



## DER NORDEN LOCKT MIT LECKEREIEN



Christiane Leesker & Vanessa Jansen (Fotos)

## NORDDEUTSCHE HEIMWEHKÜCHE DIE BESTEN REZEPTE VON OSTFRIESLAND BIS RÜGEN

Dorling Kindersley 2017 • 192 Seiten • 19,95 • 978-3-8310-3120-7



Um es vorweg zu sagen: Ich bin in Mainz aufgewachsen, sozusagen inmitten von Weinbaugebieten, und der kühle Norden lag mir lange Zeit fern. Nicht ganz, denn mein Vater liebte Kieler Sprotten, und damit und mit Tee und Kandiszucker (und einem Schuss Rum) war der Norden Deutschlands dann doch von früher Jugend an präsent. So nach und nach habe ich ihn mir auch, zumindest punktuell, erschlossen: von Dangast bis Usedom war ich immer mal wieder im Norden unterwegs, und ich kann mich über die dortige Küche ganz und gar nicht beschweren. Erst kürzlich landeten meine Frau und ich zufällig in Garding (in der Geburtsstadt von Theodor Mommsen) und haben dort in einer Gaststätte vorzüglich gespeist. Wenige Tage später auch in Husum, der grauen Stadt am Meer. In Usedom mundeten mir die Räucherfischspezialitäten.



Von daher kann ich dieses Kochbuch nur begrüßen, das mir schon allein deswegen gefällt, weil der Verlag ein angenehmes Papier gewählt hat, nicht dieses Hochglanzpapier, das oft für Kochbücher verwendet wird. Der Leser findet hier, so die Autorinnen in ihrer Vorbemerkung, „eine bunte Mischung aus traditionellen und modernen, althergebrachten und neu erfundenen Gerichten, gewürzt mit ein paar tieferen Einblicken in kulinarische Themen, die in Norddeutschland eine Rolle spielen.“ (S. 7) Althergebracht: Dazu gehört sicher Labskaus, hier finden wir es als „Herberts Labskaus nach Art der kaiserlichen Marine“. (S. 132) Das Rezept stammt aus dem Schwarzen Bären in Hooksiel. Die Autorinnen haben sich von einigen Köchen des Nordens anregen und beraten lassen, am Ende des Buches werden sie dann auch aufgelistet. Ein bisschen Werbung für gute Restaurants darf durchaus sein. Ein Grünkohlrezept darf in diesem Buch auch nicht fehlen (S.121), genauso wenig einige Rezepte mit Nordseekrabben (die sollen aber immer teurer werden).

Jedes Rezept wird mit ein paar Zeilen eingeleitet. Hier erfahren wir einiges über die norddeutsche Esskultur. Etwa, dass die Moorbauern zu den Ärmsten der Armen gehörten und sich oft nur einen Buchweizenpfannkuchen leisten konnten. Allerdings wohl ohne Speck wie hier im Rezept. (S. 36). Auch der Pannfisch war einmal ein „Resteessen einfacher Leute“. Heute, so die Autorinnen, hat das Gericht Kultstatus. (S. 100) Sanddorngerichte lernte ich auf Usedom kennen, hier im Buch findet man eine ganze Seite über die „Zitrone des Norden“. Eine Sanddorntorte ist gewiss ein köstlicher Nachtisch. (S. 160-163) Das Foto dazu macht richtig Appetit, wie alle Fotos des Buches. Und wenn man die Landschaftsfotos sieht, entsteht leicht der Plan, den nächsten Urlaub mal wieder im Norden zu verbringen.

Hier noch ein paar Gerichte, die man ohne große Schwierigkeit (wie die meisten anderen, mit ein paar Ausnahmen) zuhause nachkochen kann: Deichlammfilet mit Bärlauch-Hollandaise, Hähnchen mit Sanddorn-Mango-Sauce, zum Nachtisch eine einfache Zitronencreme oder eine Friesentorte. Ein rundum gelungenes Kochbuch, wo jeder etwas nach seinem Geschmack findet.