



Mittelalter Explorer
Rezepte Band 5
Tunken & Sosen

Inhaltsverzeichnis

Agraz.....	4
Aliper-Soße	4
Apfelweinsöße.....	5
Avgolemono-Soße	6
Basilikumsoße.....	6
Birnensenf	7
Butter-Eigelb-Wein-Soße.....	7
Byzantinische Senfsoße.....	8
Codiment	9
Drei Soßen zu Mörserhuhn	9
Egerdouce-Soße	10
Emplumeus.....	11
Friesische Soße	11
Fruchtsoße für Huhn	12
Galantine	13
Gelbe Pfeffersoße.....	13
Gelbe Soße	14
Granatapfelsoße.....	15
Grüne Knoblauchsoße 1	15
Grüne Knoblauchsoße 2	16
Grüne Senfsoße	17
Grüne Soße 1	17
Grüne Soße 2	18
Himmelblaue Sommersöße.....	19
Jance	20
Johannisbeersoße 1.....	21
Johannisbeersoße 2.....	22
Kamelinsoße 1	23
Kamelinsoße 2	23
Kamelinsoße 3	24
Kamelinsoße 4	25
Kirschsoße für Fleisch.....	25
Knoblauchsoße mit Walnüssen oder Mandeln	26
Nuss-Knoblauch-, Mandel-Knoblauch- und Trauben-Nuss-Knoblauch-Soße.....	27

Knoblauch-Salbei-Soße.....	28
Knoblauch-Soße 1.....	29
Knoblauch-Soße 2.....	30
Knoblauch-Soße 3.....	30
Knoblauch-Soße 4.....	31
Knoblauch-Walnuss-Soße.....	32
Kräutersoße.....	32
Kräutersenf aus Dijon.....	33
Kuminsoße.....	34
Limonen-Wein-Soße.....	34
Lombardischer Senf.....	35
Mandel-Granatapfel-Soße.....	35
Meerrettichsoße 1.....	36
Meerrettichsoße 2.....	37
Minzsoße.....	37
Nuss-Ingwer-Soße.....	38
Pfauensoße.....	38
Pfeffer.....	39
Pfefferkuchensoße.....	40
Pfeffersoße.....	40
Pflaumen-Ingwer-Mus.....	41
Pflaumensoße.....	41
Pinienkernsoße.....	42
Poivrade.....	43
Pomeranzensaft.....	43
Limonensaft.....	44
Preiselbeersoße.....	45
Rosa Knoblauchsoße.....	45
Rosenwassersoße.....	46
Rote Senfsoße.....	47
Salbeisoße.....	47
Sals Abyad.....	48
Sauce Robert.....	49
Roberts Bart.....	50
Schwallenbergs Soße 1.....	51
Schwallenbergs Soße 2.....	52

Schwarze Pfeffersoße	52
Soße für faule Köche	53
Soße zu Fisch	54
Soße zu Geflügel	55
Soße zu roten Hühnern	55
Soße zu weißen Hühnern	56
Soße zu Wildgeflügel	57
Spanische Soße	58
Süße Soße zu Fisch	59
Weichselkirschensoße 1	60
Weichselkirschensoße 2	60
Weichselkirschensoße 3	61
Weichselkirschensoße 4	62
Weinsoße 1	62
Weinsoße 2	63
Winzer-Soße	63
Würzige Senfsoße 1	64
Würzige Senfsoße 2	65
Würzsoße	66
Zweierlei Senf	66
Zwiebelsoße 1	67
Zwiebelsoße 2	67



Agraz

Deutschland, 14. Jhd.

4 Personen

Zutaten

250g grüne oder blaue Trauben
2 Äpfel (säuerlich!)
¼l Rotwein
Pfeffer

Zubereitung

Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen
Weintrauben und Äpfel in einem Mixer pürieren
Mit dem Wein vermischen und durch ein Sieb drücken
Passt gut zum Rehbraten

*Zu: Rehbraten im Teig, Kesselfleisch, Kalbfleisch-
klößchen, Gefülltes Spanferkel 1*

*Das Buch von guter Speise (32a), 1345/52, aus: Ehlert,
Kochbuch, sehr ähnlich auch in Fahrenkamp, Mannsbild*

Aliper=Soße

Zutaten

Brotkrumen
2 EL Weinessig
250ml Mischung aus Rinderfond und Rotwein
2 zerdrückte Knoblauchzehen
Pfeffer, Salz

Zubereitung

Brotkrumen 5 min in Essig einweichen, zermanschen, Wein-Fond-Mischung hinzugeben
Knoblauch und Gewürze einrühren, zum Kochen bringen, eindicken lassen

Zu: Wildschweinbraten

Apfelweinsöße

Spanien, 16. Jhd.

Ergibt ~ $\frac{3}{4}$ Liter

Zutaten

1l süßer Cider (Apfelwein)
250g Zucker
60ml Weißweinessig
2 EL Weißwein
15g Zimtstange
1 Muskatnuss (im Stück)
4 ganze Nelken

Zubereitung

Alle Zutaten mischen, über niedriger bis mittlerer Hitze 45 min
simmern lassen, bis es um die Hälfte reduziert ist
Durch ein Tuch seihen, abkühlen lassen

Zu Schwein oder Ente

*Diego Granado, Libro del Arte de Cozina, 1599; Lady Brighid
ni Chiarain (SCA), Stefan's Florilegium*

Angolemono=Soße

Byzanz

Zutaten

2 große Eidotter
Saft von 1-2 Zitronen, durchgeseiht
1/4-1/2l heiße Brühe oder Bouillon

Zubereitung

Eidotter 2 min schlagen, dann langsam unter Weiterschlagen den Zitronensaft zugeben
Ebenso die Brühe/Bouillon einschlagen
Die Flüssigkeitsmenge hängt von der gewünschten Konsistenz ab

Zu: Dolmades, Kakavia

Aus einem griechischen Rezept 'periodisiert' (Byzanz, 395-1453) von Gode Cookery

Basilikumsoße

Italien, 14. Jhd.

Zutaten

30g frisches Basilikum
1/2 Tasse (125ml) Verjus
Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung

Basilikum zupfen, grob hacken, pürieren
Verjus und Pfeffer zugeben, nochmals pürieren
Sofort auftragen, damit die grüne Farbe erhalten bleibt

Zu Braten und gekochten Eiern.

Libro della Cucina; Santich, Mediterranean Cuisine; Serena da Rida, SCA

Birnenensenf

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

Scharfer Senf
Birnen

Zubereitung

Birnen schälen, entkernen, weichkochen, pürieren
Mit dem Senf mischen, bis die gewünschte
Geschmacksrichtung erreicht ist

*Zu: Stockfisch, Rindfleischknödel, Mörserhuhn à la Chicken
McNuggets*

Sabina Welserin 34; Lady Jehanne de Huguenin (SCA)

Butter=Eigelb=Wein=Soße

25 Personen

Zutaten

500g Butter
3 Eier
¾l Wein
3 Scheiben Weißbrot
Honig
Pfeffer, Salz, Ingwer

Zubereitung

Butter zerlaufen lassen und mit dem Weißwein ablöschen,
Honig und Gewürze nach Geschmack hinzugeben
Brot anrösten und zusammen mit dem Rest in Mixer
zerkleinern

Zu: Spinatklöße, Erbsenkuchen

Byzantinische Senfsoße

Byzanz, 13. Jhd.

Zutaten

3 EL Senfsaat, gemahlen
 $\frac{2}{3}$ Tasse (150ml) Weißweinessig
2 große Knoblauchzehen, feingehackt
 $\frac{3}{4}$ Tasse (175ml) Olivenöl

Zubereitung

Alle Zutaten vermischen
Über Fisch auftragen

Zu: Byzantinischer Lachs

*Hierophile, 13th century; Master Demetrios, Byzantine
Cuisine; Eirene Tzismiskina Kontostephanina, The Stewpot
Period Culinary Guild (SCA)*

Codiment

Deutschland, 14. Jhd.

4 Personen

Zutaten

250g Schalotten

Salz

¼l kräftigen Rotwein

1 EL Rotweinessig

1 Prise Zucker

Zubereitung

Schalotten schälen, fein hacken mit etwas Salz und dem Rotwein vermischen und durch ein feines Sieb passieren
Eventuell mit Zucker oder Essig abschmecken

*Passt gut zu Hühnergerichten und Rinderbraten
Zu: Kalbfleischklößchen, Reh im Teigmantel*

*Das buoch von guoter spise (33), 1345/52, aus: Ehlert,
Kochbuch*

Drei Soßen zu Mörserhuhn

Deutschland, 15. Jhd.

Zutaten

100g gemahlene Mandeln

100g gemahlene Hasel- oder Walnüsse (oder gemischt)

100g Rosinen

0,4l Weißwein

0,2l Rotwein

etwas Zucker

Zubereitung

jeweils 0,2 l Wein und 100 g Nüsse oder Rosinen (der Rotwein kommt zu den Rosinen) mit Mixstab oder im Mörser pürieren
Vorsichtig etwas Zucker einrühren.

