



SingLiesel

Günter Neidinger

Was hat die Oma heut' gekocht?

Rezeptgeschichten

Rezepte zum Ervaten – Geschichten zum Vorlesen





SingLiesel

Über den Autor:

Günter Neidinger wuchs mit fünf Geschwistern auf, studierte in Karlsruhe und wirkte lange Jahre als Lehrer und Rektor. Seit vielen Jahren ist er erfolgreicher Autor von Erzählungen, Geschichten und Vorlesebüchern. Seine Bücher zeichnet ein feiner Humor aus, der gerade ältere Menschen besonders anspricht.

Impressum:

Druck: FINIDR, Czech Republic
Satz: Róser MEDIA GmbH & Co. KG, Karlsruhe
ISBN 978-3-944360-50-8

© 2018 SingLiesel GmbH, Karlsruhe
www.singliesel.de

Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, vorbehalten. Dies betrifft auch die Vervielfältigung und Übertragung einzelner Textabschnitte, Zeichnungen, Bilder oder Aufnahmen durch alle Verfahren wie Speicherung und Übertragung auf Papier oder unter Verwendung elektronischer Systeme.

Günter Neidinger

*Was hat
die Oma
heut' gekocht?*

Rezeptgeschichten

*Rezepte zum Erraten –
Geschichten zum Vorlesen*

Inhaltsverzeichnis

<i>Kartoffelsuppe</i>	6
<i>Linsengemüse</i>	12
<i>Frikadellen</i>	18
<i>Semmelknödel</i>	24
<i>Pellkartoffeln mit Quark</i>	30
<i>Fleischsauce (Bologneser Sauce)</i>	36
<i>Sauerkraut mit Kasseler</i>	42
<i>Kartoffelpuffer (Reibekuchen) mit Apfelmus</i>	48
<i>Ungarisches Gulasch</i>	56
<i>Kohlrouladen (Krautwickel)</i>	64
<i>Tomatensuppe italienische Art</i>	70
<i>Paniertes Schnitzel Wiener Art</i>	76
<i>Eingelegte Sahneheringe mit Pellkartoffeln</i>	82

<i>Leipziger Allerlei</i>	88
<i>Paniertes Fischfilet</i>	94
<i>Kirschauflauf</i>	102
<i>Apfelküchle</i>	108
<i>Feine Waffeln</i>	116

Anhang

Einkehr (Gedicht von Ludwig Uhland)

Vom Fischer und seiner Frau (Fortsetzung)

Die Geschichte von der blauen Tomate (Fortsetzung)

*Was gibt es ...
... heute zu essen?*

Oma braucht dazu ...

*1 kg Zwiebeln, in halbe Ringe
geschnitten*

*3 Knoblauchzehen,
fein gehackt*

*3 TL Tomaten-
mark*

*2 rote Paprika, in
Stücke geschnitten*

*2 TL schwarzes
Paprikapulver*

*2 TL Paprikapulver,
edelsüß*

¼ l Rotwein

*1 kg Rindfleisch,
in große Würfel
geschnitten*

*Butterschmalz
oder Öl*

Salz

Kümmel, zerstoßen

Heute gibt es ...

A decorative floral pattern in light gray, featuring intricate scrollwork and leaf-like motifs, positioned on the left side of the page.

Ungarisches Gulasch

Omas Rezept:

Wenn Oma richtig Lust auf Fleisch und ein deftiges Gericht hat, kocht sie Gulasch. Und damit sich der Aufwand auch lohnt, lädt sie dazu ihre Familie ein. Denn Gulasch kochen braucht viel Zeit!

In einem Schmortopf mit heißem Öl brät Oma die Fleischwürfel nach und nach scharf an. Sie nimmt sie danach heraus und stellt sie beiseite.

Jetzt lässt Oma die halben Zwiebelringe und den Knoblauch darin anschwitzen und rührt das Tomatenmark unter. Über die Zwiebelringe streut sie die beiden Paprikapulversorten und löscht das Ganze mit dem Rotwein ab. Dann rührt sie die Zwiebeln immer wieder, bis die Flüssigkeit verdampft ist.

Nun schüttet Oma die angebratenen Fleischstücke und die Paprikastücke dazu, würzt mit Salz und Kümmel und mischt alles gut durch.

