

Das große WAZ-Weihnachtsmenü

VORSPEISE

Olivier: Ein russischer „Adventskranz“

Die Zutaten: Vier große Pellkartoffeln, 3 Eier, ein kleines Glas Gurken (Cornichons), 1 kleine Dose grüne Erbsen, 250 g Fleischwurst, 1 kleine Zwiebel, 1 saurer Apfel. Für die Soße: jeweils 1 Becher Creme fraiche und Naturjoghurt, etwas Mayonnaise und Senf. Für die Deko: 2-3 Bund Dill, 1 rote Paprika, 1 Orange, 1 Granatapfel, 1 kl. Dose Mais, 1 Ei.
Die Zubereitung: Kartoffeln und Eier kochen, dann ebenso würfeln wie Gurken, Wurst, Zwiebel und Apfel, Mais hinzugeben. Eine Soße aus Creme fraiche, Joghurt (Mayo und Senf nach Geschmack zugeben) anrühren und mit Salz abschmecken. Anschließend mit den bisher genannten Zutaten vermischen.
Anrichten auf einer großen, runden Platte. In die Mitte ein Wasserglas stellen, dann den Salat rund um das Glas geben. Die Dill-Blätter vom Strunk trennen und dann den Salat damit bedecken. Die Orange schälen und in Scheiben schneiden, dekorieren mit gewürfelter Paprika, Granatapfel-Beeren, das gekochte Ei als „Schnee“-Garnitur raspeln. Am Ende das Glas durch eine Kerze ersetzen.



Olivier – ein russischer (und leckerer) Adventskranz. FOTO: FRANZ MEINERT

NACHSPEISE

Makówki gehören zur polnischen Weihnacht

Die Zutaten: 500 g Mohn (gemahlen), 1 Liter Milch, 250 g Zucker, jeweils 50 g Rosinen, getrocknete Feigen, gehackte Nüsse, Zitronat, Orangeat und Datteln. Rum oder Rum-Aroma, 50 ml Himbeersirup, 1 Packung Zwieback (trockenes Brötchen oder Hefezopf als Alternative), 1 El Butter, gehackte Mandeln für die Dekoration.
Die Zubereitung: Mohn in einen halben Liter Milch geben und erhitzen, etwa 20 Minuten kochen, Zucker zugeben und solange Milch nachgießen bis die Masse dickflüssig ist. Dann die übrigen Zutaten zugeben, am Ende eine Esslöffel Butter untermischen.
Den Boden einer Schüssel (am besten eckig) bedecken mit Zwieback (alternativ Brötchenscheiben oder aufgeschnittener Hefezopf), dann eine fingerdicke Schicht Mohnmasse darauf verstreichen. Anschließend wieder eine Schicht Zwieback, dann wieder Mohnmasse. Am Ende dekorieren mit gehackten Mandeln, Nüssen und ein wenig Orangeat.
Am besten einen Tag vor dem Verzehr zubereiten, damit der Zwieback die Flüssigkeit aufnimmt.



Darf in Polen zum Fest nicht fehlen: Die Mohnspeise Makówki. FOTO: FRANZ MEINERT



Spätaussiedlerinnen mögen anders kochen (SMAK) heißt die Gruppe, die das russische Weihnachtsessen mit polnischer Nachspeise zubereitet (v.l.): Swetlana Fuchs, Nadja Bratzel, Irena Modler, Bozena Nowatka, Lydia Steinhauer, Olga Schneider, Maria Titer, Valentina Rudenko, Irina Hitlein, und Galina Kaiser. FOTO: FRANZ MEINERT

Deutsch-russische Klassiker

... und ein polnisches Dessert zum Fest. Die Köchinnen der Gruppe SMAK kochen für die WAZ-Leser Gerichte, die eine Jahrhunderte alte Tradition haben

Von Martin Ahlers

Dorsten. Ein Weihnachtsmenü kochen für die WAZ-Leser, das macht SMAK gern. „Spätaussiedlerinnen mögen anders kochen“ – dafür stehen die Initialen der Frauengruppe, die sich immer dienstags am Brunnenplatz trifft. Der Auftrag: Gerichte, die nicht zu aufwändig sind, deren Zutaten leicht zu besorgen sind. Der Vorschlag: Klassiker der russischen und polnischen Weihnachtszeit. Die Zutaten sind berechnet für vier Personen, das Menü kann mit Ausnahme des Hauptgangs auch schon tags zuvor zubereitet werden – das erspart Koch oder Köchin den feiertäglichen Küchenstress.

