

„Jesus spricht: Geht und predigt und sprecht: Das Himmelreich ist nahe herbeigekommen.“

Matthäus 10,7

Seit dem „Jahr der Bibel“ 2003 erscheinen an dieser Stelle Texte aus dem Alten und Neuen Testament. Entnommen wird dieser Spruch für den jeweiligen Tag den „Lösungsbüchern“ der Herrnhuter Brüdergemeine. (www.lösungen.de)

Skål! Die Wikinger kommen

„Der Österreicher Simek isst, trinkt und kocht sehr gern“, verrät der Professor für Skandinavistik über sich selbst. Dazu gesellt sich eine jahrzehntelange Passion für das Leben der Wikinger. Gerlinde Bauszus sprach mit dem 64-Jährigen über die kulinarischen Vorlieben der Nordmänner.

Welchen Einfluss hatte denn die Küche der Wikinger auf unsere heutige moderne?

Ich hoffe, wenig. (lacht herzlich) Denn eines ist Fakt: Feinschmecker waren das nicht. Was ihre Küche anbelangt, waren sie wohl eher berüchtigt als berühmt. Schon deshalb, weil die Lebensmittelauswahl überschaubar war.

Was haben die Nordmänner denn so alles gefuttert?

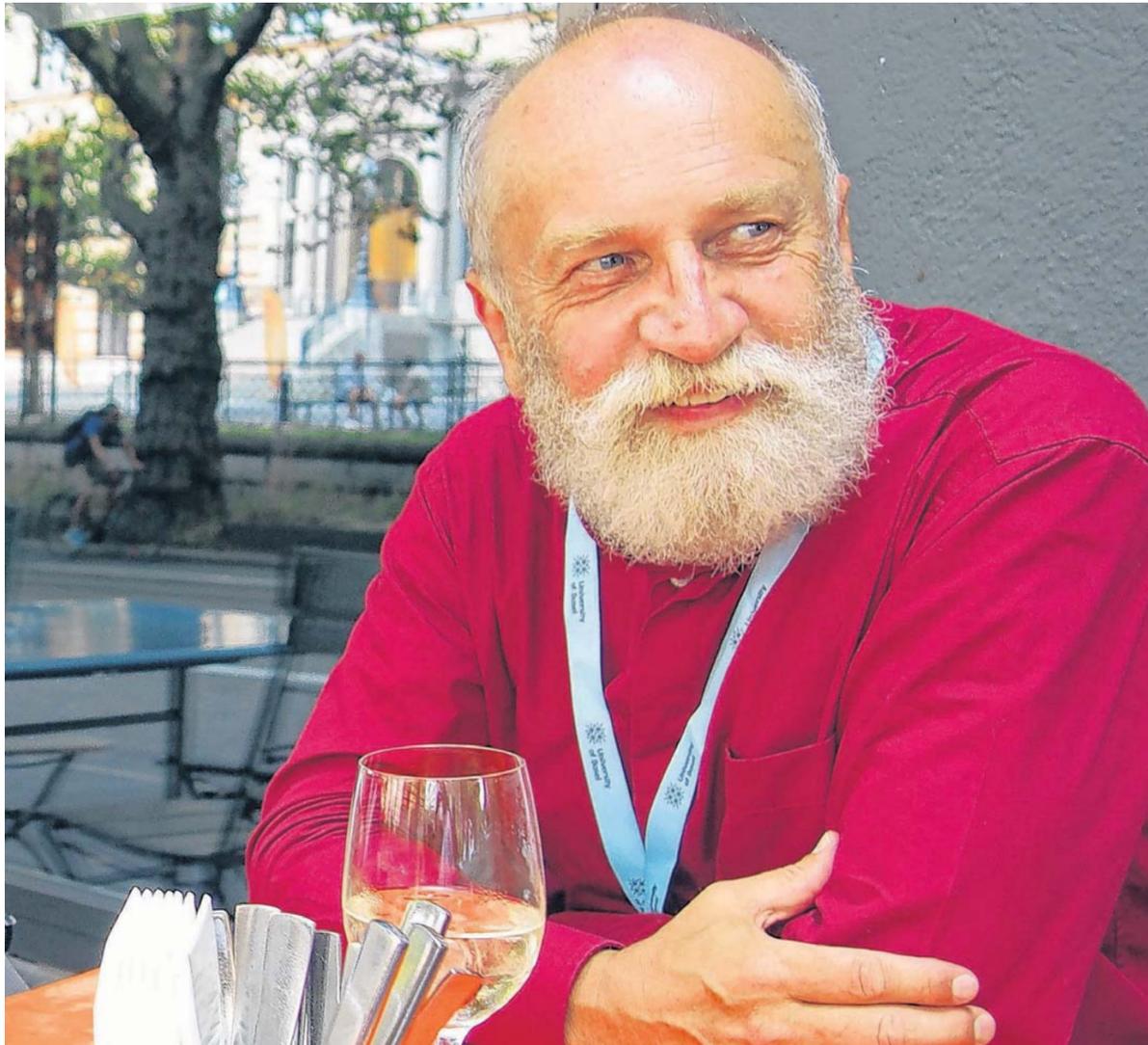
Je mehr ich mich mit deren Speiseplan beschäftige, merke ich, wie traurig und karg der ausgesehen haben muss, vor allem für jemanden wie mich, der gut gewürzte Speisen schätzt. Verwertet wurde, was da war – also sehr wenig. Denn es gab noch keine Erdäpfel, weder Kürbis noch Mais, kaum Früchte, auch keine Nüsse. Viele Lebensmittel hatten den Weg nach Europa noch nicht gefunden.

