



Mittelalter Explorer
Rezepte Band 3
Grundrezepte

Inhaltsverzeichnis

Apfelbutter	2
Apfelschmalz	3
Blancmanger 1.....	4
Blancmanger 2.....	4
Blancmanger 3.....	6
Blancmanger 4.....	7
Blancmanger 5.....	8
Blancmanger 6.....	9
Blancmanger 7.....	10
Drei Füllungen für Gänsebraten	11
Erbsenbrühe für Fastensuppen	12
Fischfond	13
Füllung für Geflügel	14
Gebackener Käse	15
Griebenschmalz	16
Karbonaden 1	16
Karbonaden 2	17
Krapfenteig	18
Liptauer Käse	19
Mandelmilch.....	20
Murri.....	20
Sauerteig.....	21
Schmalzteig für Pasteten.....	22
Speckpflaumen	23



Apfelbutter

Zutaten

2,5 kg Äpfel
200 gr. brauner Zucker
200 gr. weißer Zucker
1 Tasse Apfelsaft oder Wasser
Zimt

Zubereitung

Die Äpfel schälen, entkernen und entweder von Hand mit einer groben Reibe oder mit einem Mixer zerkleinern. Es gibt auch die Möglichkeit einfach die gesamte Apfelmenge geviertelt zuerst 20-30 Minuten zu kochen, dann grob zu pürieren und wie unten beschrieben, weiter zu kochen.

In den Topf geben, den Zucker und das Wasser (oder Apfelsaft) hinzugeben. 1 Stunde kochen. 3 Stunden auf niedriger Temperatur weiterköcheln, so dass es nur ein wenig köchelt. Gelegentlich umrühren. Die Masse sollte dicklich braun einkochen. Die ganze Zeit einen Deckel auf den Topf setzen und aufpassen, wenn die Masse umgerührt wird! Topf erst zur Seite stellen und dann rühren, sonst spritzt es unter Umständen. Dann wieder auf die Herdplatte stellen und weiterkochen. Danach noch eine weitere Stunde mit offenem Deckel einkochen. In den letzten 5 Minuten mit dem Pürierstab noch feiner pürieren und mit Zimt abschmecken. Falls es nicht süß genug ist, weiteren Zucker nach Geschmack dazu geben und nochmal aufkochen.

In Schraubgläser füllen. Wie bei Marmelade eine Minute umgedreht hinstellen, dann wieder umdrehen

Apfelschmalz

Zutaten

~300g geräucherten, fetten Speck vom Schwein

1/2 Apfel

1 Handvoll fein gehackten Schnittlauch

1 Handvoll fein gehackte Zwiebeln

Paprikapulver (süß)

gemahlene schwarzen Pfeffer

Zubereitung

Den Speck in kleine Quader schneiden (~3-5mm Kantenlänge)

Ihn in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze auslassen

Derweil den Apfel schälen und das Kerngehäuse entfernen

Ihn dann in genauso kleine Stücke, wie den Speck, hacken, am

besten noch kleiner

Wenn Speck ausgelassen ist (bekommt leicht braune Kanten)

Apfel mit Schnittlauch und Zwiebeln in die Pfanne geben

Je nach Belieben mit Paprikapulver und gemahlene Pfeffer

würzen

Wenn Apfel fast keinen Biss mehr hat, alles in ein

hitzebeständiges Gefäß (z.B. Tongefäß) abfüllen

Unter gelegentlichem Rühren abkühlen lassen, bis die Masse

fest ist (damit die darin enthaltenen festen Zutaten im ganzen

Schmalz gut verteilt sind)

Fertigen Schmalz dann kühl aufbewahren.

Blancmanger 1

Deutschland, 14. Jhd.

Zutaten

600g Hühnerbrust
300g geschälte Mandeln
1l Wasser (oder Wein)
30g Schmalz oder Butter
30g Reisstärke
100g Zucker

Zubereitung

Zuerst eine Mandelmilch herstellen, dafür die Mandeln so fein wie möglich zerhacken, in einen Mixer geben und das Wasser nach und nach nachfüllen

Pürieren bis sie milchig-weiß wird und danach durch ein Tuch seihen

Hühnerbrust kurz vorkochen und in kleine Stücke teilen

Zusammen mit dem Schmalz und dem Reismehl in die Mandelmilch geben

Aufkochen lassen, gegebenenfalls mit etwas mehr Reismehl eindicken, und mit dem Zucker abschmecken

Das buoch von guoter spîse (3, vgl. auch 76, 77), 1345/52

Blancmanger 2

Deutschland, 14. Jhd.