Mit viel Dill und rote Beete

Sie kommen aus Polen, Russland, Kasachstan, Usbekistan und Kirgistan, Sibirien und dem Kaukasus. Im Durchschnitt sind 15 Jahre vergangene, seit sie als Spätaussiedlerinnen nach Dorsten kamen. Fuchs und Schneider, Steinhauer, Bratzel, Hitlein und Kaiser – Namen, hinter denen sich die Geschichten von deutscher Aussiedler verbergen. Von Familien aus Hessen, Franken und Schwaben, die vor Jahrhunderten dem Lockruf der Zaren an die Wolga und in den Kaukasus folgten. Von Sied-

„Wir haben uns auch über die Gerichte gefunden“

Nadja Bratzel gebürtige Wolga-Deutsche aus der Gruppe SMAK

lern, die für zwei Weltkriege die bittere Zeche zahlten mit Zwangsarbeit und Vertreibung, ehe sie zurückkehrten ins Land der Vorväter. Mit auf den Weg nahmen sie ihre Rezepte und Speisen. „Wir haben uns in dieser Gruppe auch über die Gerichte wiedergefunden“, sagt Nadja Bratzel, eine gebürtige Wolga-Deutsche. „Obwohl wir alle aus unterschiedliche Sowjetrepubliken kommen, kochen wir die gleichen Dinge.“ Sauerkraut mit Hefestrudel, das ist so ein Beispiel. „Hat meine Großmutter schon so gekocht“, erinnert sich Nadja Bratzel. Sicher ist wohl: Das Gericht gelangte einst aus dem deutschen Südwesten nach Russland, trat fast gleichzeitig seinen Weg in die andere Himmelsrichtung an. Die Nachfahren deutscher Auswanderer in die USA tischen es dort heute ganz ähnlich ihren Besuchern auf.
Solche Parallelen dürfte es auch geben zum „Adventskranz“ – in seiner Anrichtung um eine Kerze hierzulande unbekannt, in den Grundsubstanzen aber sehr ähnlich dem



Das Auge isst mit: Swetlana Fuchs und Nadja Bratzel richten das Hauptgericht, Sauerkraut und Hefestrudel, auf einer flachen Platte an. FOTO: FRANZ MEINERT

deutschen Kartoffelsalat. Viel stärker ist da schon der russische Einschlag beim „Fisch unter dem Mantel“ – mit viel Dill und rote Beete, einem echten Allrounder der osteuropäischen Küchenkunst. Mohn mag nicht jedermanns Sache sein, dennoch sind die polnischen Makówki durchaus eine Versuchung wert.
Bei Diät-Fans wird das Menü wenig Anklang finden. Deshalb sei geraten zu einem Gläschen landestypischen Wodka nach dem Hauptgang. Die Redaktion wünscht: Guten Appetit.

Kommunikation über den Kochtopf

SMAK gibt es seit Juni 2011. Die internationale Frauengruppe plant ein Kochbuch

Von Martin Ahlers

Hervest. Gleich welcher Herkunft, gegessen und getrunken wird überall. Gemeinsam kochen – darüber können Menschen miteinander ins Gespräch kommen. Das war der Grundgedanke für die Gründung von der Gruppe SMAK durch Irena Modler vom Referat für Migration und Integration.
SMAK steht für: Spätaussiedlerinnen mögen anders kochen. Frauen, die in den vergangenen 20 Jahren mit ihren Familien nach Dorsten kamen, waren es, die sich erstmals im Juni 2011 im Begegnungszentrum am Brunnenplatz trafen. Längst hat sich der Kreis erweitert, der sich immer Dienstags ab 16 Uhr trifft: Mig-



Integration durch Austausch: Zum gemeinsamen Essen lädt sich die Gruppe SMAK immer wieder Gäste ein. FOTO: FRANZ MEINERT

rantinnen aus dem Irak, aus Syrien, Polen und Sri Lanka sind regelmäßig dabei. „Auch Männer hatten wir schon“, sagt Irena Modler. Ebenso international ist das Repertoire von

Gerichten, dass die Gruppe zusammenfassen wird in einem SMAK-Kochbuch. „Wir wollen es garnieren mit den vielen lustigen Geschichten, viele drehen sich um die Irrtümer

und Missverständnisse mit der deutschen Sprache, die die Frauen erlebt und hier erzählt haben“, plant Irena Modler.