Merkwürdige Rezepte wie Blutkuchen, Süße Füße oder Moos Suppe tauchen im Buch „Das Essen der Wikinger“ auf. Hand aufs Herz, wer sollte da auf den Geschmack kommen?

(lacht noch einmal herzlich) Ich denke, vor allem Freunde alttümlicher Rezepte, die sehr einfache, regionale Zutaten und vor allem ein deftiges Essen zu schätzen wissen.

Unkrautsalat mit Giersch und Löwenzahn sollen schon vor 1000 Jahren ein echter Renner gewesen sein.

Ich glaube nicht, dass die Wikinger das Konzept Salat überhaupt kannten. Aber dass man diese Wildkräuter verwendete, ist naheliegend. Schon deshalb, weil es einen völligen Mangel an frischem Gemüse gab – außer einigen Wurzelsorten und Lauch. Alles andere, wie etwa Zucchini, Gurken, Brokkoli, fehlte. Die Nordmänner müssen eine Art Irish Stew, Eintopf, gegessen



Prof. Rudolf Simek forscht seit vier Jahrzehnten über Religion und Literatur im Mittelalter, über Germanen und Wikinger.

FOTO: PRIVAT

haben – hauptsächlich aus Hammel- oder Lammfleisch, Zwiebeln, Petersilie und was man sonst noch an Kräutern hineingeschnitten hat.

Und wie war das mit den Gewürzorgien der Wikinger?

Die bezweifle ich. Hier und da kommt mal Pfeffer oder Muskat vor. Aber das war es auch schon. Was man aber verwendete, um Geschmack und Farbe zu erzeugen, waren geröstetes Brot oder Lebkuchen. Etwas Dunkleres sieht eben immer irgendwie schmackhafter aus.

Was würde Sie denn aus der Küche der Wikinger reizen?

Also, ehrlich gesagt, ich stehe nicht auf gesengte Schafsköpfe oder vergrabene Haifischköpfe. Das stinkt mir regelrecht (schmunzelt). Aber ich

mag gekochtes Sauer- oder Lammfleisch mit Mintsoße. Wovon ich träume, sind gut gewürzte Blutwürste. Sehr gern auch Skyr – inzwischen längst ein Kultgetränk. Den mochten schon die Wikinger, sie trugen Skyr in Fellsäcken herum und tranken ihn. Ich löfle es morgens mit frischen Blaubeeren – ein Genuss.

An einer Stelle des Buches heißt es „Kochen ohne Topf, Dünsten ohne Wasser, Grillen ohne Rost, Räuchern ohne Ofen“. Was bleibt da noch?

Ohne Topf ist etwas übertrieben. Aber ich kann mir vorstellen, dass jeder Haushalt einen Kessel hatte, der über das Feuer gehängt wurde. In die Suppe kam alles: Fleisch, Knochen, Wurzelgemüse, Kräuter. Viele unserer heutigen Soßen basieren darauf.

Die Wikinger sollen recht ordentliche Trinker gewesen sein. Wichtigstes Kriterium: ein hoher Alkoholgehalt.

Ja, das stimmt. Geselligkeit war ihnen äußerst wichtig. Essen kam auch erst an zweiter Stelle – nach dem Trinken. Das ging sogar so weit, dass sie bei Plünderungen weltliche Güter links liegen gelassen haben – nach dem Motto: Erst der Wein, später die Kirchenschätze. Denn die laufen ja nicht weg (lacht).

Was hatte es mit dem Dünnbier auf sich?

Es wurde gebraut, um Wasser trinkbar zu erhalten. Selbst für Kinder war es gesünder als das womöglich verunreinigte Wasser. Damals ging es ums nackte Überleben – das darf man nicht vergessen. Übrigens ist es ein Mythos,

dass die Wikinger gern Met getrunken haben. Das hätten sie gar nicht in den für sie nötigen Mengen, wie etwa das Dünnbier, herstellen können. Honig hatten sie dafür kaum genug.

In alten Filmen trinken die Wikinger manchmal Blut aus Trinkhörnern. Ist das auch ein Mythos?

