



Von Frühschoppen bis Abendbrot –
über 50 traditionelle Rezepte aus Franken



Die Wirtinnen vom Gasthaus zum Lillachtal

Angelika Hofmann
Agnes Manier

riva

Die Wirtinnen vom Gasthaus zum Lillachtal

Angelika Hofmann
Agnes Manier

GENUSS
auf
Fränkisch



Von Frühschoppen bis Abendbrot –
über 50 traditionelle Rezepte aus Franken

riva

»Man kann nicht gut denken,
gut lieben, gut schlafen, wenn
man nicht gut gegessen hat.«

(Virginia Woolf)



Inhalt

In der Wirtshausküche 8

Zum Auftakt: Frühschoppen11

Schinkenbrot mit Eieiei12

Landbrot mit Walnuss-Champignon-Aufstrich und Kürbis-Aufstrich ...13

Deftiges Kartoffel-Omelett mit Paprikagemüse15

Saure Bratwürste im Wurzelsud18

Buchweizen-Spinat-Pfannkuchen mit Ziegenfrischkäse und Lauch .. 20

Fränkisch. Herzlich. Willkommen! 22

Mittagstisch25

Deftige Kartoffelsuppe mit verlorenem Ei und Speck 26

Linseneintopf mit Knöpfle und Rauchfleisch 27

Urkohl-Getreide-Eintopf mit Petersilienpesto 30

Brotzeit mit Fleischkühle und Apfelchutney 32

Saure Leber mit Kartoffel-Pastinaken-Püree 35

Kotelett mit Kartoffel-Karotten-Gemüse 38

Kaspressknödel 40

Forelle »Müllerin Art« 42

Zweierlei Krautwickel mit würziger Tomatensoße 44

Ein neues Jahr beginnt49

Lillachquelle und Hersbrucker Hopfen 50

Karge Zeiten und nahrhafte Genüsse51

Biergulasch	52
Bockbier-Sirup	53
Oma Annas Griebenpogatschen	54
Krapfen mit Hiffenmark	56

Sonntagsschmaus – gemeinsam isst man besser 59

Apfel-Sellerie-Suppe	60
Fränkische Festtagssuppe mit Leberknödeln und Pfannkuchenstreifen	62
Die Basis der guten Soße	65
Schäufele mit Biersoße und Rahmwirsing	68
Schweinebraten mit Erikas Petersilien-Kartoffelklößen	72
Rinderschmorbraten mit im Ofen geröstetem Rosenkohl	76
Gefüllter Frühlingsbraten mit Strudeln	80
Rindsrouladen mit Blaukraut	84
Kunis Sauerbraten	88
Nuss-Getreide-Braten mit Semmelknödeln	90
Hirschgulasch mit Dampfnudeln	94

Osterbrunnen und Kräuterglück 99

Grüner Frühlings-Wiesensmoothie	100
Gründonnerstagsuppe mit Schmand und Sauerteigcroutons	101
Wildkräuter-Tarte	104
Osterkranz	106
Waldmeister-Sirup	108

Kaffeehaus-Stunde111

Butterkuchen vom Blech	112
Biskuitrolle mit Erdbeeren und Mädesüß-Sahne	113
Dukatenbuchteln mit Rhabarber-Rosmarin-Kompott	116
Käsekuchen	119
Apfelküchle mit Vanillesoße.	120
Birnenkuchen mit Pekannuss-Streuseln	122
Zwetschgenkuchen mit Quark-Öl-Teig	124
Feiner Walnusskuchen.	125

Kirschenpracht127

Von Kirchweihbäumen und Sommerfreuden	128
Kirschenmichel.	130
Tante Margaretes Küchle	132
Holunderblüten-Sirup	134
Rosenblüten-Gelee	135

Kleine Stärkungen137

Bohneneintopf mit Speck	138
Käseknöpfe mit Radieschen-Pesto	140
Zwetschgenknödel	143
Kartoffelkuchen mit Speck	146
Sauerkraut-Silvaner-Tarte	148
»Bunte Berta« – Burger mit Patty aus schwarzen Bohnen im Rote-Bete-Brötchen	150

Winterfreuden und geselliger Jahresausklang155

Hutzelbrot	156
Weihnachtliche Schwarzwälder Kirschtorte	158
Winterlicher Birnen-Aperitif	161
Weihnachtsbonbons	162