Blancmanger (wörtlich: Weißessen) ist meist eine Art Hühnerfrikassee; es kann aber auch mit Kalbfleisch oder Fisch zubereitet werden.

Zutaten

4 Portionen
6 Hähnchenbrustfilets, evtl. noch auf den Knochen

300g geschälte Mandeln und 1l Wasser (oder Wein oder Wasser-Wein Gemisch); ersatzweise 1 l Milch und 200g Marzipanrohmasse
1 EL Amaretto oder 1 TL Mandelaroma
30g Butter oder Schmalz
30g Reisstärke aus frisch gemahlenem Rundkornreis
100g Zucker (wenn man Marzipan verwendet, nur 50g)

Zubereitung

Aus den Mandeln und Wasser bzw. Wein oder Wein-Wasser-Mischung eine Mandelmilch nach dem Grundrezept herstellen
Wenn man Zeit sparen möchte und auf Authentizität weniger erpicht ist, kann man als «Abkürzung» dieser Prozedur eine Art Mandelmilch aus Milch und Marzipanrohmasse herstellen; dazu die Milch mit der Marzipanrohmasse zum Kochen bringen und die Marzipanrohmasse darin auflösen
Die Hähnchenbrustfilets in der Mandelmilch ~20 min garkochen, aus der Milch nehmen und warm stellen
Butter (Schmalz) in einem Topf zerlaufen lassen und die Reisstärke dazugeben, d.h. eine «Mehlschwitze» (roux) herstellen
Diese in die Mandelmilch geben und 20 min einkochen lassen
In der Zwischenzeit die Hähnchenbrüste von den Knochen lösen und in schöne gleichmäßige Scheiben schneiden, in einem feuerfesten Geschirr anrichten, mit Fettpapier abdecken, damit das Fleisch nicht austrocknet, und warmstellen
Anfallende An- und Abschnitte im Mörser oder in einem Cutter fein pürieren und unter die Mandelmilch ziehen; Mandelmilch mit Zucker und Amaretto (Mandelaroma) abschmecken, über die Hähnchenbrüste geben

Quelle wie oben, aus: Ehlert, Kochbuch

Blancmanger 3

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

4 Portionen als Vorspeise
250g Hähnchenbrust
20g Rundkornreis
125g Mandeln
0,4l Wein bzw. Hühnerbrühe
15g Butter
40g Zucker
Veilchenblüten oder kandierte Veilchen

Zubereitung

Reis in der Kaffeemühle zu Mehl mahlen (Reismehl ist ansonsten in asiatischen Lebensmittelgeschäften erhältlich)
Hühnerbrust in Brühe garkochen oder schon gegrillte Hühnerbrüste nehmen und die Haut entfernen
Mandeln schälen und im Mixer pürieren; nach und nach die Flüssigkeit (Brühe oder Wein) zugeben und aufschlagen
Das Auspressen durch ein Tuch kann man sich ersparen, da die pürierten Mandeln mitverwendet werden
Dieses Gemisch (dicke Mandelmilch) aufkochen lassen
Das Reismehl zugeben und unter ständigem Rühren eindicken lassen
Die sehr klein geschnittene Hühnerbrust dazugeben und warm werden lassen
Erst jetzt unter Rühren den Zucker zugeben; Vorsicht, brennt leicht an!
Will man es warm auftragen, flüssig in kleine Schälchen gießen
Kalt: mit dem Löffel Klößchen ausstechen und auf einen flachen Teller platzieren
In beiden Fällen je nach Jahreszeit entweder mit frischen Veilchenblüten oder mit kandierten Veilchen dekorieren

Marx Rumpoldt, Ein new Kochbuch, 1581, aus: Lutz, Herrenspeise

Blancmanger 4

England, 14. Jhd.