Zu Mörserhuhn

*Kochbuch von Meister Hannsen, des von Wirtenberg Koch
(235), 1460, aus Karfunkel 44*

Egerdouce=Soße

6 Portionen

Zutaten

2 EL Olivenöl
75g grob gehackte Zwiebeln
je 25g Rosinen und Korinthen
je " TL Salz, Ingwer, Macis (Muskatblüte), Safran
½ TL Nelken
120ml trockener Weißwein
90ml Weinessig
25g Zucker
75g Vollkorn-Brotkrumen
~100ml Wasser

Zubereitung

Die Zwiebeln im Öl sanft weich dünsten
Obst und Gewürze zugeben, einige Minuten weiterdünsten
Zucker in Wein und Essig auflösen, zugeben
15 min zugedeckt köcheln, pürieren
Wieder in den Topf geben, Brotkrumen und genügend Wasser
zugeben, dass eine dicke, aber nicht klumpige Soße entsteht
Abschmecken, zu Braten reichen

Siehe auch: Egurdouce

Emplumeus

Frankreich, 15. Jhd.

Zutaten

1kg Kochäpfel (Granny Smith, Macintosh)
3½ Tassen (800ml) Wasser
1⅓ Tassen Mandeln, enthäutet
1 Prise Salz
¼-⅓ Tasse Zucker (nach Geschmack)

Zubereitung

Äpfel schälen, entkernen, in Scheiben schneiden, in Wasser weich kochen (nicht zerfallen lassen!)
Mandeln mahlen, dabei nach und nach das Kochwasser der Äpfel zugeben, bis eine dicke Milch entsteht
Durch ein Tuch seihen, Tuch gut ausdrücken
Mandelmilch zum Kochen bringen, Äpfel, Salz und Zucker zugeben
Kochen, bis die Äpfel zerfallen sind und die Soße dick genug ist
Nach Geschmack mehr Zucker zugeben

Chiquart, Du Fait de Cuisine, 1420; Tatiana Pavlovna Sokolova, The Stewpot Period Culinary Guild (SCA)

Friesische Soße

Deutschland, 14. Jhd.

Für ein Huhn

Zutaten

½l Weißwein
½l Hühnerbrühe
4 Eier
½ Laib Brot, in Krumen gebrochen

Salbei, Petersil, Rosmarin nach Geschmack
Salz, Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung

Wein und Hühnerbrühe mischen, zum Kochen bringen
Eier gut schlagen, etwas von der Weinbrühe einrühren, wieder
in die kochende Soße geben
Brotkrumen und Kräuter zugeben, mit Salz & Pfeffer
abschmecken

Diese Soße passt auch gut zu den Gesottenen Krapfen.

Das buoch von guoter spise (7), 1345/52

Fruchtsoße für Huhn

Frankreich, 14. Jhd.

Für 1 Huhn oder 4 Hühnerbrüste

Zutaten

2 $\frac{2}{3}$ Tassen weiße und blaue Trauben gemischt
oder genügend Pflaumen, um 1 Tasse (225ml) Saft zu ergeben
oder genügend Sauer(!)kirschen/Quitten/Maulbeeren dito
oder 225ml gemischter Traubensaft, Pflaumensaft oder
Kirschsaf (nicht zu süß)
1/8 TL (oder mehr) garam masala
3/4 TL Zimt
1 EL Brotkrumen

Zubereitung

Saft aus den Früchten auspressen oder -kochen
Auf kleine Flamme setzten, Gewürze zugeben, Brotkrumen
einrühren
Andicken lassen, auftragen

Ménagier de Paris, ~1395; Baron Eric Edmundsson (SCA)

Galantine

England, 14. Jhd.

Zutaten

1/4l Rotweinessig
1/4l trockener Rotwein
~1 Tasse Brotkrumen
je 1 1/2 TL Galgant, Zimt, Ingwer
Salz

Zubereitung

Wein, Essig und Gewürze vermischen, mit einem Schneebeesen
genügend Brotkrumen einrühren, dass die Soße glatt und
dicklich wird
Abschmecken, durch ein Sieb streichen

Bei Zimmertemperatur zu Fisch, Geflügel und Braten reichen

*Hiatt, Constance B. and Sharon Butler. Curye on Inglis:
English Culinary Manuscripts of the Fourteenth-Century
(Including the Forme of Cury). London: For the Early English
Text Society by the Oxford University Press, 1985; Gode
Cookery*

Gelbe Pfeffersoße

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

1 EL frischer gehackter Ingwer
1 EL zerdrückte Pfefferkörner
einige Fäden Safran, pulverisiert
1 getoastete Brotscheibe, zerbröseln
250ml Fleischbrühe
1 EL Balsamessig

Zubereitung

Alle Zutaten vermischen, kochen, bis die Soße andickt, auftragen

Zu gebratenem Barsch; oder zu: Gefülltes Spanferkel II, III

bereitet diese Soße mit Fischfond statt mit Fleischbrühe und gibt sie zu Lachs.

Le Viander de Taillevent (164), 1375, Tatiana Pavlovna Sokolova (The Stewpot Period Culinary Guild, SCA)

Gelbe Soße

England, 14. Jhd.

Zutaten

2 EL gemahlene Mandeln
3 zerdrückte Knoblauchzehen
je ½ TL Ingwer und Salz
Saft " Zitrone
¼l Weißwein
2 EL Brotkrumen

Zubereitung

Alle Zutaten in einem Soßentopf vermischen und sanft köcheln
Solange rühren, bis die Soße andickt
Zur Seite stellen und ruhen lassen
Warm auftragen

Zu Gänsebraten

Pleyn Delit

Granatapfelsoße

Italien, 15. Jhd.

Zutaten

16-20 Portionen

3 Tassen (700ml) Granatapfelsirup (oder Saft, verlängert die Kochzeit)

1-2 Tassen (225-450ml) Wasser

½ Tasse (100ml) Wein

250g Zucker

14g Zimt

Zubereitung

In einen großen Topf Sirup, Wasser und Wein geben

Über mittlerer Hitze darin Zucker und Zimt auflösen, unter Rühren zum Kochen bringen

30-45 min köcheln, dabei häufig umrühren

Zu gebratenem Fleisch

Cuoco Napoletano, 1465; Fra Niccolo diFrancesco, SCA

Grüne Knoblauchsoße 1

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

1 Scheibe Brot

3-4 Knoblauchzehen

1 Tasse Petersil

¼l Balsamessig

Zubereitung

Das Brot in sehr feine Krumen bröseln

Den Petersil im Mörser sehr gründlich zerstoßen
Brotkrumen und Petersil in den Essig geben
Knoblauch zerstoßen und zugeben, aufkochen lassen, Hitze
abschalten

1 Stunde einweichen lassen

Wieder erhitzen und simmern, bis die Soße dick wird

Zu: Gekochtes gemischtes Fleisch

Viander de Taillevent (158), 1375

Grüne Knoblauchsoße 2

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

2 EL Wasser

1 Tasse (225ml) Verjus

2 EL gehackter Knoblauch

1/2 Tasse Brotkrumen

2 EL gehackter Petersil

2 TL gehackter, frischer Rosmarin

Zubereitung

Knoblauch mit Brotkrumen, Wasser und Verjus vermischen

Etwas von der Mischung mit den Kräutern vermischen,

pürieren

Alles zusammenmischen, mit Brotkrumen/Wasser die
gewünschte Sämigkeit erreichen

Kalt stellen

Zu Fisch, Geflügel, Rind

*Menagier de Paris, 1395; Tatiana Pavlovna Sokolova, The
Stewpot Period Culinary Guild (SCA)*

Grüne Senfsoße

Polen

Zutaten

4 EL gelbe Senfsaat
1 EL schwarze Senfsaat
1/2 Tasse (125ml) Rotweinessig
3 EL Olivenöl
1/4 Tasse (60ml) Honig
frisch gemahlener Pfeffer
1/2 EL gemahlene Zibeben
1 Prise Anis
2 Tassen Petersil

Zubereitung

Senfkörner im Mörser fein zerstoßen
Mit Essig, Öl, Honig und Pfeffer nach Geschmack gut
vermischen
Mit Zibeben und Anis würzen, nach Wunsch noch mit Essig
oder Wasser die Konsistenz anpassen
Petersil zerstoßen, mit dem Senf mischen

Mit Fleisch, Brot auftragen

*Maria Dembinska, Food and Drink in Medieval Poland; Lady
Jadwiga, SCA*

Grüne Soße 1

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

1 Scheibe altbackenes Landbrot (etwa 40 bis 50g)
5 EL feingehackter Petersil
2 fein gehackte frische Salbeiblätter

1 Prise gemahlener Pfeffer
1 Prise Nelkenpulver
1 Prise geriebene Muskatnuss
¼ TL Zimt- und Ingwerpulver
3 EL Weinessig
2 Knoblauchzehen
10cl Wasser
Salz

Zubereitung

Das Brot in Wasser einweichen; wenn es aufgequollen ist, mit einer Gabel zerdrücken

Die Kräuter und Gewürze zugeben, außerdem - wenn man will - den zerdrückten Knoblauch dabei kräftig mit dem Stößel stampfen; so kommt der Geschmack der Kräuter gut heraus, und man erhält ein echtes Püree

Mit Essig verdünnen; kosten und salzen

Durch ein Sieb passieren

zu Lamm oder jedem anderen Braten auftragen

Taillevent, #161

Grüne Soße 2

England, 14. Jhd.