Abendbrot.165

Feine Kartoffel-Lauch-Suppe mit Buchweizen.	166
Fränkisches Weinsüppchen	167
G'rupfter	168
Stadtwurst »mit Musik«.	169
Rote-Linsen-Pfannkuchen mit Erbsencreme und gegrilltem grünem Spargel	170
Emmer-Risotto mit ofengeröstetem Wurzelgemüse	173
Gebratenes Schweinerückensteak auf Röstbrot mit geschmälzten Zwiebeln	176
Grünkerntaler mit Fenchel-Orangen-Salat	178
Gebratenes Zanderfilet mit Schmorgurken	181
Grießflammerie mit Quittensoße und gerösteten Mandeln	184
Lauwarmer Schokoladenkuchen mit heißen Kirschen und Vanilleeis	186
Crème-fraîche-Panna-cotta mit Rotweinzwetschgen und Hafercrumble	188

Über die Autorinnen 190

Danksagung191

In der Wirtshausküche

Der Tag im Wirtshaus hat seinen eigenen Rhythmus, er beginnt früh und endet spät. Der Morgen in der noch stillen Küche gehört der Zubereitung der Speisen, in unumstößlicher Reihenfolge: Zuerst kommen jene, die am meisten (Gar-)Zeit für sich in Anspruch nehmen, die Diven der Speisekarte sozusagen. Später folgen solche, die zunächst nur vorbereitet und später *à la minute* für den Gast zubereitet werden. Damit all die Vorspeisen, Hauptgerichte oder Desserts gelingen, gilt es, sich ihren Spielregeln und Gesetzen zu beugen – sie geben den Takt an. Und irgendwann geht einem die Zeit, die die guten Dinge benötigen, in den eigenen Leib über. Mit den Routinen geht es fast ohne Uhr. Dann arbeitet man schweigend nebeneinander – herrlich sind diese ersten Stunden, die Ruhe, bevor die Türen sich öffnen. Aber natürlich wandern die Gedanken bereits zu den Gästen, zum Team, zum Wetter, zu allem, was der Tag wohl bringen wird. Trotzdem gilt die Konzentration ganz den Gerichten, die allmählich Gestalt annehmen: in den Öfen die Braten und Kuchen, in den dampfenden Töpfen die Suppen und Soßen. Die Zeit in der Wirtshausküche lässt sich auch in Geräuschen und Gerüchen messen, wenn man gut achtgibt: Man muss dem Blubbern lauschen oder dem Zischen und leisen Pfeifen, um herauszufinden, wie weit die Kruste beim Schäufole gediehen ist, oder einen Blick auf die Tarte werfen, sobald der erste intensiv-süße Schokoladengeruch aus dem Ofen aufsteigt.

Wenn nach und nach das Team eintrifft, zuerst in der Küche und wenig später im Service, wird es betriebsamer. Die letzte Stunde, bevor die Gäste kommen, vergeht wie im Flug: abschmecken, in die richtige Form bringen, aus dem Ofen holen, kühl stellen – so viele kleine Handgriffe, die Sorgfalt und Konzentration, Geschick und Leidenschaft erfordern.

Und wenn gerade die Klöße dampfend gar ziehen und die Kruste vom Schäufole goldbraun-krosse Perfektion erreicht, die Schnittlauchröllchen für die Garnitur gehackt werden und der Käsekuchen duftend (aber noch viel zu heiß zum Kosten) aus dem Ofen bugsiert wird, treffen auch schon die ersten Gäste ein – und bringen ihr eigenes Zeitempfinden mit ins Haus: Manche sind Genießer und lieben es gemächlich. Manche sind hastig und hungrig, erwarten, zu jeder Zeit alles zu bekommen. Dann muss man Überzeugungsarbeit leisten. Dass das Cordon bleu, das frisch geklopft, paniert und in Butterschmalz gebraten wird, eben ein wenig dauert. »Gut Ding«, so hieß es schon bei unseren Großmüttern, »will Weile haben.« Und wenn wir ungeduldig fragten, was wir denn bekommen würden: »A goldenes Nixle. Und a silbernes Wart-a-Weile.«

Doch natürlich gilt unser Augenmerk als Gastgeberinnen ganz den Wünschen der Gäste, die sich ihrerseits im Laufe des Tages im Takt mit den vergehenden Stunden verändern. Der Magen weiß meist genau, was er will: zum Frühschoppen ein kühles Bier





und etwas Deftig-Stärkendes (vielleicht gegen den letzten Kater). Zum Sonntagmittag herzhaftes Suppen und traditionsreiche, aufwendige Speisen, für die sich die ganze Familie um einen Tisch schart. Am Nachmittag das Süße oder für den Wanderer und Weitgereisten die kleine Stärkung. Am Abend etwas Leichtes oder aber auch Extravagantes. Wer weiß?