Zutaten

8 Portionen

1/2 Kapaun oder 1 Hühnerbrust

Wasser

1 1/2 Tassen blanchierte Mandeln, mit Eiswasser angefeuchtet und dann gemahlen

1 Tasse Reis

1-2 EL Schmalz oder Fett von der Hühnerbrühe

~1/2 TL Salz

~1 EL Zucker

1/2 Tasse gestiftelte Mandeln

Olivenöl

1 EL kandierte Anissamen (selbstgemacht) oder 1 EL kandierte Fenchelsamen oder 2 EL Granatapfelkerne

Zubereitung

Huhn in einen Topf geben, der gerade groß genug dafür ist, mit Wasser bedecken, zum Kochen bringen, abschäumen, 25-30 min köcheln lassen, bis es gar ist

In der Brühe abkühlen lassen (sonst trocknet es aus), herausnehmen, häuten und entbeinen

Julienneartig schneiden (in dünne Streifen), mit gerade genug Brühe bedecken, beiseitestellen

Während das Huhn kocht, gemahlene Mandeln in Olivenöl goldbraun rösten, abgießen, beiseitestellen

Brühe abmessen: ist es mehr als 700ml, bis dahin einkochen lassen

Kochende Brühe über die gemahlene Mandeln geben, mind. 10 min ruhen lassen, dann durch den Mixer oder durch ein Tuch geben (Wenn man es durch ein Tuch presst, verringert sich das Volumen; dann ggf. mit Wasser oder Brühe auffüllen)

Die Mandelmilch in einen großen Topf geben, den Reis zugeben, zum Kochen bringen, Hitze stark verringern, unter ständigem Umrühren köcheln lassen, bis der Reis gar ist und

das Ganze die Konsistenz eines Risotto oder dicken Porridges hat; Vorsicht: dieses Zeug will wirklich anbrennen!
Fleisch zugeben und einrühren; kaltes Fett einrühren, bis es vom Reis absorbiert ist; mit Butter geht es schneller
Mit Salz und Zucker abschmecken
In eine weite, flache Schüssel geben, die eine Hälfte mit den Mandelstiften, die andere mit den kandierten Gewürzen oder den Granatapfelkernen garnieren

Curye On Inglysch, Book IV, The Forme of Cury

Blancmanger 5

England, 15. Jhd.

Zutaten

6 Portionen
1¹/₄ Tassen blanchierte Mandeln
2 EL Zucker
1 Tasse Reis
1¹/₂ TL Salz, oder nach Geschmack
1l Wasser (eher etwas mehr)
1 EL Butter, Schmalz oder Öl
1¹/₂ Tassen rohes Huhn oder Kapaun

Zubereitung

1/4 Tasse Mandeln in dem Fett anbräunen, beiseitestellen
Die restlichen Mandeln in einer Kaffeemühle oder einem Mixer zu Mehl zermahlen, durch ein Sieb geben, um größere Stücke zu entfernen, in eine große Schüssel geben, 1/2l Wasser und 1 EL Zucker zugeben, umrühren, 5-10 min ruhen lassen
1/2l dieser Mandelmilch, das rohe Huhn, 1/2 TL Salz in einen Topf geben, zum Kochen bringen, Hitze verringern, ~20 min köcheln lassen, bis das Huhn gar ist, dabei gelegentlich umrühren
Huhn herausnehmen, fein wolfen, wieder in den Topf geben und warm stellen

Inzwischen das restliche Wasser (etwas mehr als 1/2l) mit 1 TL Salz zum Kochen bringen, Reis zugeben, umrühren, Hitze reduzieren, 15 min kochen lassen, vom Feuer nehmen, 5 min ruhen lassen, die restliche Mandelmilch zugeben, umrühren, bedecken, weitere 5 min ruhen lassen
Reismischung mit der Huhnmischung mischen, 1 EL Zucker zugeben, mit Salz abschmecken, mit den gerösteten Mandeln garnieren, heiß auftragen

Harleian MS. 4016

Blancmanger 6

Zutaten

60g gekochtes Huhn
2 gehäufte EL Reis (Arborio oder Rundkorn)
1/2l Ziegenmilch
60g Schweinespeck
2 EL Zucker
10 blanchierte Mandeln
Salz
frischer Ingwer zum Garnieren

Zubereitung

Huhn schreddern
Speck sehr fein würfeln, die Hälfte leicht golden anbräunen
Die Milch zum Kochen bringen, den Reis zugeben, kurz unter Rühren kochen lassen, Huhn, 2/3 des Zuckers und den angebräunten Speck zugeben
Hitze verringern, köcheln lassen, gelegentlich umrühren, bis der Reis weichgekocht ist
In der Zwischenzeit den restlichen Speck mit den Mandeln anbräunen; Ingwer schälen und in papierdünne Scheiben schneiden
Warm oder kalt mit dem Speck, den Mandeln und dem Ingwer garnieren auftragen
(vgl. *Weichselkirschensoße II*)