Zutaten

je 2 TL frischer, gehackter Salbei, Petersil, Minze
je ⅛ TL gemahlener Ingwer, Pfeffer
¼ Tasse frische Brotkrumen
1 EL Essig
1 Prise Zimt
1 TL gehackter Knoblauch
½ TL Salz

Zubereitung

Alle Zutaten außer dem Essig zusammenmörsern, Essig zugeben, um die gewünschte Festigkeit zu erhalten

Zu Schellfisch

Forme of Cury; Her Ladyship Katja Davidova Orlova Khazarina, The Cauldron Bleu Cooks Guild, SCA

Simmelblaue **S**ommersoße

Italien

4 Portionen

Zutaten

1/2l Saft von frischen Brombeeren
50g ungeschälte Mandeln
15cl Verjus*
1/3 TL Ingwer, frisch gerieben
Salz

Zubereitung

Die Brombeeren in der Gemüsemühle zerdrücken und den Saft filtern

Die Mandeln zusammen mit dem Ingwer zerstampfen oder im Mixer zerkleinern, dann mit dem Brombeersaft vermischen

Durch die Oxidation entsteht die dunkelblaue Farbe

Alles mit Verjus verdünnen und nochmals filtern

Salzen und abschmecken

Die Soße harmoniert gut mit Kalbfleisch oder Geflügel.

Hinweise: Statt Verjus kann man auch 10cl Apfelessig mit 5cl Wasser vermischt nehmen.

Libro de arte coquinaria, aus: Redon, Kochkunst

Variante

Zutaten

250g Brombeeren
2 EL gemahlene Mandeln
1 TL frisch geriebener Ingwer
1 EL Verjus oder Apfelweinessig
1 TL Zucker

Zubereitung

Brombeeren im Mörser zerstoßen
Mandeln und Ingwer einrühren
Wenn du Glück hast, wird die Flüssigkeit dunkelblau;
ansonsten musst du mit einer purpurfarbenen Soße vorlieb
nehmen
Verjus/Essig einrühren
Durch ein Sieb treiben, mit Zucker abschmecken

Zu kaltem Hühnerfleisch

Original w.o.; Coquinaria.nl

Sauce

Zutaten

2 schöne Scheiben trockenes Landbrot
1 Ei
25cl Bouillon
5cl Verjus
1/2 TL im Mörser zerstoßene Paradieskörner (s.u.)
1/4 TL Ingwerpulver
1/4 TL gemahlener Pfeffer
2-3 Briefchen Safran
Salz

Zubereitung

Das Brot zerkleinern, in einem Teil der Bouillon einweichen,
dann im Mixer pürieren

Das Ei mit dem Schneebesen schlagen und zum Brot geben

Die restliche Bouillon mit dem Schneebesen untermischen

Die Gewürze vermengen und zu der Masse geben, dann den

Verjus da zugießen

Aufsetzen und unter ständigem Rühren mit dem Kochlöffel
aufkochen

Sobald es dickt, vom Feuer nehmen

Salzen, kosten und auftragen

Die Soße sollte safrangelb sein!

Johannisbeersöße 1

Zutaten

250g rote Johannisbeeren

125g schwarze Johannisbeeren

6 schwarze Pfefferkörner

1/4l Weißwein

1/4l Wasser

2 EL Honig

Ingwerpulver

1/8l saure Sahne

2 EL Johannisbeergelee

Zubereitung

Die Johannisbeeren putzen, von den Stielen zupfen und in
Wein mit dem Wasser sowie den Pfefferkörnern ~10 min
kochen

Bis auf eine Handvoll alle Beeren durch ein Sieb passieren
Dieses Püree auf sanftes Feuer stellen, mit Honig und
Ingwerpulver abschmecken, mit der Sahne und dem Gelee
binden und die unpassierten Johannisbeeren unterziehen

Zu Pasteten (Kalbfleischpastete) oder Grillbraten

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Johannisbeersöße 2

Zutaten

4 Karotten, geschält und in Scheiben
2 mittlere gelbe Zwiebeln, geschält und in Scheiben
1 Lorbeerblatt, zerkrümelt
2 EL Fett
80ml Wasser
125ml Rotwein
1½l Hühnerbrühe
4 Pfefferkörner, zerdrückt
125ml Rotes Johannisbeergelee
2 EL dicke Sahne
Fett vom Rehbraten
Salz nach Geschmack
3 EL Mehl
80ml kaltes Wasser

Zubereitung

Am Tag zuvor Karotten, Zwiebeln und Lorbeerblatt im Fett 10 min dünsten, bis sie leicht gebräunt sind
Wasser und Wein zugeben, 5 min offen köcheln
Brühe und Pfeffer zugeben und 1 Stunde offen sanft kochen
Gelee einrühren und 15 min köcheln, durch ein Sieb geben und über Nacht auskühlen lassen
Mischung vor dem Auftragen auf gewünschte Temperatur bringen, Sahne und Rehfett einrühren und abschmecken
Mehl und Wasser mischen, ein wenig von der Soße dazutun und gut durchrühren
Diese Paste wieder in die Soße rühren, aufkochen und unter Rühren kochen, bis die Soße dick und glatt ist

Zu Reh

Yosef Alaric

Ramelinsoße 1

Zutaten

70g geschälte Mandeln
40g Rosinen
40g trockenes Brot ohne Kruste
30cl Verjus (oder 20cl Apfelessig, mit 10cl Wasser vermischt)
1 TL Zimtpulver
¼ TL Nelkenpulver
Salz

Zubereitung

Rosinen waschen, 1 Stunde in Wasser einweichen
Mandeln im Mixer zerkleinern, mit ein wenig Wasser verdünnen; Mischung durch Gaze oder ein Spitzsieb filtern
Rosinen mit den Gewürzen in den Mixer geben, außerdem das vorher in Wasser eingeweichte Brot; gut mixen
Mandelbrei mit Rosinenmasse mischen, dann den Verjus zugeben
Gut vermischen, leicht salzen und abschmecken
Die Soße muss leicht flüssig sein, die Farbe gleichmäßig beige

Zu: Gefülltes Spanferkel II, III, Wildschweinbraten, Rinderbraten, Lammbraten, Brathuhn, Schweinebraten

Ramelinsoße 2

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

je 250ml Cideressig und Wasser
½ TL Zimt
je ½ TL Ingwer, Nelken, Macis, Paradieskörner, Pfeffer und Salz

Zubereitung

Flüssigkeiten mischen, Gewürze zugeben, gründlich mischen, abschmecken

Zu: Gefülltes Spanferkel II, III, Wildschweinbraten, Rinderbraten, Lamnbraten, Brathuhn, Schweinebraten

Das Originalrezept verlangt noch Brotkrumen; wenn diese Soße nicht zum Marinieren verwendet wird, kann sie mit gut eingerührten Semmelbröseln angedickt werden

Viandier de Taillevent, 1375; Scully, Terence, ed. Le Viandier de Taillevent. An Edition of all Extant Manuscripts. Ottawa: University of Ottawa Press, 1988; A Boke of Gode Cookery

Ramelinsoße 3

England, 14. Jhd.

Zutaten

¼ Tasse Korinthen und Walnüsse
2 EL Brotkrumen
je ½ TL Salz, Ingwer, Zimt
¼ TL Nelken
85ml Weinessig

Zubereitung

Alle Zutaten gut vermischen, bis es glatt wird

Kalt zu Lamnbraten auftragen

Pleyn Delit; Kingdom of Ealdormere

Ramelinsoße 4

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

1/2 TL Ingwer
1 TL Zimt
1 Prise Safranfäden
1/4-1/2 TL Muskat
1/2 Tasse (125ml) Rotwein
1/4 Tasse Brotkrumen
1/2 Tasse (125ml) Wasser
1/4 Tasse brauner Zucker

Zubereitung

Gewürze gemahlen in den Rotwein geben, Brotkrumen und Wasser zufügen
Zum Kochen bringen, braunen Zucker zugeben
Kochen lassen, bis es leicht andickt; abschmecken

Le Menagier de Paris, 1393; Tatiana Pavlovna Sokolova, The Stewpot Period Culinary Guild (SCA)

Kirschsoße für Fleisch

England, 14. Jhd.

Für 1kg Fleisch

Zutaten

375-500ml Mandelmilch (siehe Grundrezepte)
1 1/2 EL Weizenstärke, in etwas Wasser oder Kirschsafft aufgelöst
500-750g entsteinte Kirschen
3-4 EL Zucker
Ggf. Rote Lebensmittelfarbe oder Sandelholz zum Färben

Salz

Zubereitung

~ $\frac{3}{4}$ der Kirschen pürieren; den Rest zum Garnieren aufheben
Mit der Weizenstärke und dem größten Teil der Mandelmilch
zum Kochen bringen, dabei laufend umrühren

Kurz simmern lassen, bis es andickt; abschäumen; Konsistenz
überprüfen und anpassen (mehr Mandelmilch oder länger
köcheln)

Nach Geschmack zuckern und salzen

*BL MS Add. 46919 (He), published in "Curie On Inglysch" as
Diuersa Cibaria; Adamantius (SCA); www.florilegium.org*

Knoblauchsoße mit Walnüssen oder Mandeln

Italien, 16. Jhd.

