

Nach dem Fall des Eisernen Vorhangs und im Gefolge der Revolutionen in Osteuropa sahen sich die baltischen Staaten mit einer Reihe neuer wirtschaftlicher und sozialer Herausforderungen konfrontiert, die diese auf jeweils unterschiedliche Weise bewältigt haben.

In Litauen sorgt eine integrative Politik gegenüber Minderheiten – hauptsächlich Russen, aber auch vielen Polen – für ein Gefühl der Zugehörigkeit, während Estland Schritte zur Förderung einer größeren wirtschaftlichen Gleichheit unternommen hat.

Obwohl die Geschichte dieser Region zuweilen schwierig war, hatte ich auf meinen Reisen durch das Baltikum den Eindruck, dass Estland, Lettland und Litauen eine glänzende Zukunft vor sich haben – eine Zukunft, in der ihre Kultur, von der Liebe zur Musik und zur Kunst bis hin zu den kulinarischen Traditionen, eine Feier der hart erkämpften Freiheit und Individualität ist.

## DIE REISE GEHT LOS

Mit den Geschichten meiner Großmutter im Ohr und meinen wertvollen Erinnerungen an die Ferien an der Ostsee hatte ich das Gefühl, dass eng mit der Vergangenheit verbundene Schätze darauf warteten, entdeckt zu werden. Ich beschloss, mich auf meine ganz eigene Bernstein-Reise zu begeben: Als Food-Autorin sollte mein »baltisches Gold« ein kulinarischer Schatz sein und nicht das golden leuchtende Harz, das an die baltischen Küsten gespült wird und die alten Zivilisationen so faszinierte.

Wir schmiedeten von langer Hand Pläne. Ich wollte mit meiner dreijährigen Tochter Nusia und meinem Partner Yasin reisen, der die Reise auf Fotos festhalten wollte. Bevor wir zu unserer Ostsee-Reise aufbrachen, hatte ich mir eine Region mit nordischen Stimmungen vorgestellt: unberechenbar, mit dunklen Wäldern und grauem Meer. Dieses Klima ist ein Grund dafür, dass der winterharte Roggen im Baltikum eine so wichtige Kulturpflanze ist, und das schon seit mehr als tausend Jahren. Doch während unseres Sommeraufenthalts erlebten wir lange, milde Tage, wunderschönes, goldenes Licht und Sonnenuntergänge, die bis spät in den Abend hinein andauerten. Die Roggenfelder schimmerten wie in einem Märchen.

Alles geschah wie geplant und wie von selbst. Als wir in Estland zu einem Fischrestaurant im Hafen von Neeme fuhren, entpuppte sich unser Kellner als Sohn der Schriftstellerin und Dichterin Kai Aareleid und erfreute uns mit den Geschichten und Erlebnissen seiner Mutter; als wir in Karuse ankamen, fand zeitgleich ein Festival statt, bei dem die lokalen kulinarischen Traditionen gefeiert wurden und Bauernhöfe, Häuser und Galerien in den nahe gelegenen Dörfern für den Abend als improvisierte Cafés wiedereröffnet wurden.

Dort, tief im Wald, trafen wir Meelike, die in einem stillgelegten Bahnhof lebte, den sie liebevoll renoviert hatte und in dem sie eine magische Welt mit wilden Pilzen, Beeren und Ziegen geschaffen hatte – die Welt einer einfachen, glücklichen Lebensweise im Einklang mit der Natur. Meelike machte uns mit einer örtlichen Superwoman, Mirjam, bekannt. Sie zieht nicht nur drei kleine Kinder auf, sondern betreibt zugleich den Bio-Milchbetrieb Mätiku im nahe gelegenen Oidrema. Zudem führt sie die neue baltische Lebensmittelbewegung an und inspiriert Erzeuger, ihre Familienrezepte zu veröffentlichen. Außerdem unterrichtet sie in der Gemeinde und tauscht sich mit Gleichgesinnten in ganz Europa aus – Mirjam war es, die ihre Nachbarn Kaja und Urmas dazu ermutigte, aus der Herstellung traditioneller estnischer Würste in ihrer Küche ein größeres Unternehmen zu machen.