Blancmanger 7

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

1 Hühnerbrust, gekocht, abgekühlt und geschreddert
1 Tasse roher Reis
60g gemahlene Mandeln
700ml Hühnerbrühe
2 TL Zucker
1/4 TL Ingwer
1/4 TL Paradieskörner
1-2 EL gesäuerter Rotwein (eine Weile geöffnet stehen lassen)

Zubereitung

Reis mit Wasser bedecken, 15 min stehen lassen
Ebenso Mandeln mit Brühe bedecken, 15 min stehen lassen
Reis abgiessen, mit Huhn, Mandeln, Brühe und Gewürzen aufsetzen
Unter ständigem Rühren (brennt leicht an!) kochen, bis der Reis weich ist

*Le Ménagier de Paris, ~1390; Baroness Miranda
MacTyr, SCA*

Drei Füllungen für Gänsebraten

Deutschland, 15. Jhd.

Für je eine Gans

Füllung 1

Zutaten

4 Brötchen
250g durchwachsener Speck
3 Zehen Knoblauch
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Brötchen zerzupfen; Speck würfeln; Knoblauch fein würfeln;
alle Zutaten vermischen, kräftig mit Pfeffer und Salz
abschmecken und in die Gans füllen.

Füllung 2

Zutaten

15 Wacholderbeeren
250g durchwachsener Speck
3 Eier
10 Scheiben Weißbrot
1/2 TL Kümmelpulver
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Weißbrot und Speck würfeln; Wacholderbeeren im Mörser
zerdrücken; mit den Eiern vermischen; mit Kümmel, Pfeffer
und Salz kräftig würzen und in die Gans füllen.

Füllung 3

Zutaten

500g Birnen
15 Wacholderbeeren
250g durchwachsener Speck
1 Bund Petersilie
3 Zwiebeln
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Birnen schälen und stifteln; Speck würfeln; Zwiebeln fein würfeln; Wacholderbeeren im Mörser zerdrücken; Petersilie fein hacken; alle Zutaten vermischen, mit Pfeffer und Salz kräftig abschmecken und in die Gans füllen.

Eine Füllung für eine Gans

Nimm eine Gans und fülle die mit Knoblauch, Speck und Pfeffer. Du kannst auch eine Füllung aus Wacholderbeeren und Speck und Eiern und etwas Brot und Gewürzen machen. Nimm auch Speck dazu und grüne Birnen und Wacholderbeeren und gehackte Petersilie und Zwiebeln.

Alemannisches Buch von guter Speise (20), aus: Ehlert, Kochbuch

Erbsenbrühe für Fastensuppen

Zutaten

75g getrocknete Erbsen, ungeschält
1 Möhre
1 Selleriestange
1 Lauchstange
2 Petersilienstiele
1l Wasser
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Erbsen und Suppenkraut in kaltem Wasser aufsetzen, etwa 1½ Stunden sanft kochen lassen, damit die Erbsen nicht aufspringen und die Brühe nicht trüb wird
Erbsen und Suppenkraut herausnehmen und mit Pfeffer und Salz abschmecken

Aus: Ehlert, Kochbuch

Fischfond

Deutschland, 15. Jhd.

Zutaten

25g Schalotten (oder Zwiebeln)
1-2 TL Butter
1 Stiel Petersil
50ml trockener Weißwein
5 weiße Pfefferkörner
(Ingwer, Kümmel, Safran nach Geschmack)
400g Fischgräten, -köpfe, evtl. -fleisch
~1 TL Salz

Zubereitung

Schalotten schälen, würfeln, in der Butter glasig dünsten
Mit Weißwein ablöschen
Petersil, Pfefferkörner (und andere Gewürze) zugeben
~1 Wasser angießen, 20 min kochen lassen
Die Fischgräten und -köpfe und etwas Fischfleisch zugeben
und nochmals 10 min kochen, hin und wieder abschäumen
Durch ein feines Sieb geben
Mit Salz abschmecken

Und willst du wissen, wie man die Fische kochen soll, jede Art von Fisch: Koch sie in Wasser, nicht auf größter Hitze, gieß das ab und gieß Wein wieder darauf. So nimm Zwiebeln und hack die klein und lasse sie weichkochen und in wenig Wasser, und gieß sie auf die Fische und siede sie vollends gar. Und tu

dazu Pfeffer, Ingwer, Kümmel, Safran. Temperier das nach dem Geschmack. Koch sie mit kräftiger Hitze von oben, und serviere sie.