Zutaten

1/2 Tasse zerdrückte Mandeln (oder Walnüsse)

3 Knoblauchzehen

Rinderbouillon

Brotkrumen

Zubereitung

Brotkrumen in der Bouillon auflösen.

Mandeln, Knoblauch, Brotkrumen und genügend Bouillon
durch den Mixer geben, so dass eine nette Soße entsteht.

Zu: Pilzpasteten

Platina, 8.18

Nuss=Knoblauch=, Mandel=Knoblauch= und Trauben=Nuss=Knoblauch=Soße

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

80g Nüsse oder Mandeln
3 Knoblauchzehen
1 Scheibe Weißbrot ohne Rinde

Zubereitung

200ml Hühnerbrühe bzw. 400ml roter Traubensaft, um ein Drittel eingekocht
Nüsse und Knoblauchzehen pürieren oder im Mörser zerstoßen
Weißbrot in Stücke schneiden, in der Brühe einweichen und durch ein Sieb treiben
Nuss-Knoblauch-Masse mit dem Weißbrot und der Brühe zur gewünschten Konsistenz aufschlagen

Kalt zu Kesselfleisch oder Braten servieren

Je nach Verwendung von Nüssen (Walnüsse und Haselnüsse) oder Mandeln kann diese Speise der Bauernspeise oder der Herrenspeise angehören. Wenn man es nachkocht, ist der Unterschied im Geschmack zwischen den Nüssen, die man kostenlos vom Baum pflücken oder sammeln konnte, und den Mandeln, die für ein horrendes Geld auf der Messe eingekauft werden mussten, nicht allzu groß.

Weitere Variationsmöglichkeiten tun sich auf, wenn man statt der Hühnerbrühe eingedickte Fruchtsäfte wie Trauben- oder Apfelsaft verwendet, und/oder die Soße auf unterschiedlich Art ansäuert.

Verwendet man ungeschälte Mandeln, schmeckt die Soße deutlich kräftiger

Siehe auch: Rosa Knoblauchsoße

*Marx Rumpoldt: Ein new Kochbuch, Zugehörungen zum
Braten/ eynzutunken (13, 14), 1581, aus: Lutz, Herrenspeise*

Knoblauch=Salbei=Soße

Deutschland, 14. Jhd.

Zutaten

250g blaue Trauben
1 Streifen (~100g) durchwachsenen Speck
5 Blätter Salbei
1-2 Zehen Knoblauch
1/8l Rotwein
Salz, Zucker

Zubereitung

Speck fein würfeln und in einer Pfanne ausbraten, hinterher
mit dem Wein ablöschen
Knoblauch zerdrücken, Salbei fein hacken
Beides mit den Trauben zusammen in die Speck-Wein-
Flüssigkeit geben und aufkochen lassen
Mit Salz bzw. Zucker abschmecken und durch ein Sieb drücken

*Passt gut zu dunklem Fleisch, Kalbsnierenbraten im
Teigmantel, Kalbfleischklößchen Rehbraten im Teig*

*Das buoch von guoter spise (34), 1345/52, aus: Ehlert,
Kochbuch*

Knoblauch=Soße 1

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

15 Knoblauchzehen
10 Schalotten
 $\frac{3}{4}$ l milder Weissweinessig
Bohnenkraut
Estragon
Basilikum
Salz, Pfeffer
 $\frac{1}{4}$ l Weißwein
1 Hühnerleber
200g frischer Speck
1 Eigelb

Zubereitung

Die Knoblauchzehen und die Schalotten häuten und fein hacken; die Kräuter ebenfalls fein hacken
Den Weinessig mit den Kräutern, Knoblauchzehen und Schalotten ~3 Stunden zugedeckt auf milder Hitze einkochen lassen, bis die Flüssigkeit fast völlig verdunstet ist
Den Wein angießen und alles durch ein feines Sieb treiben
In diese Soße den feingeriebenen Speck und die zerstampfte Leber einrühren und nochmals ~30 min kochen
Die Soße mit dem verquirlten Eigelb binden, abschmecken und anrichten

Zu Lamm-, Rinder- oder Gamsbraten, auch zu Fisch.

Viandier de Taillevent, 1375, aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Knoblauch=Soße 2

Italien, 14. Jhd.

Zutaten

20 Knoblauchzehen
40g Brotkrume
1/4l Fleischbrühe
Gewürzmischung
1/4 TL Ingwer, gemahlen
1/4 TL Zimt, gemahlen
1 Prise Nelken, gemahlen
Salz

Zubereitung

In der Glut oder im Ofen 18 ungeschälte, in Alufolie eingepackte Knoblauchzehen 30 Minuten garen (220°C oder Stufe 6)

Die Brotkrume in ein wenig Fleischbrühe einweichen
Den garen Knoblauch und zwei rohe Zehen schälen
Alles zerdrücken, das Brot hinzugeben und alles zusammen zerstampfen, dabei die Gewürze und die Fleischbrühe nach und nach zugeben, bis eine sämige Konsistenz erreicht ist
Salzen, zum Kochen bringen und einige Minuten kochen lassen
Heiß auftragen

Libro di cucina del secolo, aus: Redon, Kochkunst

Knoblauch=Soße 3

England, 15. Jhd.

Zutaten

250ml Milch
2 EL Mehl
2 EL Butter

2 Knoblauchzehen, feingehackt
je ¼ TL Salz, Pfeffer
1 Prise gemahlener Safran

Zubereitung

Butter schmelzen, Mehl einrühren, Milch einrühren
Restliche Zutaten zugeben, zum Kochen bringen und köcheln,
bis sie dick wird
Heiß auftragen

Zu Gans.

Austin (ed.), Two Fifteenth-Century Cookery-Books

Knoblauch=Soße 4

Italien, 16. Jhd.

Zutaten

250g Walnüsse (geschält) oder Mandeln (geschält und
abgezogen)
4 Scheiben weißes Brot
2-4 große Knoblauchzehen, geschält
350ml starke Hühnerbrühe
1 TL Salz

Zubereitung

Brot entkrusten, 20 min in der Hühnerbrühe einweichen
Nüsse und Knoblauch gemeinsam im Mörser sehr fein
zerstoßen
Zu der Brühe mit dem Brot geben, Salz zugeben, mit einem
Holzlöffel 2-3 min rühren, nach Salz abschmecken
Abdecken, 1 Stunde kühlen

Zu Butterreis

Anna of Dragonsmark (SCA); Stefan's Florilegium

Knoblauch=Walnuß=Soße

Italien, 14. Jhd.

Zutaten

1½ Tassen Walnüsse
2 Tassen (450ml) heißes Wasser
1 Tasse Brotkrumen
1 TL Salz
4 Knoblauchzehen

Zubereitung

Aus Walnüssen und Wasser eine Walnußmilch analog zur Mandelmilch bereiten (siehe Grundrezepte)
Brotkrumen, Salz und geschälten Knoblauch dazugeben, pürieren

*Tractatus de modo preparandi et condiendi omnia cibaria;
Redon, Kochkunst; Serena da Rida, SCA*

Kräutersoße

Zutaten

¼l trockener Weißwein
6 EL gehackte Kräuter (Kerbel, Estragon, Basilikum, Schnittlauch)
2 Knoblauchzehen
¼l Spanische Soße (siehe weiter hinten)
1 TL gehackter Schnittlauch
1 TL gehackter Estragon
1 TL gehackter Kerbel

Zubereitung

Die (6 EL) Kräuter und den zerdrückten Knoblauch mit dem Weißwein übergießen und 24 Stunden marinieren lassen, dann

werden sie zur kräftig eingekochten Spanischen Soße gegeben und untergerührt
Soße nicht mehr aufkochen, damit der Geschmack der Kräuter nicht zerstört wird
Kurz vor dem Auftragen die weiteren feingewiegten, frischen Kräuter unterziehen und die Soße anrichten

Zu: Heidnische Kuchen, Ochsenzungenpastete.

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Kräutersenf aus Dijon

Zutaten

1l Weinessig
15g gemahlener Zimt
4g Nelken
8g Piment
3 Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
1 Kräuterbündel (Estragon, Thymian, Majoran, Lorbeer)
250g Zucker
500g schwarzes Senfmehl

Zubereitung

Im Weinessig werden Zimt, gestoßene Nelken, Piment, in Scheiben geschnittene Zwiebeln, zerquetschte Knoblauchzehen und das feingewiegte Kräuterbündel mit dem Zucker zusammen unter Rühren mehrmals aufgekocht, zugedeckt und mindestens 6 Stunden zum Marinieren beiseite gestellt
Unter Umrühren wird der Senf noch einmal ~10 min gekocht und abgekühlt in Steinguttöpfe abgefüllt

Zu: Spanferkelkeule

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Ruminsoße

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

1 Tasse Brotkrumen oder zerstoßene Mandeln
2 TL Ingwer
2 TL Kumin (Kreuzkümmel)
2 EL Weißwein
1 TL Zitronensaft
60ml Olivenöl

Zubereitung

Alle Zutaten mischen und kalt servieren.