Ausgerüstet mit Mirjams Karte der Landwirte, Bauern, Züchter und handwerklichen Produzenten im Baltikum, konnte ich viele der Menschen treffen, die hinter dieser »neuen Welle« der baltischen Lebensmittel stehen.

Morgen früh werden wir den Roggen schneiden,  
Wir werden den Roggen schneiden und zu Garben binden,  
Wenn wir sie stapeln, wenn wir sie zusammenbinden,  
Wird das Feld erklingen, wenn wir singen,  
Wenn wir sie stapeln, wenn wir sie binden,  
Wird das Feld erklingen, wenn wir singen.

TRADITIONELLES LITAUISCHES VOLKSLIED



*Als ich die baltischen Länder erkundete, habe ich ein Wunderland goldener Küsten, schattiger Wälder, freundlicher Ziegen und Bauernhausküchen entdeckt, wo ich immer herzlich empfangen und gut bewirtet wurde.*



# BALTISCHE ESSKULTUR: DIE »NEUE WELLE«

Wie viele von uns in unserer globalisierten Welt essen auch die Menschen in den baltischen Staaten Speisen von überallher. Seit dem Beitritt Estlands, Lettlands und Litauens zur Europäischen Union im Jahr 2004 haben internationale Trends an Einfluss gewonnen. Seitdem die Köche die Freiheit haben, in verschiedene Kochtraditionen einzutauchen, findet man in den baltischen Städten alles, von mit Pfifferlingen gefüllten Bao-Brötchen über Texmex-Standards bis zu riesigen Tequila-Cocktails.

Während neue Arten zu kochen von Auslandsaufenthalten und einer Offenheit gegenüber anderen Kulturen und Küchen geprägt sind, werden zugleich auch alte baltische Traditionen und Rezepte aus regionalen, saisonalen Zutaten wiederbelebt. Obwohl jede Nation ihre eigenen traditionellen Gerichte hat, ist diese aufkommende Lebensmittelbewegung breit genug angelegt, um die jeweilige Regionalität zu berücksichtigen und es den baltischen Staaten zu ermöglichen, etwas Gemeinsames zu schaffen; nicht durch Uniformität, sondern auf eine Weise, die ihre individuellen Esskulturen feiert.

Diese Renaissance des Essens geht Hand in Hand mit einer umfassenderen kulturellen Wiederbelebung, denn das Land hat das, was ich gerne als »kommunistischen Kater« bezeichne, hinter sich gelassen. Da ich die grauen kommunistischen Tage im Polen der 1980er-Jahre selbst erlebt habe, freue ich mich über die unaufhaltsame Ausbreitung von lebensbejahender Lebenskraft und Inspiration an Orten, die viel Leid ertragen mussten. Als ich Pawel Pawlikowskis Film *Cold War* gesehen habe, der im kommunistischen Polen spielt, verstand ich, warum er in Schwarz-Weiß gedreht werden musste. Als Kind, das in Warschau aufgewachsen ist, erinnere ich mich nicht an viel Farbe: Eine leuchtend gelbe Banane war nicht nur eine seltene Leckerei, sondern vermittelte auch ein Gefühl von Freiheit und westlichem Reichtum.

Doch wenn ich zurückblicke, erkenne ich den Reiz der strengen, brutalen Ästhetik jener Jahre. Nun gibt es eine jüngere Generation, die sich nicht mehr an diese Ära erinnern kann und die die jüngste Geschichte aus einer neuen Perspektive betrachtet. Folglich wird die sowjetische Ära neu interpretiert, sowohl in der Literatur als auch in der Küche, und man beginnt, sich mit einem Hauch von Nostalgie an die sowjetische Küche zu erinnern.