Grazer Kochbuch (35a, 105), Ende 15. Jhd., aus: Ehlert, Kochbuch

Füllung für **G**eflügel

England, 15. Jhd.

Zutaten

2-4 Portionen

1 Bd. Petersil, gehackt

1/2 Tasse kleine kernlose Trauben

1 große gehackte Zwiebel

1/2 TL Salz

je 1/4 TL Pfeffer, Ingwer, Nelken, Zimt

1/8 TL Safran

4 hartgekochte Eidotter, gehackt

160g Schweinebraten

1 TL Öl

Zubereitung

Schweinefleisch in kleine Stücke schneiden, fertig braten oder kochen (wenn gekocht, Brühe aufheben)

Fleisch kleinhacken oder wolfen, wenn es abgekühlt ist

Petersil in Öl und Wasser kochen, bis er weich ist; gut abtropfen lassen (wenn die Trauben weggelassen werden, die Zwiebel mitkochen)

Fleisch, Eidotter, Gewürze dazugeben und gut mischen

Einen Kapaun, ein Huhn, eine kleine Gans, oder Wildgeflügel damit füllen und braten

Austin, Two Fifteenth-Century Cookery-Books; A Boke of Gode Cookery

Gebackener Käse

Italien, 16. Jhd.

Zutaten

250g Feta, in ½cm dicke Scheiben geschnitten

Milch

Italienisch gewürzte Brotkrumen

Mehl

Zubereitung

Mehl und Brotkrumen vermischen

Feta in die Milch tauchen, in dieser Mischung wälzen und auf ein gefettetes Backblech setzen

Ofen auf 160°C vorheizen und das Backblech einschieben, 5 min backen

Den Käse umdrehen, weitere 5 min backen

Sofort servieren, dazu frisches Obst: Apfelschnitten, Pfirsichschnitten, Weintrauben

Cascio Fritte

Fry pieces of rich cheese, neither obviously aged nor obviously fresh, in a pan suited to it, with either butter or fat. When they are becoming tender, turn them, and take them out immediately.

Platina, Book VIII, Chapter 60, p. 385

Griebenschmalz

Für 10 Portionen

Zutaten

1250 g Fett (Schweineflomen) in feine Würfel
1250 g Speck, fett, geräuchert, in feine Würfel
1250 g Speck, durchwachsen, geräuchert, in feine Würfel
10 Äpfel (Boskop) geschält, entkernt, in feine Würfel
20 Mittelgroße Zwiebeln in feine Würfel
5 TL Majoran, getrocknet
5 TL Pfefferkörner, schwarz, im Mörser zerstoßen

Zubereitung

Alle Flomen- und Speckwürfel in einem Topf bei kleiner Hitze glasig auslassen und die Grieben herausnehmen und in einer Pfanne knusprig braun braten.

Die Apfel- und Zwiebelwürfel unter Rühren in das heiße Fett geben. Den Topf vom Herd nehmen, wenn die Zwiebelwürfel braun sind.

Nun die gebräunten Grieben, den Majoran und den Pfeffer einrühren. Das heiße Schmalz in einen geeigneten Keramiktopf füllen und erkalten lassen.

hierzu frisches Brot und evtl. Meersalz reichen.

Karbonaden 1

Zutaten

Bauchspeck
Petersilie
Zimt, Zucker
Brot
Rotwein

Zubereitung

Nicht zu dünn geschnittene Scheiben des Bauchspecks in einer Pfanne ohne Fett von beiden Seiten kurz scharf anbraten
Die Scheiben herausnehmen und mit dem Zimt und dem Zucker würzen
Dann mit gehackter Petersilie bestreuen und mit reichlich Brot und Rotwein verzehren

Karbonaden 2

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

Kassler geräuchert oder Lachsschinken geräuchert oder Partyschinken
Öl oder Fett zum Anbraten