Viandier de Taillevent, 1375

Limonen-Wein-Soße

Zutaten

60ml Zitronensaft
1/8-1/4 TL Ingwer
600ml Rheinwein
1 Tasse Zucker
1/4 TL Salz

Zubereitung

Zitronensaft und Ingwer gut mischen
Mit dem Wein und dem Zucker aufsetzen, bei mittlerer Hitze kochen, bis es leicht sirupartig ist
Vom Feuer nehmen, Salz einrühren (Vorsicht! dies lässt die Soße aufschäumen)
Falls sich das Salz nicht auflöst, nochmals kurz zum Feuer geben

Kalt zu Huhn geben

Rosalinde De Witte, SCA

Lombardischer Senf

England, 14. Jhd.

Zutaten

2 TL getrocknete, gemahlene Senfsamen
60ml Honig
60ml Rheinwein
1 EL Balsamessig

Zubereitung

Honig und Wein zusammen aufkochen lassen, Senfsamen begeben
Simmern, bis er zu einer dicken Soße reduziert ist
Essig kurz vor dem Servieren zugeben, um ihn auf die richtige Konsistenz zu bringen

Pleyn Delit (53)

Mandel-Granatapfel-Soße

Zutaten

1/2 Tasse gemahlene Mandeln
1/4 Tasse Granatapfelsaft oder verdünnter Granatapfelsirup (Grenadine); wenn dies zu süß ist, etwas Zitronen zugeben
1/2 TL geriebener Ingwer
3/4 TL Ceylon Zimt
1/2 TL Puderzucker

Zubereitung

Alle Zutaten mischen, Granatapfelsaft teelöffelweise zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist

Zu Brathuhn

Libro del Coch, aus: Barbara Santich, Original Mediterranean Cuisine

Meerrettichsoße 1

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

3 EL Butter
2 EL Mehl
1 EL scharfer Senf
2 EL milder Kräutersenf
1 Stange Meerrettich (~150g)
Salz
1 Prise Zucker
¼l Milch

Zubereitung

Aus dem Mehl mit der zerlassenen Butter eine helle Mehlschwitze bereiten
Den Senf mit einem Schneebesen unterrühren und den geriebenen Meerrettich zugeben
Mit der Milch aufgießen, einmal aufkochen und ~10 min kochen lassen
Die Soße mit Salz und Zucker abschmecken

Zu Fisch und gekochtem Fleisch, auch zu Pasteten und Grillbraten

Tegernseer Klosterkochbuch, um 1535, aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Meerrettichsoße 2

Zutaten

8 TL trockener Weißwein
2 EL geriebener Meerrettich
4 TL gemahlene Mandeln

Zubereitung

Alle Zutaten gut vermischen

Minzsoße

Deutschland, 14. Jhd.

4 Personen

Zutaten

6 Schalotten
10g Butter
3 EL Minzblätter
2dl Rinderbrühe
¼ TL Fleischextrakt
3 EL Weinessig
3 TL Honig
¼ Milchbrötchen

Zubereitung

Die Minzblätter (am besten Mentha piperata oder Mentha viridis) gut waschen und feinhacken
Die Schalotten schälen, sehr fein hacken, in der Butter glasig dünsten und mit der Brühe ablöschen
Das Milchbrötchenviertel zerzupfen und in die Brühe geben
Fleischextrakt, Essig und Honig hinzufügen, kurz aufkochen, vom Feuer nehmen und durch ein sehr feines Sieb streichen

Dann die Minze hinzufügen und vor dem Servieren wenigstens 1 Stunde ziehen lassen

Zu: Kalbsnierenbraten im Teigmantel, Kalbfleischklößchen, Rinderbraten.

Noch besser als zu Rindfleisch, wie im Rezept angegeben, passt die Soße zu Lamm. Sie harmoniert aber auch mit Wild und Fleischpasteten.

Das buoch von guoter spise (41), 1345/52, aus: Ehlert, Kochbuch

Nuss=**I**ngwer=**S**oße

Zutaten

100 g gemahlene Nüsse
Ingwer, Pfeffer, Salz
Honig
0,5 l Rotwein
Stärke

Zubereitung

Nüsse mit dem Rotwein aufkochen lassen, mit den Gewürzen abschmecken und je nach Geschmack mit Honig vermengen
Mit Stärke eindicken

Zu Nussoblatten

Pfauensoße

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

¾ Tasse gemahlene Mandeln
12 Pfauenlebern (Hühnerlebern)

12 Scheiben altes Weißbrot
¾ Tasse Weinessig
4½l Hühnerbrühe
¼ Tasse Honig
¼ Tasse Zimt
2 EL geriebener Ingwer
1 EL Safran
Salz

Zubereitung

Mandeln rösten, Lebern sanft anbraten, Brot toasten und mit Essig besprenkeln

Alle Zutaten wolfen, bis es glatt ist

Durch ein Sieb in einen Topf geben, aufkochen lassen

Einige Minuten simmern lassen, heiß servieren

Zu Hasenbraten

Liber de Coquina

Pfeffer

Zutaten

Weißbrotscheiben

Brühe

Pfeffer, frisch im Mörser zerstoßen

Ingwerpulver

Nelkenpulver

Zimtpulver

Zubereitung

Verjus, Agraz oder ein anderes Säuerungsmittel

Weißbrot dunkel rösten, entrinden, würfeln, in Fleischbrühe einweichen und durch ein Sieb treiben

Würzen, ansäuern und unter Rühren aufkochen lassen, bis es andickt

Noch warm zum Fleisch geben

Aus: Lutz, Herrenspeis

Pfefferkuchensoße

Deutschland, 15. Jhd.

Zutaten

500g Pfeffer- bzw. Honigkuchen

2 EL Weißweinessig

Honig

1/2l Rotwein

Zubereitung

Kuchen zerbröseln und im Wein aufsieden lassen, mit Essig und Honig abschmecken und durch ein Tuch seien. Kalt stellen.

Rheinfränkisches Kochbuch, um 1445

Pfeffersöße

England, 14. Jhd.

Zutaten

1/2 Tasse Brotkrumen

1 EL Butter

1/2l Rinderbrühe

1 EL Weinessig

1 TL Salz

je 1/2 TL Pfeffer und Zimt

Zubereitung

Alle Zutaten in einen Topf geben, zum Kochen bringen und rühren, bis es eindickt

Heiß auftragen

Pleyn Delit

Pflaumen=Ingwer=Mus

Zutaten

1 Glas Pflaumenmus
1 EL Zimt
1 EL Ingwerpulver
etwas Apfelsaft zum Verdünnen

Zubereitung

Alle Zutaten gründlich verrühren und soweit verdünnen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist

Zu den Rissolen, den Armen Rittern oder Fleischgerichten

Aus: Lutz, Herrenspeis

Pflaumensoße

Rom, Antike

Zutaten

60 entsteinte Backpflaumen
40 frische Pflaumen
4l Rotwein
1¼ Tassen (300ml) Rotweinessig
1¼ Tassen Thai-Fischsoße (Garum)
1¼ Tassen Olivenöl
¼ Tasse + 3 EL Honig (oder mehr)
2 EL frische Minze
2 EL Liebstöckel
1 EL gerösteter, zerstoßener Kumin (Kreuzkümmel)
1½ TL gemahlener schwarzer Pfeffer
5-10 Selleriestangen
2 – 3 Zweige frisches Bohnenkraut

Zubereitung

Backpflaumen mit warmem Wasser bedecken und einweichen lassen

Frische Pflaumen in kochendem Wasser blanchieren, abgießen, häuten, halbieren, entsteinen

Backpflaumen abgießen (Flüssigkeit aufheben), hacken
Sellerie und Bohnenkraut zu einem Bouquet binden

Alle Zutaten in einen Topf geben, zum Kochen bringen und 20 min simmern, dabei mit dem Bouquet umrühren und die

Pflaumen und Backpflaumen zermanschen

Bouquet bis zum Auftragen in der Soße lassen

Für 18kg Brathühner

Apicius; Anahita, SCA, Greco-Romn-Fst-art, Stefan's Florilegium

Pinienkernsoße

Rom, Antike

Zutaten

1¹/₄kg Pinienkerne

1l lieblicher Weißwein

1/4 Tasse gehackter Liebstöckel

1/4-1/2 Tasse (30-60ml) Honig

1/2 Tasse Weißweinessig

2 TL gemahlener schwarzer Pfeffer

1/4 Tasse Thai-Fischsoße (Garum)

Zubereitung

Pinienkerne über Nacht in Weißwein einlegen

Abgießen und zerstoßen

Liebstöckel, Honig, Essig und Pfeffer zugeben

Zerstoßen, bis eine glatte Paste erreicht ist

Fischsoße untermischen

für 80 hartgekochte Eier

Apicius; Anahita, SCA, Greco-Romn-Fst-art, Stefan's Florilegium

Poivrade

England, 14. Jhd.

