen, Kräuter- oder Früchtetees sowie Milch von Kuh, Ziege, Schaf oder Pferd zu trinken. Die Mehrzahl der Menschen im Mittelalter dürfte ihren Durst ohnehin mit Wasser gelöscht haben – es war am billigsten, auch wenn es sich eben nicht allzu lange hält, wenn es Bach oder Quelle einmal entnommen ist.

Apfelwein

Zutaten:

frischer Apfelsaft (am besten mit einer Kelter frisch gepresst)

Gärballon mit Gärverschluss

Im Prinzip können Sie mit diesem Rezept alle Fruchtweine herstellen. Probieren Sie es einfach mal aus. Wichtig ist jedoch: Äpfel gären relativ schnell und einfach, bei anderen Früchten ist häufig der Zusatz von Hefe nötig!

Den frischen Saft in einen Gärballon füllen (etwas Luft darin lassen für den Gärschaum). Genug Saft zum vollständigen Befüllen aufbewahren!

Den Ballon mit dem Gärverschluss verschließen und bei etwa 15° Celsius am besten im Keller 2-3 Tage gären lassen. Es bildet sich ein braun-weißer Schaum auf dem Saft. Wenn dies nach 3-4 Tagen nicht der Fall ist, ist der Gärprozess gescheitert, evtl. Weinhefe zusetzen und Temperatur ganz leicht erhöhen.

Den Wein 2-3 Wochen gären lassen, bis sich kaum mehr neuer Schaum bildet. Den Ballon nun komplett füllen. In dieser Zeit kann man den jungen Apfelwein bereits als „Brauser oder Rauscher“ genießen!

Wer Geduld hat, wartet etwa acht Wochen, dann ist der Gärprozess fast abgeschlossen. Nun muss der Wein umgefüllt werden, ohne die Hefe, die sich auf dem Boden abgesetzt hat.

Sollte nach 3-4 Monaten noch Wein übrig sein, den Wein nochmals von der Hefe abziehen, dann hält er sich wesentlich länger.



Eierkuchen mit Kräutern und Speck

Mehl, Eier und Milch zu einem Teig verrühren. Kräuter klein schneiden und hinzugeben.

In einer Pfanne jeweils gewünschte Menge Speck auslassen und Teig darübergeben.

Von beiden Seiten goldbraun backen.

Zutaten:

250 g Mehl

3 Eier

1/2 Liter Milch

200 g durchwachsener
Speck

Kräuter nach Saison

Tipp: Schmeckt mit ein wenig saurer Sahne garniert oder mit etwas geraspelten würzigem Käse noch besser.

Getränk: Am besten ein dunkles Bier.





Roter Hirsch mit gelber Quitte

Hirschfleisch in Würfel schneiden.

Zwiebeln klein schneiden und in etwas Öl anbraten. Zerbröselte Zimtstange, 2 Lorbeerblätter, zerstoßene Nelke und die Haselnüsse hinzufügen.

Jetzt das Hirschfleisch scharf anbraten.

Alles zusammen in einen Bratentopf geben und mit Rotwein und Sahne ablöschen.

Das Kerngehäuse der Quitten entfernen und hinzugeben.

Alles zusammen bei geschlossenem Deckel 90 Minuten im Backofen bei 180° Celsius schmoren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu passt ein leichter Salat und weißes Brot.

Zutaten:

800 g Hirschfleisch

2 kleine Zwiebeln

1 Nelke

Zimtstange

Lorbeerblätter

50 g Haselnüsse

1/2 Liter Rotwein

1 Becher Sahne

5 Quitten

Öl

Salz, Pfeffer

Lamm in Knoblauch und Rosmarin

Zutaten:

Lammkeule

4 Knoblauchzehen

Rosmarin, Estragon
Thymian

100 g Walnüsse

Honig

1/4 Liter Weißwein

Salz, Pfeffer

Öl

Knoblauch klein schneiden und mit den gehackten Kräutern (Rosmarin, Estragon und Thymian), 2 EL Honig und etwas Öl im Mörser zu einer geschmeidigen Masse verrühren.

Wein mit Salz und Pfeffer vermischen und in den Bratentopf geben.

Lammkeule mit der Knoblauchmasse von allen Seiten bestreichen und im Bratentopf oder im Backofen bei 180° C etwa 1-2 Stunden braten.

Zwischendurch (2 bis 3-mal) immer wieder mit der Masse bestreichen.

In der Zwischenzeit die Walnüsse klein hacken und mit etwas Honig, Salz und Rosmarin in der Pfanne anbraten.

Kurz bevor das Fleisch fertig ist, die Lammkeule mit den Honig-Rosmarinnüssen bestreichen und servieren.

Tipp: Ein Haferbrei mit geröstetem Rosmarin passt gut dazu.