Zubereitung

Fleisch in möglichst dünne Scheiben schneiden und von beiden Seiten in der Pfanne rasch anbraten
Mit Brot, einer würzigen Soße und Feigenmus servieren

Eine Karbenada zu machen aus einer Haxe
Schneide die Haxe messerrückendick/ und so breit wie die Haxe selbst ist/ zerklopfe sie auf beiden Seiten mit einem Messerrücken/ lege sie nicht ins Wasser/ sondern besprengte sie auf beiden Seiten mit Salz/ und sieh zu/ dass du es nicht zuviel machst/ hänge sie in den Rauch/ wo er am dichtesten ist/ dann lege sie auf einen sauberen Rost/ und brate sie geschwind/ begieße sie mit Rinderfett/ oder neuer Butter/ die unzerlassen ist/ und halte sie gegen das Feuer/ oder lege es auf den Rost/ wo nicht viel Kohlen sind/ sondern nur heiße Asche/ und wende sie oft um/ dass du sie nicht verbrennst/ bevor die Karbenada gebraten ist/ ...

Marx Rumpoldt, Ein new Kochbuch, 1581, aus: Lutz, Herrenspeis

Krapfenteig

Deutschland, 15. Jhd.

Zutaten

3 EL trockener Weißwein
2 EL Honig
300g Weizenmehl
6 Eigelb
70g Butter
3 EL Sahne
1 Eiklar
Salz

Zubereitung

Wein mit dem Honig aufkochen, so dass der Honig sich auflöst
In einer Schüssel Mehl, Butter, Salz, die größte Menge des
Honig-Wein-Gemischs und die Sahne vermengen
In einer kleinen Schüssel die Eidotter mit dem restlichen
Honig-Wein-Gemisch verrühren und zu dem Teig geben
Gut verkneten und den Teig sogleich dünn ausrollen
In Vierecke von ca. zehn Zentimetern Seitenlänge zerschneiden
oder mit einem großen Glas Kreise ausstechen
Mit dem Eiklar bestreichen und füllen

Einen Krapfenteig zu machen

*Siede Honig mit Wein, soviel du brauchst. Und nimm auch
eine weitere Schüssel, schlag Eier hinein und verrühr den
Wein mit weißem Mehl zu einem Brei. Schlag ein Eidotter, der
rot sein soll, mit etwas Safran in einer anderen Schüssel auf.
Das vermisch gut mit etwas von dem angemachten
Honigwein und gib es in den gerührten Teig. Lass den Teig
nicht zu fest und nicht zu flüssig werden. Gib ein wenig Mehl
in die Schüssel, bis du einen schweren Teig hast. Dann breite
ein sauberes Tuch aus und roll den Teig darauf mit einem
Wellholz aus und schneide dann große oder kleine Formen,
wie du die Krapfen haben willst, je nach Art der Füllung. Oder
alle, die man mit Hefe oder Bier oder Hopfenwasser macht,
die muss man aufgehen lassen und danach wieder einkneten*

mit lauwarmem Wasser oder mit Honigwein. Danach wische dich zu richten.

Küchenmeisterei (39, 3), um 1490, aus: Ehlert, Kochbuch

Liptauer Käse

Deutschland

Zutaten

8 Portionen
225g Frischkäse
8 EL weiche Butter
½ TL Salz
2 TL ganzer Kümmel
1 TL Senfpulver
1 TL gehackte Kapern
1 EL feingehackte Zwiebel
" Tasse (125ml) Saure Sahne
3 EL frischer, gehackter Schnittlauch

Zubereitung

Alle Zutaten gut mischen
Abgedeckt kühlen

Signora Giovanna Theresa Battista di Firenze, Lady Margaret
Fitz William of Kent (SCA)

Mandelmilch

Zutaten

120g ungeschälte Mandeln
1 Liter Wasser (oder Wasser-Wein-Gemisch)
Gaze zum Filtern

Zubereitung

Einen kleinen Topf mit Wasser erhitzen
Wenn es kocht, die Mandeln ins Wasser geben und warten, bis es aufkocht
Herausnehmen und unter kaltem Wasser abschrecken
Danach die Mandeln schälen
In den Becher des Mixers geben, das Wasser zugeben und so lange mixen, bis eine weiße Flüssigkeit entsteht
Ein Stück Gaze nehmen, es einmal falten, befeuchten und sorgfältig ausdrücken
Über ein Abtropfgestell spannen und die Flüssigkeit filtern

Murri

Naher Osten, 15. Jhd.