Zutaten

1/2 Tasse Brotkrumen
2 EL Weinessig
250ml Rinderfond
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
jeweils 1/4 TL schwarzer Pfeffer, Salz

Zubereitung

Brotkrumen in einen Topf geben, Essig darüber gießen, 5 min stehen lassen
Auf mittlere Hitze schalten und den Fond einrühren, Knoblauch, Salz & Pfeffer zugeben, einige Minuten kochen lassen

Zu: Rinderbraten, Schweinebraten, Wildschweinbraten

Pleyn Delit

Pomeranzensaft

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

Pomeranzen
Zimtpulver
Puderzucker

Zubereitung

Pomeranzen ausdrücken und mit Zimt und Zucker verrühren, bis die Geschmacksrichtungen bitter, sauer und süß sich harmonisch ergänzen

Besonders gut zu gebratenem Geflügel

Marx Rumpoldt, Ein new Kochbuch, Von allerley Zugehörung zum Braten/ eynzutuncken, 1581, Koch- und Kellermeisterei, 1566 Aus: Lutz, Herrenspeis

Limonensaft

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

Limonen
Zimt
Zucker, evtl. brauner Zucker

Zubereitung

Den ausgepressten Limonensaft - es geht auch Zitronensaft - von den Kernen befreien und mit 1 EL Zucker pro Limone in einem kleinen Topf bei kleiner Flamme einkochen lassen.
Mit Zimt abschmecken

Warm oder kalt zum Braten servieren

Marx Rumpoldt, Ein new Kochbuch, Von allerley Zugehörung zum Braten/ eynzutuncken, 1581, aus: Lutz, Herrenspeis

Preiselbeersoße

Zutaten

250g Preiselbeeren
¼l trockener Weißwein
6 Pfefferkörner
2 Pimentkörner
1 Gewürznelke
1 EL Honig
1 TL Speisestärke

Zubereitung

Die Preiselbeeren mit dem Weißwein, den Gewürzen und dem Honig unter Rühren aufkochen und 5 min kochen lassen
Durch ein Sieb treiben, zurück in den Topf geben und in die Soße, mit der in etwas Wasser angerührten Speisestärke binden
Nochmals kurz aufkochen und heiß auftragen.

Zu: Gefüllte Eierkuchen, Iberische Pastete, Hasentopf I&II

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Rosa Knoblauchsoße

Zutaten

70g Mandeln
3 Knoblauchzehen
1 kleine Scheibe Brot ohne Kruste
40cl frischer roter Traubensaft
Salz

Zubereitung

Den Traubensaft auf kleiner Flamme ½ Stunde kochen

Die Mandeln schälen, dann zusammen mit den Knoblauchzehen zerstoßen oder im Mixer zerkleinern
Die Brotkrume in einem Teil des Traubensaftes einweichen, gut zerdrücken und glätten, die Mandel-Knoblauch-Paste zugeben

Diese Mischung aufschlagen, indem man sie mit dem Traubensaft verdünnt, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist

Vor dem Auftragen salzen und abschmecken

Die Soße sollte nur ganz leicht flüssig sein. Die gewünschte Konsistenz kann erreicht werden, indem man etwas mehr Traubensaft zugibt (flüssiger) oder eingeweichtes Brot mixt und darunter schlägt (eher breiförmig).

Rosenwassersöße

Frankreich, 14. Jhd.

Für 2 Brathühner

Zutaten

80ml Weißweinessig
80ml Rosenwasser
80ml Orangensaft
80ml Zitronensaft
Salz

Zubereitung

Die Zutaten mit dem Bratensaft der Hühner vermischen, mit Salz abschmecken

Über die gebratenen Hühner geben, auftragen

The lemon juice is added to this because medieval oranges were not as sweet as most modern ones.

Ménagier de Paris, ~1395; THL Tatiana Pavlovna Sokolova (SCA)

Rote Senfsoße

Italien, 16. Jhd.

Zutaten

2 Tassen Senfsaat
2 Tassen (450ml) Rotweinmost (oder Burgunder)
4 TL Zimt
je $\frac{3}{4}$ Tassen Rosinen, Datteln
1 $\frac{1}{2}$ Tassen (350ml) Verjus oder Weißweinessig
 $\frac{1}{2}$ Tassen (100ml) Balsamessig
1 Tasse Brotkrumen

Zubereitung

Senf in Essig und Most/Rotwein zerstoßen
Zimt, Rosinen und Datteln zugeben, pürieren und kochen
Mit den Brotkrumen soweit eindicken, dass ein Löffel in der
Mischung fast steht
In einem mit einem Tuch abgedeckten Krug einige Wochen
reifen lassen

Platina; Kiri, sca-cooks

Salbeisoße

England, 15. Jhd.

Zutaten

je $\frac{1}{4}$ TL geriebener Ingwer & Galgant
 $\frac{1}{8}$ TL gemahlene Nelken
1 EL frischer, gehackter Salbei
2 hartgekochte Eier, feingehackt
1 EL Weißwein

Zubereitung

Gehackte Eier mit Kräutern und Gewürzen zerdrücken, bis eine glatte Konsistenz erreicht ist.
Genügend Wein zufügen, bis eine glatte Soße entsteht.
Abdecken und kühlen.

Harleian 279, pg. 28, Cxvij.

Sals Abjad

Weißer Walnuß-Sesamsoße

Arabisch, 10. Jhd.

Version 1

Zutaten

1 Tasse Walnüsse
2 Knoblauchzehen
1/8 TL gemahlener Schwarzer Pfeffer
1/2 TL gemahlener Zimt
3/4 TL Senf*
2 EL Sesam-Tahini (eine Sesampaste)
Zitronensaft

Zubereitung

Walnüsse und Knoblauch im Mixer zerkleinern, bis sie eine glatte Paste ergeben
Pfeffer, Zimt, Senf und Tahini zugeben
Gut vermischen, dabei Zitronensaft zugeben, bis eine glatte, sehr dicke Mischung erreicht wird

* Anmerkung: Es gibt ein Rezept für Senf, wie er im mittelalterlichen Nahen Osten zubereitet wurde. Wir haben einen modernen Senf verwendet, der dieser Beschreibung am meisten ähnelte. Jeder ländliche Senf würde ausreichen.

Version 2

Zutaten

250g Walnüsse
2 Tassen Sesam-Tahini
15-30g zerdrückter Knoblauch
¾ TL gemahlener Weißer oder Schwarzer Pfeffer
1½ TL gemahlener Zimt
7g gelbes Senfpulver oder Dijon-Senf
Saft von 1-2 Zitronen
1½ TL Salz, oder nach Geschmack

Zubereitung

Walnüsse fein mahlen - nicht zu einer Paste, etwas Struktur sollte erhalten bleiben
Mit 1 Tasse Tahini vermischen
Knoblauch, Pfeffer, Zimt und Salz mit der anderen Tasse Tahini vermischen
Die beiden Tassen vermischen
Über Nacht stehen lassen, damit sich der Geschmack entfalten kann
Kurz vor dem Servieren mit dem Zitronensaft und Wasser vermischen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist
Mit Gewürzen abschmecken

*Abu Muhammad al-Muzaffar ben Nasr ibn Saiyar al Warraq:
Kitab al-Tabikh (10. Jhd.)*

Sauce Robert

Soße nach Art des Leibkochs Franz I. von Frankreich

Frankreich, 16. Jhd.

Zutaten

3 Zwiebeln
100g Butter
½l Fleischbrühe oder Bratenfond

Pfeffer, Salz
2 EL Essig
1 Prise Zucker
1 TL gehackter Estragon
1-1½ EL mittelscharfer Senf

Zubereitung

Die feingehackten Zwiebeln in der Butter anziehen lassen, bis sie glasig sind

Die Fleischbrühe zugeben und auf etwa das halbe Volumen einkochen lassen

Dann Salz, Pfeffer, Essig, Zucker, Estragon sowie Senf zugeben und bei milder Hitze mit einem Schneebesen gut verschlagen

In einer vorgewärmten Sauciere auftragen

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Roberts Bart

Frankreich, 16. Jhd.

Zutaten

1 TL gehackte Kapern
2 TL gehackte Frühlingszwiebeln (nur das Weiße)
2 TL Senf
Butter
1 TL Cideressig oder Verjus

Zubereitung

Erhitzen und vermischen

Siehe auch: Huhn mit Roberts Bart

Aus einem Kochbuch von 1583, zitiert bei Pichon et al.

Schwallerbergs Soße 1

Deutschland, 14. Jhd.