Jetzt kommt der Deckel auf den Schmortopf. Bei schwacher Hitze darf das Fleisch im eigenen Saft schmoren. Ab und zu rührt Oma um, damit nichts anbrennt. Nach etwa zwei Stunden ist das Gulasch gar.

Und was gibt es dazu? Oma mag gern Salzkartoffeln dazu. Aber Semmelknödel passen auch gut.

Woher stammt Paprika?

Natürlich ebenfalls aus Ungarn, werden die meisten sagen! Wer erinnert sich nicht an Fred Raymonds Operette „Maske in Blau“ und an das Lied:

*Die Juliska, die Juliska
von Buda-Budapest,
die hat ein Herz voll Paprika,
das kein' in Ruhe lässt!*

Marika Röck hat es in der Verfilmung der bekannten Operette gesungen, die 1953 in die Kinos kam. Ihr Filmpartner war Paul Hubschmid.

Und doch stammt Paprika nicht aus Ungarn. In der Suppe der ungarischen Hirten war ursprünglich keine Paprika drin. Die stammt nämlich aus Mittel- und Südamerika und kam erst nach der Entdeckung Amerikas durch Christoph Kolumbus (1492) nach Europa.

In Spanien hieß Paprika auch „Schwarzer Pfeffer“. Pfeffer kam damals aus Indien. Und der Seefahrer Kolumbus hatte ja eigentlich einen neuen Seeweg nach Indien gesucht und war dabei in Amerika gelandet.

Das Gulasch oder der Gulasch?

Im Duden sind beide Artikel zugelassen. Je nach Region ist die eine oder die andere Form üblich. Oma sagt immer „der Gulasch“. In Österreich ist allerdings nur „das Gulasch“ gebräuchlich.

Woher kommt Gulasch?

Natürlich aus Ungarn! Es hat seinen Ursprung bereits im Mittelalter. Ungarische Hirten haben es am offenen Feuer zubereitet. Damals war es eine einfache Suppe aus geröstetem Fleisch und vielen Zwiebeln.

Gulasch-Redensarten

Ein österreichisches Sprichwort sagt: „Aufgewärmt ist nur ein Gulasch gut.“ Soll heißen: Wärme keine alten Geschichten auf!

Eine umgangssprachliche Redensart lautet: „Gulasch aus jemandem machen“. Das ist zum Glück meistens scherzhaft gemeint und bedeutet so viel wie: Den nehme ich in die Mangel, oder: Der kriegt eine Tracht Prügel.

Wer kennt eine Gulaschkanone?

Zum Glück wird damit nicht geschossen. So nennt man einen Feldkochherd. Er wurde im Ersten Weltkrieg vom Militär verwendet und kommt heute noch zum Einsatz.

*Was gibt es ...
... heute zu essen?*

Oma braucht dazu ...

1/2 Zwiebel, gewürfelt

1/2 Bund Petersilie, gehackt

1 Knoblauchzehe

*1/2 Brötchen,
eingeweicht*

1 EL Butter

1 Ei

1 TL Senf

*Salz, Pfeffer,
Paprika edelsüß*

1 Kopf Weißkohl
250 g Hackfleisch

Zum Dünsten:

2 EL Öl

½ Zwiebel, gehackt

1 TL Tomatenmark

¼ l Fleischbrühe

*1 Prise Kümmel,
zerstoßen*

Heute gibt es ...

A decorative floral pattern in light gray, featuring stylized leaves and scrolls, positioned on the left side of the page.

Kohlrouladen (Krautwickel)

Omas Rezept:

Omas Kohlrouladen sind in der ganzen Familie beliebt. Sie machen viel Arbeit, schmecken aber köstlich.

Zuerst putzt Oma den Kohlkopf und schneidet den Strunk ab. Dann wird er ca. 20 Minuten in einem hohen Topf mit wenig Salzwasser gedämpft, bis sich die Blätter einzeln ablösen lassen. Jetzt braust Oma den Kohlkopf mit kaltem Wasser ab und lässt ihn abtropfen.

Für die Fleischfüllung hat Oma das Hackfleisch gesalzen und gut durchgeknetet. Die Zwiebel wurde mit der Petersilie in der heißen Butter glasig geschwitzt. Das Ganze mischt Oma zusammen mit dem Knoblauch, dem Ei und der Semmel unter das Hackfleisch. Mit Senf, Pfeffer und Paprika würzt sie die Füllung.