Nein, es gibt sogar literarische Quellen, die darüber berichten. Die Wikinger ließen einfach nichts umkommen. Das Blut wurde verarbeitet. Denn aus diesem Lebenssaft lassen sich nahrhafte Sachen machen. Ich hoffe, dass wir das auf dem Fest in Penzlin auch ein bisschen exerzieren können. Blut ist ein wertvoller Rohstoff. Und ich kann mich noch gut an meine Kindheit

auf dem Land erinnern, wenn Schweine geschlachtet wurden. Das Wichtigste war das Blut, daraus wurden unter anderem Würste gemacht.

Fermentierung, eine Form der Konservierung und heute wieder sehr aktuell, soll es auch schon gegeben haben.

Ja, wahrscheinlich hat das mit unserem Slow-Cooking zu tun, auf das wir wieder zurückkommen. Und Fermentierung ist ja eine langsame Art, Lebensmittel – genießbar – haltbar zu machen. Dass die Wikinger Fleisch oder Fisch in Molke einlegten, kommt uns heute vielleicht absurd vor, aber es war damals schon eine Form der Konservierung.

Kontakt zur Autorin
g.bauszus@nordkurier.de

2. Gourmet-Gipfel auf Penzliner Burg

„An die Töpfe, fertig los!“, heißt es am 16. September, wenn Burmé sein zweites Fest feiert. Der Nordkurier ist wieder Medienpartner des Gourmet-Gipfels auf der Alten Burg Penzlin. Bei dem von Holger Gniffke, Lebensmittel-Experte und -Technologie, organisiertem Spektakel stellen Spitzenköche und Lebensmittelhersteller ihre Kochkünste und Erzeugnisse einem Genießer-Publikum vor. Zwölf Sterneköche und 20 Top-Küchenmeister werden an den Herden Kostproben ihres Könnens geben. In Workshops wird unter anderem gezeigt, wie man Bier braut. Prof. Rudolf Simek und Autorin Andrea Itzinger werden als Gäste auf der Burg erwartet. Weitere Infos:

www.burme.de
www.dle-mv.de



Pferde in Waldstauden – Rezept von Andrea Itzinger



FOTO: ANDREA ITZINGER

Pro Person eine Handvoll Waldstaudenreis* (oder Einkornreis) in Schmalz kurz braten, gelbe Rüben, Selleriewurzel oder Pastinaken dazunehmen und mit der doppelten Menge an Pferdesuppe aufgießen. Nun darf der Kessel schmoren, auf dem Feuer oder im Backofen, bis das Getreide bissfest ist. Darauf richtet man das Fleisch an und bestreut alles mit Wildkräutern der Saison (siehe Foto). Für die Pferdesuppe wird pro Gast ein etwa handtellergroßes

Stück Pferdefleisch in Würfel geschnitten, gewürzt, mit Salzwasser aufgegossen und so lange gekocht, bis es weich ist. Als Gewürze eignen sich Pfeffer, Beifuss, und einige Nelken.

* Emmer, Einkorn zählen zu den Urgetreiden – Funde weisen auf deren Verzehr in Skandinavien schon im 5. Jh. n. Chr. hin.

Als Emmer-, Waldstauden- bzw. Einkornreis wird das geschliffene Korn bezeichnet.

Falls dies nicht erhältlich ist kann man auch Emmer Einkorn oder Waldstaude „unbehandelt“ nehmen, sollte dies aber über Nacht in Wasser einweichen, um die Kochzeit zu verkürzen. Die Wasser- bzw. Suppenmenge richtet sich nach der Qualität des Kornes ist aber in etwa mit 1 Teil Korn 2 Teile Wasser anzunehmen. Selbstverständlich kann man dieses Gericht auch mit Lamm oder Hammel zubereiten, auch Vögel aller Art hatten sicher dran glauben müssen.

Andrea Itzinger arbeitete Anfang der 80er als Grafikerin für die Zeitschrift „Der Wiener“ und für Werbeagenturen. Später war sie als Artdirektorin an großen Werbekampagnen beteiligt, um als Konsequenz daraus die Werbung für immer zu verlassen. Seit 15 Jahren entwickelt die selbstständige Designerin Ausstellungsprojekte und Besucherzentren; ihr Tätigkeitsfeld reicht von Raumkon-

zepten bis zu didaktischen Leitlinien und Ausstellungs-dramaturgie. In ihrem Buch „Das Essen der Wikinger“ geht sie der Frage nach: „Was isst/ist ein Wikinger?“ Sie nimmt den Leser mit auf eine kulinarische, historisch überprüfte Reise. Prof. Rudolf Simek

steuerte laut Itzinger zum Vorwort die „wichtigste Zutat bei: Wissen und Humor“. Das Essen der Wikinger. Verlag Kral, 192 Seiten, 24,90 Euro