Dem Verlauf des Tages und den Hochfesten des Jahres, wie sie im Lillachtal begangen werden, folgen die Rezepte in diesem

Buch, in ihnen findet sich alles wieder: die Koch- und Garzeiten, die Gelüste und übrigens auch die bereits erwähnten Großmütter. Denn ohne sie ist die fränkische Wirtshauskultur nicht vorstellbar. Generationen von Frauen standen in den Küchen, rollten Klöße, formten Kuchla und wuchteten große Töpfe mit Braten und Gesottenem. Sie sind oft diejenigen, die ihr Handwerk *en passant* weitergeben, deren Wissen über Jahrzehnte hinweg in den Familien überlebt und noch heute aus den Soßen, Suppen und Kuchen herauszuschmecken ist. So finden sich in diesem Buch nicht nur unsere Ideen, sondern Tante Margaretes Kuchle, Oma Annas Griebengatschen und Kunis Sauerbraten. Und wenn Gäste dieses im besten Sinne Althergebrachte herauschmecken und genüsslich seufzend mit einem »Das schmeckt wie bei meiner Oma« quittieren, ist das eines der schönsten Komplimente. Oft wird es, wenn alle die Löffel in die heiße Suppe tauchen, aber auch ganz leise am Tisch, Gespräche verstummen und die Zeit steht (auch für die Eiligen) für einen Moment still. Genuss und Gemeinschaft sind jetzt alles, worum es geht. Ist das nicht eine wunderbare Sache?

Ob nun »wos Gouds« oder »wos Glaans« – was Genuss auf Fränkisch alles bedeuten kann, wird unser sehr persönlicher Blick auf die fränkische Küche ganz sicher nicht umfassend beantworten können. Wer eine Antwort sucht, muss sich auf Reisen begeben: nach Mainfranken, in die Fränkische Schweiz, nach Mittelfranken, ins Fichtelgebirge oder in die Oberpfalz. Jeder Landstrich wird besondere Rezepturen und Spezialitäten für seinen Gast bereithalten, nicht selten finden sich schon von einem Ort zum anderen neue Gerichte und Zubereitungsweisen. Und wo ließen sich diese Gaumenfreuden besser erkunden und genießen als in den Gaststuben und Wirtshäusern? Zu einer Entdeckungsreise in die bodenständige, vielfältige und traditionsreiche fränkische Genussküche aber, wie wir sie in unserem Gasthaus jeden Tag aufs Neue erproben, soll das Buch einladen.

Denn am Ende unterscheidet sich das Kochen im Wirtshaus gar nicht so sehr vom Kochen zu Hause und muss auch nicht außerordentlich kompliziert sein: Es braucht nur Hingabe, gute Zutaten, etwas Muße und die Freude daran, die Gäste am Tisch zu verwöhnen. Viel Vergnügen dabei, es ist Zeit zu genießen!



Zum Auftakt:

Frühschoppen

Mit dem Schafkopf-Stammtisch beginnt der Sonntagmorgen in unserem Wirtshaus. Hungrig sind die Männer meist noch nicht so sehr, aber der Durst ist schon da – Zeit für den klassischen Frühschoppen! Bald dringen zu uns in die Küche die vertrauten Geräusche: Die Karten klatschen auf die Holztische, man ruft sich: »Ich däd spielen«, oder (wenn das Glück nicht gleich hold ist): »Weider« zu, das Kleingeld klimpert und dazwischen schallt immer wieder herzhaftes Lachen. Schön ist das zu hören, während in der Küche allmählich die Kniedla zum Garziehen ins große Becken gegeben werden und den Soßen der letzte Schliff verpasst wird. Die unhintergehbare innere Uhr schickt uns zwischendurch bei den Männern vorbei, just, wenn die Gläser leer geworden sind ... Und zu vorgerückter Stunde, wenn es auf zwölf zugeht, überkommt den einen oder anderen doch der Appetit, mancher freut sich auf die guten Speisen zu Hause. Vielleicht bleibt man aber doch gleich zum Mittagstisch? Ganz egal jedoch, ob im Wirtshaus oder zu Hause, ob Sonntag oder Werktag, ein flottes Frühstück oder der genüsslich ausgedehnte Brunch: Nichts geht über die richtige Stärkung zum Auftakt des Tages oder die passende Ouvertüre eines Menüs.