4 Personen

Zutaten

$\frac{2}{3}$ l Rotwein (oder Weißwein)
4 EL Honig
 $\frac{1}{4}$ Milchbrötchen
5 St frischer (oder getrockneter) Ingwer
 $\frac{1}{2}$ TL schwarze Pfefferkörner
1 Zehe Knoblauch

Zubereitung

Den Wein zusammen mit dem Honig erhitzen
Den Ingwer fein würfeln und im Mörser zerkleinern; den Pfeffer im Mörser mittelfein zerstoßen; die Knoblauchzehe schälen und durch die Knoblauchpresse treiben
Alles zusammen mit dem Brötchenviertel in die Wein-Honig-Mischung geben, noch etwas einkochen lassen
Durch ein feines Haarsieb passieren

warm zu Wild, Rind, Schwein, Lamm oder Fleischpasteten servieren

Die Soße harmoniert auch sehr gut mit dem Gemüse aus dicken Bohnen und Birnen

Dies ist eines der wenigen mittelalterlichen Gerichte, die mit einem Namen verbunden sind; vielleicht handelt es sich dabei um den Namen eines Kochs.

Das buoch von guoter spise (49), 1345/52, aus Ehlert, Kochbuch

Peter Lutz (Lutz, Herrenspeise) bereitet diese Soße mit Weißwein statt mit Rotwein.

Schwallerbergs Soße 2

Deutschland, 14. Jhd.

Zutaten

250ml Weißwein
5 EL Honig
3 TL Ingwer
1 TL Pfeffer
2 TL feingehackter Knoblauch
2 Eiklar

Zubereitung

Wein und Honig aufkochen, Gewürze und Knoblauch zugeben
Einige Zeit kochen lassen, bis die Flüssigkeit zu reduzieren
beginnt

Vom Feuer nehmen, etwas abkühlen lassen (!!!)

Eiklare in einer Schüssel aufschlagen, einige Löffel der Honig-
Wein-Mischung einschlagen

Langsam, und nicht auf dem Feuer, Eiklare zur Soße geben;
mit einem Holzlöffel rühren

Vorsichtig wieder auf sehr kleine Flamme geben, ständig stark
umrühren, andicken lassen

Sobald die Soße fertig wirkt, sofort vom Feuer nehmen

Quelle wie oben; Lady Jehanne de Huguenin (SCA)

Schwarze Pfeffersoße

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

1/2l Rotweinessig
1 EL Ingwer
1 EL Pfeffer
1-2 Tassen Brotkrumen von angebranntem Toast

Zubereitung

Essig zum Kochen bringen, Hitze etwas reduzieren und mit einem Schneebesen die Gewürze einschlagen
Ebenso die Brotrumen einschlagen, bis die gewünschte Dicke erreicht ist
Weiter schlagen, bis die Soße glatt wird und wieder zu kochen beginnt

Vom Feuer nehmen und zu Fleisch und Geflügel reichen

Viandier de Taillevent, 1375

Soße für faule Röhche

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

Senf
Essig oder Verjus
Ingwerpulver
Bratensaft oder Fischsud

Zubereitung

Essig und Senf zu gleichen Teilen mit etwas Ingwer würzen
Mit dem Saft des Bratens oder dem Sud des Fisches verrühren,
den man mit der Soße reichen will

Menagier de Paris, 1395, aus: Lutz, Herrenspeis

Soße zu Fisch

Deutschland, 15. Jhd.

4 Personen

Zutaten

1dl Weißwein
1 EL Balsamessig
100g Walnusskerne
1½ TL Salbeiblätter (frisch oder getrocknet)
Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker

Zubereitung

Walnusskerne und Salbeiblätter fein hacken, mit Weißwein und Balsamessig vermischen, mit Pfeffer und Salz abschmecken

Vor dem Auftragen mindestens 1 Stunde ziehen lassen
Interessant an dieser Soße ist, dass die Mischung ihrer Zutaten nach den Vorstellungen der mittelalterlichen Diätik ziemlich genau dem Ideal von einer gut temperierten Speise entspricht, wenn man die Soße als Beigabe für Fisch verwendet: Salbei, Zimt und Walnüsse sind von warmer und trockener Primärqualität; Wein fördert Verdauung; Essig nimmt Speisen die Hitze: drei warme Elemente werden also mit zwei Wärme mindernden kombiniert und als Beilage für Fisch empfohlen, der als feucht und kalt gilt.

Grazer Kochbuch (36), Ende 15. Jhd., aus: Ehlert, Kochbuch

Soße zu Geflügel

Rom, Antike

Zutaten

1 TL Dillsaat
1½ TL getrocknete Minze
4 Knoblauchzehen
1½ TL Balsamessig
4 TL süßer Sherry
1 TL Honig
⅓ Tasse (75ml) Hühnerbrühe
¼-½ TL gemahlene Senfsaat
5 TL Olivenöl
1 EL kräftiger Rotwein

Zubereitung

Dillsaat und Minze mörsern
Honig im Sherry auflösen, ggf. erwärmen
Alle Zutaten pürieren
2-3 Stunden kaltstellen

*Apicius, #235; Arwen Southernwood, The Stewpot Period
Culinary Guild (SCA)*

Soße zu roten Hühnern

Deutschland, 15. Jhd.

4 Personen

Zutaten

1 Bd. Petersil
½ Bd. Schnittlauch
½ Bd. Dill
1 TL Kerbel

1 Msp Thymian
1 TL Sauerampfer
1 EL Schalotten, feingehackt
5cl Essig
5cl Weißwein
1 Eigelb
Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker

Zubereitung

Aus Essig, Wein und Eigelb eine Marinade rühren, mit Pfeffer, Salz und Zucker abschmecken
Die Kräuter gut waschen, mit Küchentuch trockentupfen, fein hacken und in die Marinade mischen

Zu Rote Hühner

Grazer Kochbuch (223), Ende 15. Jhd.; Kochbuch von Meister Hannsen, des von Wirtenberg Koch (63) [Kräuterauswahl], 1460; aus: Ehlert, Kochbuch

Soße zu weißen Hühnern

Deutschland, 15. Jhd.

4 Personen

Zutaten

125g Rosinen
1/4l Rotwein
1/2 TL schwarze Pfefferkörner
1 Prise Salz

Zubereitung

Die Rosinen in dem Wein kurz aufkochen, im Mixer pürieren und durch ein grobes Haarsieb passieren, wieder zum Feuer geben und etwas reduzieren
Mit Salz und dem im Mörser zerstoßenen Pfeffer abschmecken

Die Soße kann warm oder kalt serviert werden. Sie ähnelt im Geschmack der Cumberlandsoße und passt sehr gut zu Lebergerichten, zu Fleischpasteten und Wild.

Zu Weiße Hühner

Grazer Kochbuch (222), Ende 15. Jhd., aus: Ehlert, Kochbuch

Soße zu Wildgeflügel

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

2 Zwiebeln
2 Scheiben Weißbrot
75g durchwachsener Speck
½l trockenfruchtiger Rotwein
½ TL Kräuter der Provence
1-2 TL Zucker
1 Prise Zimt
Pfeffer, Salz

Zubereitung

Zwiebeln schälen, Brot entkrusten, mit dem Speck würfeln
Speck goldgelb auslassen, Zwiebel- und Brotwürfel zugeben,
unter Rühren goldfarben bräunen
Mit dem Rotwein ablöschen, kurz durchkochen lassen, durch
ein feines Sieb passieren
Mit den Kräutern, Zucker, Zimt, Pfeffer und Salz abschmecken,
Soße unter Rühren mit dem Schneebesen noch einmal
aufwallen lassen

Viandier de Taillevent, 1375, aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Spanische Soße

Zutaten

500 g Kalbsknochen
60 g Kalbsfett
2 mittlere Zwiebeln
1 kleine Karotte
1/8 Sellerieknolle
1/4 Petersilienwurzel
60 g Mehl
3 El. kaltes Wasser
2 l Fleischbrühe
Pfeffer, Salz

Zubereitung

Die Kalbsknochen beim Einkauf schon fein hacken lassen und im Kalbsfett kräftig braun rösten
Die feingewürfelten Gemüse dazugeben und gleichfalls braun rösten
Das Mehl darüber stäuben und unter Rühren schön braun werden lassen
Mit dem Wasser ablöschen und nach und nach die Fleischbrühe zugießen
Die Soße ~2 Stunden unter Öfteren Umrühren und Abschäumen kochen, bis sie eindickt
Durch ein Sieb passieren, mit Pfeffer und Salz würzen und ggf. noch weiter einkochen

Das Rezept gibt ~1l Soße.

Grundlage für die Kräutersoße

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Süße Soße zu Fisch

Deutschland, 15. Jhd.