Zutaten

3 EL Honig
45g Brot
1 EL Mehl
1 TL Anis
1 TL Fenchelsamen
1/2 TL Selleriesamen
1/4 TL Safran
7 1/2g Johannisbrot
7 1/2g Walnüsse
45g Quitte
1/4 Tasse Salz
1/2l Wasser
1/4 Zitrone

Zubereitung

Den Honig mehrere Male zum Kochen bringen und wieder abkühlen lassen, bis er angeröstet schmeckt
Brot toasten, bis es leicht angebrannt ist, und im Mörser zerstoßen
Anis und Fenchel anrösten und mit Selleriesamen und Walnüssen zerstoßen
Quitte vierteln und entkernen
Alles zusammen 2 Stunden simmern lassen, durch ein Tuch geben und ausdrücken
Zitronensaft und $\frac{1}{4}$ l Wasser zugeben, nochmals $\frac{1}{2}$ -1 Stunde simmern lassen, wieder durch ein Tuch geben und ausdrücken; nochmals mit dem restlichen Wasser wiederholen

Ibn al-Mubarrad: Kitab al Tibakhah

Sauerteig

Zutaten

$\frac{1}{8}$ l lauwarmes Wasser
125g Roggenmehl
1 Prise gemahlener Kümmel
3-4 EL Buttermilch

Zubereitung

Alle Zutaten in einem Steingut-, Glas- oder Plastiktopf gut miteinander vermengen und zugedeckt zum Säuern an einen warmen Ort stellen, jeden Tag 1× umrühren
Am 3. Tag, wenn sich kleine Gärbläschen gebildet haben, mit: $\frac{1}{8}$ l lauwarmem Wasser und 200-250g Roggenmehl einen zähflüssigen Teig rühren und zugedeckt nochmal über Nacht an einem warmen Ort ruhen lassen; dann ist der Sauerteig zur Verarbeitung bereit

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Schmalzteig für Pasteten

Deutschland, 16. Jhd.

Für 1 Springform von 26cm Ø oder 1 Kastenform oder 1 Huhn

Zutaten

250g Mehl

2 Eier

25g Schweineschmalz (oder Butter oder Margarine)

2-3 EL Wasser

1 Prise Salz

Fett für die Form

1 Eidotter zum Bepinseln

Zubereitung

Schmalz mit dem Wasser erhitzen und etwas abkühlen lassen
Mehl in eine Rührschüssel oder auf die Arbeitsfläche geben, in der Mitte eine Vertiefung hineindrücken, Eier, Salz und die Wasser-Schmalz-Mischung hinzugeben und zu einem festen Teig verkneten
Einige Stunden ruhen lassen

Tipp: Schmalz hat den Vorteil, dass der Teig beim Backen nicht dunkel wird, und ist daher für alle Pasteten vorzuziehen, die länger backen müssen.

Wie man die Pastetenformen machen soll

Nimm zur Hälfte schönes Mehl und zur Hälfte Nachmehl [schönes Mehl ist gereinigtes (Weizen-)Mehl ohne jegliche Rückstände von der Spelze, Nachmehl ist das zweite Mehl; man kann dafür Vollkornmehl nehmen], schlag zwei Eier da hinein und gib ausgelassenes Fett hinein, ungefähr so groß wie ein Ei, und heißes Wasser. Oder lasse das Fett im Wasser kochen, und wenn es ein wenig abgekühlt ist, so gieß es zu dem Mehl, und knete ihn [den Teig] gut durch, dass er trocken und zäh werde; er lässt sich sonst nicht [am Rand] hochstellen. Und wenn er annähernd genug hat, so rupfe ich ihn, so wird er gut.

*Kochbuch der Philippine Welserin, um 1550, aus: Ehlert,
Kochbuch*

Speckpflaumen

Zutaten

getrocknete Pflaumen
Frühstücksspeck/Dörrfleisch/Schinken mit Fettrand usw.

Zubereitung

Die Pflaumen mit Scheiben des Bauchspecks oder was auch immer man drumherum wickeln will, umwickeln
Entweder auf Spieße stecken (Abstand dazwischen lassen!)
oder mit Zahnstocher durchpieken
Auf dem Grill oder in der Pfanne knusprig braten