Schinkenbrot mit Eieiei

Der »Stramme Max« kommt ohne viel Tamtam aus und doch ist er als wahrhafter Klassiker der Hausmannskost und kleine Stärkung zwischendurch unschlagbar – hier in einer Variante mit Zwiebelmayonnaise und Spinat.

Für 4 Personen

4 große Scheiben Holzofenbrot
8 Scheiben geräucherter Schinken
4 Scheiben Bacon
4–8 Eier
Pflanzenöl zum Anbraten
1 Bund Schnittlauch

Für die Zwiebelmayonnaise:

4 EL Olivenöl
30 g Butter
2 kleine rote Zwiebeln
1 EL Estragon
1 EL Apfelessig
1 EL flüssiger Honig
100 g Mayonnaise
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für den Spinat:

1 kleine Zwiebel
200 g frischer Blattspinat
25 g Butter
50 ml Gemüsebrühe
Abrieb von ¼ Bio-Zitrone
1 Prise frisch geriebene Muskatnuss
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für die Zwiebelmayonnaise die roten Zwiebeln schälen und fein schneiden. Olivenöl und Butter erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten, Estragon zufügen, handwarm abkühlen lassen. Anschließend mit den restlichen Zutaten vermengen, mit dem Pürierstab fein mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Spinat die Zwiebel schälen und fein schneiden. Den Spinat waschen, abtropfen lassen, von den groben Stielen befreien, grob hacken. Die Butter schmelzen, Zwiebeln darin glasig dünsten. Den Spinat zugeben, kurz anschwitzen, bei Bedarf etwas Brühe angießen, mit Deckel für ein paar Minuten weich garen. Mit Salz, Pfeffer aus der Mühle, Zitronenabrieb und Muskat abschmecken.

Schwarzbrot toasten. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, Bacon knusprig braten, warm stellen. In derselben Pfanne die Eier braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in feine Röllchen schneiden.

Das Brot auf Tellern oder – rustikaler – auf Holzbrettern anrichten. Mit Zwiebelmayonnaise bestreichen, Blattspinat darauf verteilen. Zunächst mit dem Schinken belegen, die Eier darauf geben. Darauf den knusprigen Bacon geben und mit den Schnittlauchröllchen bestreuen.



Landbrot mit Walnuss- Champignon-Aufstrich und Kürbis-Aufstrich

Wer könnte einem duftig-frischen Holzofenbrot mit cremigem Aufstrich schon widerstehen? Dabei muss es nicht immer Käse oder Wurst sein, die Gemüseküche birgt eine Vielzahl von Genüssen, die sich mühelos, aber effektiv auf den Teller bringen lassen.

Für 4 Personen

4 große Scheiben frisches
Holzofenbrot

Für den Walnuss- Champignon-Aufstrich:

250 g Champignons
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 EL Olivenöl zum Braten
125 g Walnüsse
1 kleiner Bund Petersilie
1 EL Mandelmus
1 EL Hefeflocken
1 EL Sojasoße
2 TL Zitronensaft
Salz
schwarzer Pfeffer aus
der Mühle

Für den Walnuss-Champignon-Aufstrich die Pilze putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch ebenfalls schälen und fein schneiden. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze glasig anbraten. In einer zweiten Pfanne Öl erhitzen und die Champignons kurz sehr heiß anbraten, bis die Pilze schön gebräunt sind. Beiseitestellen und abkühlen lassen.

Die Walnüsse grob hacken und in einer trockenen Pfanne bei moderater Hitze rösten, bis sie duften und gebräunt sind. Die Petersilie waschen und trocken tupfen und von den dicken Stielenden befreien. Einige Blättchen zum Garnieren beiseitelegen, den Rest ebenfalls grob hacken.

Champignons, Walnüsse und die restlichen Zutaten in einen Standmixer geben und fein pürieren. Mit Sojasoße, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.