An der gemeinsamen Tafel wird die SMAK-Runde zur Informations- und Ideen-Börse für die Teilnehmerinnen. Um Gesundheit und Familie geht es dabei, um wichtige Informationen aus Stadt und Ortsteil, um die Erziehung der Kinder und Deutsch als gemeinsame Sprache.

Immer wieder lädt SMAK dazu Gäste ein. Aus Verwaltung und Politik, Jugendeinrichtungen, Senioren- und Stadtteil-Initiativen. Für die nächste Zeit geplant: Gemeinsam tanzen nach Musik aus aller Welt. Danach schmeckt das Essen sicher doppelt so gut.

HAUPTGERICHT

Sauerkraut mit Hefestrudel

Die Zutaten für den Teig: 500g Mehl, 1,5 Tütchen Trockenhefe, 300 ml Milch, 2 Eier, 150 g Butter, Salz, Zucker, Sonnenblumenöl. Außerdem: 1 kg Schweinerücken, 2 gr. Zwiebeln, 500 g Weißkohl, 750 g Sauerkraut, Sonnenblumenöl, Salz, Pfeffer, Lorbeerblätter, 1 Brühwürfel.
Die Zubereitung: Mehl mit Hefe vermischen, mit Milch, Eiern, 100 g Butter, Prise Salz, 1 TL Zucker und 5 EL Öl zum Teig verkneten. Nach einer Stunde erneut kneten. Auf 0,5 cm Stärke ausrollen, restliche Butter verflüssigen und auf Teig streichen. Teig in 5 cm breite und 10 cm lange Streifen schneiden und Röllchen formen, mit 2 cm Abstand auf ein Blech mit Küchentuch legen und an einen warmen Ort stellen.
Den Schweinerücken in Würfel (4 cm) schneiden, Zwiebel würfeln, Kohl in Streifen schneiden. Fleisch in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten, dann in einen Topf (mit dickem Boden) geben. Zwiebel anbraten und zum Fleisch geben. Weißkohl mit Sauerkraut mischen und in der Pfanne knapp 10 Minuten dünsten. Dann mit einem Brühwürfel auf Fleisch und Zwiebeln geben und ca 300 ml Wasser zugeben (Wasser darf Kohl nicht bedecken, 2 cm Abstand). 10 Minuten dünsten, dann die Teigröllchen auf das Kraut legen. Nach 5 Minuten starker Hitze weitere 25 Minuten bei schwacher Hitze garen, Topf mit Deckel verschließen und mit Küchentuch bedecken. Auf großer Platte anrichten.



Deutsch-russischer Klassiker: Sauerkraut mit Hefestrudel. FOTO: FRANZ MEINERT

VORSPEISE

Ryba pod Schuboy: Fisch unter dem Mantel

Die Zutaten: 3 Kartoffeln (festkochend), 3 Möhren, 3 Rote Beete, 1 kleine Zwiebel, 2 Eier, 3 Matjes-Filets, Mayonnaise, Salz.
Die Zubereitung: Kartoffeln, Möhren, Rote Beete und Eier in Salzwasser kochen, Zwiebel und Matjes in Würfel schneiden. Anrichten in einer flachen Schale: Zunächst die Kartoffeln in Scheiben schneiden und auslegen, darüber die Matjes-Würfel, dann die Zwiebeln. Anschließend eine Schicht Mayonnaise, darauf die Möhren geben und eine weitere Schicht Mayonnaise. Zuletzt die geriebene Rote Beete, die ebenfalls mit Mayonnaise bedecken und schließlich mit den geriebenen Eiern bedecken. Danach kühl stellen und mindestens eine Stunde vor dem Verzehr ziehen lassen.



Gut versteckt: Der Fisch verbirgt sich unter dem Mantel. FOTO: FRANZ MEINERT