Auf ein großes Kohlblatt wird ein kleines gelegt und mit 1 EL Fleischfüllung belegt. Die Ränder werden eingeschlagen, die Blätter aufgerollt und mit Küchengarnt gebunden.

In einem Schmortopf erhitzt Oma das Öl und brät die Rouladen rundum an. Sie nimmt sie heraus und stellt sie warm. Im gleichen Fett wird die Zwiebel zusammen mit dem Tomatenmark angeschwitzt. Jetzt kommt die Brühe dazu, dann die Gewürze. Die Rouladen werden hineingelegt und ca. 30 Minuten bei schwacher Hitze gedünstet. Dabei dreht Oma sie einmal um.

Wer kennt sich mit Kohlsorten aus?

1. Rätsel:

Man kann ihn kochen, braten, überbacken oder frittieren. Er ist leicht verdaulich. Gegart und püriert können ihn sogar Babys essen.

(Blumenkohl)

2. Rätsel:

Man nennt ihn auch Brüsseler Kohl, weil er ursprünglich aus Brüssel kommt. Manche mögen ihn nicht, weil er so intensiv schmeckt. Dafür hat er mehr Vitamin C als alle anderen Kohlsorten.

(Rosenkohl)

3. Rätsel:

Früher galt er als Arme-Leute-Essen. Heute ist er sogar bei den Sterne-Köchen beliebt. Er ist sehr gesund, enthält viel Vitamin C, Eisen, Eiweiß und Magnesium und dazu noch Vitamin B6 für unsere Nerven.

(Wirsingkohl/Wirsing)

4. Rätsel:

Dieser Kohl wird nach seiner Farbe benannt. Es gibt ihn oft zu Enten- oder Schweinebraten. Auch als Salat

schmeckt er prima. Er ist gesund und wirkt zellschützend.

(Rotkohl/Rotkraut/Blaukraut)

5. Rätsel:

Er ist Deutschlands meistverkaufte Kohlsorte. Er gilt als Wintergemüse, wird aber bereits ab April angebaut. Dieser Kohl lässt sich lange lagern. Übrigens: Auch er hat seinen Namen von seiner Farbe.

(Weißkohl/Weißkraut)

6. Rätsel:

Noch eine Sorte, die ihren Namen von ihrer Farbe hat: Man hält diesen Kohl für typisch deutsch. Aber schon die Römer haben ihn gegessen. Er zählt bei uns zu den Wintergemüsen. Bei Kälte entwickelt er einen leicht süßlichen Geschmack.

(Grünkohl/Grünkraut)

7. Rätsel:

Bei diesem Kohl werden weder die Blüten noch die Blätter gegessen. Wir halten uns lieber an den verdickten Hauptstängel. In Scheiben oder Stifte geschnitten, schmeckt er roh oder gekocht. Es gibt hellgrüne und violette Sorten.

(Kohlrabi)



SingLiesel



Geschichten & Anekdoten rund um beliebte Kochrezepte

Was gibt es heute zu essen ...?

10 Brötchen vom Vortrag, 1 Bund Petersilie, 1 Zwiebel ...

... das sind doch Omas Semmelknödel! Günter Neidinger hat für diesen Band beliebte traditionelle Kochrezepte ausgewählt, die schon anhand der Zutaten erraten werden können. Es folgt eine kurze Anleitung, wie die Speisen zubereitet werden.

Zu jedem Rezept gibt es eine kurze Geschichte, eine Anekdote oder ein Gedicht. Wo kommen eigentlich die Nudeln her? Was ist ein Bologneser? Und wer kennt noch die Sauerkraut-Polka oder die Legende vom Wiener Schnitzel?

Ältere Menschen erinnern sich häufig noch an die Speisen ihrer Kindheit und kennen sich gut mit den Zutaten aus. Gerade für die Begleitung von Menschen mit Demenz sind diese Koch-Geschichten daher besonders geeignet.

Der Autor: Günter Neidinger, pensionierter Grundschuldirektor, ist seit vielen Jahren als Autor von Büchern für ältere Menschen tätig. Seine Bücher zeichnet ein feiner Humor aus, der vor allem ältere Menschen besonders anspricht.



www.singliesel.de