4 Personen

Zutaten

30g Butter

70g Hähnchenleber (oder, wenn man sie bekommen kann,
Fischleber)

1/4l Fischfond

20g geriebene Mandeln

1/2 Elisenlebkuchen

1 EL Mehl

1 EL Honig

20g Korinthen oder Rosinen

1 frische Feige

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Den Lebkuchen zerbröseln; die Feige waschen, häuten und in
kleine Würfel schneiden

Die Butter in einem Topf erhitzen und die Leber hinein geben;
während des Dünstens gut zerdrücken und salzen

Wenn die Leber durch ist, Lebkuchen, Mehl, Honig, Mandeln,
Rosinen/Korinthen und Feige dazugeben, kurz mitdünsten und
dann mit dem Fischfond ablöschen

Mit Pfeffer abschmecken

Kalt oder warm essen

Alemannisches Büchlein von guter Speise (48), Anf. 15. Jhd.,
aus: Ehlert, Kochbuch

Weichselkirschensoße 1

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

200g Weichselkirschen
20g Butter
1 EL milder Senf
¼l Kirschsafft oder Rotwein
1 EL Honig
1 TL Speisestärke
Salz, schwarzer Pfeffer, Zimt, Nelkenpulver
Zimt

Zubereitung

Die Kirschen aus dem Glas abtropfen lassen, dabei den Saft auffangen, entsteinen
Die Butter in einer Pfanne erhitzen, die entkernten Kirschen darin warm werden lassen und 5 min dünsten
Durch ein Sieb passieren, Senf und Kirschsafft bzw. Wein zugeben und alles unter Rühren kurz aufkochen
Mit der in etwas Wasser angerührten Speisestärke binden und das Mus mit Honig, einer kleinen Prise Salz, kräftig Pfeffer, etwas Nelkenpulver und einem Hauch Zimt abschmecken

Warm oder kalt zu Pasteten, Braten und Fleischgerichten.

Rumpoldt; aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Weichselkirschensoße 2

Deutschland, 15. Jhd.

4 Personen

Zutaten

300g frische Sauerkirschen (Schattenmorellen) oder 200g
entsteinte Sauerkirschen aus dem Glas
¼l Wasser oder Kirschsafft (bei Glaskirschen)
3 EL bzw. 1 TL (bei Glaskirschen) Honig
1 Scheibe Weißbrot
1 Msp Nelkenpulver
1 Msp schwarzer Pfeffer
¼ TL Zimt
1 Prise Salz

Zubereitung

FrISChe Kirschen entstielen, entsteinen, wachen, mit dem
Wasser aufkochen

Die gar gekochten Kirschen bzw. die Kirschen aus dem Glas auf
ein Sieb geben, dabei den Saft auffangen, die Kirschen
passieren

Mit dem fein zerbröselten Weißbrot, dem Honig und den
Gewürzen wieder aufkochen und die Flüssigkeit auf etwa zwei
Drittel reduzieren

Die Soße warm zu Wild oder Fleischpasteten reichen

*Das Kochbuch Meister Eberhards, um 1495, aus: Ehlert,
Kochbuch*

Weichselkirschensoße 3

Deutschland, 15. Jhd.

Zutaten

6 Gläser Sauerkirschen
1 Glas Honig
Geriebenes Brot oder Semmelbrösel zum Eindicken
Nelken, frisch im Mörser zerstoßen
Zimt

Zubereitung

Schwarzer Pfeffer, frisch im Mörser zerstoßen

Kirschen wofen oder im Topf mit einem Holzstößel zu Mus zerreiben, auf kleiner Flamme um ein Drittel reduzieren Honig und nach und nach das geriebene Brot oder die Semmelbrösel zugeben, dabei jeweils gut umrühren, damit sich keine Klumpen bilden, nochmals aufwallen Mit Nelken, Zimt und etwas Pfeffer würzen

Quelle wie oben, aus: Lutz, Herrenspeise

Weichselkirschensoße 4

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

2 Tassen Sauerkirschen, entsteint
1/4 Tasse Zucker
1/4 Tasse Weißwein

Zubereitung

Kirschen wofen, mit dem Zucker vermischen, dick einkochen, mit dem Wein verdünnen

Zu Geflügel und Wildgeflügel

Rumpoldt w.o. (Weichselkirschensoße I); The Honorable Lady Gwen Catrin von Berlin, SCA

Weinsoße 1

Zutaten

1/2l fruchtiger Weißwein
4 Eigelb
3 EL Honig

Zubereitung

Wein mit Eigelb und Honig unter Rühren heiß werden lassen,
bis die Soße cremig bindet
Warm auftragen

Zu Nonnenfürzen

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild (unter Nunnenfurez)

Weinsoße 2

England, 14. Jhd.

Zutaten

1/2l Rot- oder Weißwein
1 1/2 TL Ingwer
1 EL Zucker

Zubereitung

Den Wein zum Kochen bringen
Ingwer und Zucker einrühren, vom Feuer nehmen
Rühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat

Zu gegrilltem Fisch (z.B. Hecht)

*Hiatt, Constance B. and Sharon Butler: Curye on
Inghish; Gode Cookery*

Winzer=Soße

Zutaten

6 Schalotten
1/2l fruchtig-trockener Weißwein
100g kalte Butter
2 EL gehackter Petersil
Pfeffer, Salz
Salbei

1 Prise Zucker

Zubereitung

Die feingewiegten Schalotten im Weißwein kochen, bis die Flüssigkeit auf das halbe Volumen eingekocht ist

Die Butter teelöffelweise einkochen, einmal aufkochen

Gehackten Petersil einrühren, mit den Gewürzen pikant abschmecken, vom Feuer nehmen und mit dem Schneebesen gut verschlagen

In einer vorgewärmten Sauciere auftragen

Zu hellem Fleisch und Geflügel, mit kräftigem Rotwein (Burgunder, Rioja) zubereitet auch zu dunklem Fleisch.

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Würzige Senfsoße 1

Zutaten

50g Butter

40g Mehl

1/2l Fischbrühe

1 EL Butter

1 EL Weinessig

2 EL Kräutersenf

2 EL Sahne

Zubereitung

Aus Mehl und Butter eine ganz helle Mehlschwitze bereiten, der man unter ständigem Schlagen mit einem Schneebesen die Fischbrühe zugießt, bis die Soße cremig ist

Butter, Weinessig, Senf und Sahne vermengen und zur Soße geben

Mit dem Schneebesen kräftig durchschlagen, kurz aufkochen und ca. 10 min kochen lassen

In einer vorgewärmten Sauciere auftragen.

Bevorzugt zu Fisch, mit Fleischbrühe zubereitet auch zu Schweinsbraten, mit Gemüsebrühe auch zu Eiern. Variationen mit verschiedenen Senfarten.

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Würzige Senfsoße 2

Skandinavien, 13. Jhd.

Zutaten

2/3 Tassen Gelbe Senfsaat
1/4 Tasse (~60ml) Wildblumenhonig
1 1/2 Tassen (~350ml) Apfel- oder Cideressig
1 EL + 1 Prise gemahlener Anis
2 EL + 2 Prisen gemahlener Zimt

Zubereitung

Senfsaat im Mörser oder in einer Kaffeemühle so fein wie gewünscht mahlen
Gut mit dem Honig und den Gewürzen vermischen
1 Tasse (~225ml) Essig untermischen
In einem geschlossenen Gefäß über Nacht setzen lassen
Den restlichen Essig zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist

Rudolf Grewe, Constance B. Hieatt: Libellus de arte coquinaria. An Early Northern Cookery Book. 13th Century.

Würzsoße

Deutschland, 15. Jhd.

25 Personen

Zutaten

3 Scheiben Roggenbrot ohne Rinde

0,5 l Weißweinessig

Ingwer, Pfeffer, gemahlener Kümmel

Brot in Essig einweichen, mit den Gewürzen aufkochen und andicken.

*Kochbuch von Meister Hannsen, des von Wirtenberg Koch,
1460*

Zweierlei Senf

Zutaten

Weinsenf

1 Tasse gelbe Senfsamen

1 Tasse Weißwein

3 TL Honig

Biersenf

1 Tasse gelbe Senfsaat

1 Tasse dunkles Bier

je 1 TL Kardamom und Ingwer

Zubereitung

Senfkörner fein zermahlen

Flüssigkeit und Gewürze bzw. Honig zugeben

Kräftig verrühren, bis sich eine dicke Paste bildet

Abdecken und kühlen

Zwiebelsoße 1

Zutaten

500g Zwiebeln
100g Butter
40g Mehl
¼l Wasser
1 EL Weinessig
Salz, Pfeffer
Bratenfond
1 EL Schweineschmalz
Wasser

Zubereitung

Die Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden
Die Butter zerlassen, das Mehl darüber stäuben und goldgelb unter Rühren anschwitzen
Das Wasser mit einem Schneebesen unterrühren
Die Zwiebeln zugeben, mit Essig, frischgemahlenem Pfeffer und Salz würzen
~30 min zugedeckt kochen lassen, bis die Zwiebelwürfel weich geworden sind
Die Soße durch ein Sieb passieren, zurück in den Topf geben, den Bratenfond und das Schmalz zufügen und verkochen
Die fertige Soße nochmals abschmecken

Zu Rinderbraten, Schweinskoteletts, Bratwürsten

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Zwiebelsoße 2

Zutaten

2 Tassen kleingehackte Zwiebeln
¼ TL feingehackte Zitronenschale
2 Tassen trockener Weißwein

1½ Tassen Orangensaft
2 Tassen Brotkrumen
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Zutaten außer Brotkrume, Salz und Pfeffer in einen Topf geben
Zum Kochen bringen, 10 min köcheln, gelegentlich umrühren
Brotkrumen zugeben, abschmecken, 2 min weiter köcheln

Zu Kaltem Braten

Lady Katja Orlova, SCA