Für den Kürbis-Aufstrich:

300 g Hokkaido-Kürbis
1 Zwiebel
70 g Cashew-Kerne
3 EL Olivenöl
2 TL Zitronensaft
1 Knoblauchzehe
Blättchen von 1 Zweig
Thymian
2 EL (veganer) Frischkäse
1 Prise frisch geriebene
Muskatnuss
Salz
schwarzer Pfeffer aus der
Mühle

Zum Bestreuen:

2 EL Kürbiskerne, geröstet

Für den Kürbis-Aufstrich den Hokkaido-Kürbis waschen und halbieren. Das Fruchtfleisch und die Kerne auslösen, den Kürbis in Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Kürbis und Zwiebel mit dem Olivenöl mischen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 180 °C) für etwa 25 Minuten bräunen und weich garen. Anschließend abkühlen lassen.

Das Gemüse mit Zitronensaft, Knoblauch und Thymian in einen Standmixer geben und fein pürieren. Den Frischkäse nach Geschmack unterrühren und mit Muskatnuss, Salz, Pfeffer und ggf. noch etwas Zitronensaft abschmecken.

Zum Servieren die Brotscheiben halbieren, kurz in den Ofen geben oder im Toaster anrösten, jeweils eine Hälfte mit Walnuss-Champignon und die andere mit dem Kürbis-Aufstrich bestreichen, mit Petersilie und Kürbiskernen garnieren.

Tipp: Nüsse entfalten ihren vollen Charakter erst durch das vorsichtige Rösten in einer trockenen Pfanne oder im Backofen. Wichtig ist es, die Temperatur und den Röstvorgang im Blick zu behalten, denn sie verbrennen sehr schnell. Den holzigen Noten von Pilzen und Walnuss verleiht die Petersilie eine angenehme Frische.



Deftiges Kartoffel-Omelett mit Paprikagemüse

Ein rustikales Gericht, das in der fruchtigen Kombination mit dem Paprikagemüse zu einer köstlichen und sättigenden Mahlzeit wird – sozusagen als ländliches Pendant zur spanischen Tortilla.

Für 4 Personen

Für das Gemüse:

- 2 Zwiebeln
- 1 gelbe Paprikaschote
- 1 rote Paprikaschote
- 1 grüne Paprikaschote
- 1 Chilischote (mild oder scharf, je nach Geschmack)
- 1 EL Pflanzenöl
- 1 TL Rohrohrzucker
- 1 TL Tomatenmark
- 250 g geschälte Tomaten
- ¼ TL Kreuzkümmel
- ¼ TL Galgantpulver
- Abrieb von ¼ Bio-Zitrone
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für das Gemüse die Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Paprikaschoten und Chilischote waschen, von den Kernen befreien und in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne das Öl erhitzen, die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze weich dünsten. Paprikastreifen und Chilischote dazugeben, Zucker über das Gemüse streuen und unter Rühren karamellisieren lassen. Tomatenmark zugeben und anrösten. Die geschälten Tomaten und die Gewürze zufügen, umrühren und das Paprikagemüse mit geschlossenem Deckel und bei milder Hitze in etwa 10 Minuten gar werden lassen. Gegen Ende den Zitronenabrieb dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.





Für das Omelett:

300 g junge Kartoffeln
2–3 EL Pflanzenöl
1 rote Zwiebel
1 Frühlingszwiebel
4 Eier
Salz
schwarzer Pfeffer aus
der Mühle
frisch geriebene Muskatnuss

Für die Garnitur:

3 Stängel Blatt Petersilie
Sauerrahm

Kartoffeln in ausreichend Salzwasser mit Schale bissfest kochen, abgießen und etwas abkühlen lassen, schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebel fein würfeln, Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel darin glasig dünsten. Kartoffelscheiben dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Die in feine Scheiben geschnittene Frühlingszwiebel mit in die Pfanne geben.

Eier verquirlen, mit Salz, Muskatnuss und Pfeffer würzen. Die Hälfte der Kartoffeln aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die verbliebenen Kartoffeln mit der Hälfte der Eimischung übergießen, stocken lassen und für 2 Minuten anbraten. Vorsichtig wenden und nochmals für 2 Minuten ausbacken. Warmstellen. Mit der zweiten Portion Kartoffeln und Ei ebenso verfahren.

Die Omeletts auf Tellern anrichten und mit dem Gemüse füllen. Nach Belieben mit frisch gehackter Petersilie bestreuen und mit einem Klecks Sauerrahm servieren.

Tipp: Für dieses Gericht können auch gekochte Kartoffeln vom Vortag bestens verwendet werden, die Kartoffeln erhalten eine schöne Textur und das Essen ist im Handumdrehen zubereitet.



