

# Essen und Trinken wie in alter Zeit



Ulmer

# Inhaltsverzeichnis



## **Rund um Küche und Kochen** 5

### **Vom offenen Feuer zur blitzenden Einbauküche** 6

- Architektur rund ums Feuer 6
- Gemauert' Herd ist Goldes wert 6
- Gefangenes Feuer 11

### **Von rauchenden Herden und reifenden Schinken** 13

- Die Bäuerin hustet 13
- Karge Küche und karge Kost 14
- Von der „Kunst“, die Suppe warm zu halten 17

### **Von Sparherden und Kochmaschinen** 18

- Ein Sparherd und neue kulinarische Genüsse 18
- Mit der „Kochmaschine“ ins Industriezeitalter 20
- Kochen auf einem „KOWA-Herd“ 21
- Neue Pfannen braucht der Herd 21

### **Von Bäuerinnen im Backstress** 22

- Strahlungshitze aus dem Holzbackofen 23
- Blooz als krönender Abschluss 23
- Die Kunst des Ofensetzens, oder: Eine Lehre zum Leeren 24
- Vom Eigenbackhaus zum Gemeindebackhaus 25
- Phantastischer Geschmack für harte Arbeit 27

### **Von der Quelle in die Küche** 29

- Wenn alle Brunnlein fließen ... 29
- Brunnentratsch 29
- Große und kleine Wasserversorgungsnetze 30
- Der Wind hilft beim Pumpen 30
- Kein Trinkwasser! 31
- Ums Wasser scharft sich alles 32
- Die Spülmaschine ergänzt die Spüle 33

### **Vom tiefen Keller zum Tiefkühler** 34

- Sauerkraut, Mietenrüben und Hutzelobst 34
- Keller unten und oben 34
- Winterkälte für den Sommer gebunkert 35
- Wirtschaftswunder Gefriertruhe: Eiscreme für jedermann 36

### **Vom Elektroherd, der die ländliche Küche erobert** 38

- Das Bügeleisen ebnet dem Strom den Weg 38
- Auf dem Land bleibt's lange dunkel 38
- Der Elektroherd erobert die ländliche Küche 39
- Schussenrieds erster Elektroherd 42
- Der Hof Laternser steht „unter Strom“ 42



## Rezepte und mehr ... 44

### Topinambur – flüssig und fest ein Genuss 45

- Knollige Sonnenblume 45
- Fürstenspeise und Armeleuteessen 46
- Tolle Knolle – feine Leckereien 46

### Kartoffeln – Teufelszeug in aller Munde 51

- In allen Variationen – leckere Rezeptideen 52

### Getreide – und was daraus wird 57

- Dinkel – gutes Fleisch und rechtes Blut 57
- Grünkern – veredelter Dinkel 59
- Altes Korn neu entdeckt – Rezepte mit Dinkel und Grünkern 60
- Spätzle – Leibgericht der Schwaben 65
- Geschabt oder gehobelt? Spätzle für jeden Geschmack 67
- Mehlspeisen – aus der Not wird eine Tugend 69
- Maultaschen sind Kult 76

- Leibspeisen für Millionen 77
- Alle Tage Habermus 80
- Das Mus hat ausgedient ... 83

### Mit Sauerkraut gesund durch den Winter 86

- Spezialitäten? 87
- Hauptsache es schmeckt! 90

### Leisagerst und Leisahaber – Linsen brauchen Stützen 93

- Die Alblinse kommt wieder
- feine Rezepte 94

### Markanter Markstammkohl für Tier und Mensch 97

- Zubereiten je nach „Kohldampf“ 98
- Kohl ist nicht gleich Kohl 98



**Was den Durst löscht** 101

- Nah am Wasser gebaut 101
- Das lebensnotwendige Fässchen Most 102
- Wein und Bier, das rat ich Dir 104
- Von der Morgensuppe zum Morgenkaffee 105
- Kaffee-Ersatz: Muckefuck und falscher Mokka 105
- Teatime gab's keine 107
- Milch: zu kostbar zum Trinken 107

**Streuobst** 109

- Äpfel für die „Barbaren“ 109
- Obst für die Kaiserpfalz 109
- Äpfel und Birnen für die Dorfgemeinschaft 110
- Obst im Unterricht 111
- Dem Fortschritt im Weg 111
- Eine Lobby für den Apfelbaum 112
- Most – ein wunderbarer Durstlöcher 113
- Streuobstwiesen im Museumsdorf Kürnbach 115
- Most – einmal anders 116

**Der süße Schatz aus der Speisekammer** 118

- Kuchen – ein seltener Genuss 118

**Frau Holle und der Holunder** 120

- Bräuche rund um den Holunderstrauch 121
- Leckereien mit Holunder 121

**Ein königliches Schwein** 124

- Mohrenköpfe – fruchtbar und genügsam 124
- Es muss nicht immer Filet sein ... 127

**Zeit für die schwarze Schwarte** 130

- Damals wie heute 130

**Die Schnecken der Königin von Saba** 135

- Schnecken im Garten 135
- Schneckenmast mit Löwenzahn 135
- Die „Schwäbischen Austern“ werden exportiert 135
- Eine Lobby für die Schnecke 136

**Mit allem drum und dran** 140

- Kutteln für die Narren 140

**Käseküchen und Käsegeheimnisse** 142

- Käseland Allgäu 142

**Bauernhochzeit: Essen von früh bis spät** 145

- Schwäbische Hochzeitssuppe – alles muss rein 145

**Blooz – Pizza aus Hohenlohe** 148

**Springerle – Lieblingskeks der Volkskundler** 150

**Schwarzwälder Süßspeisen** 152

- Schwarzwälder Kirsch – Königin der Torten 152
- Allerlei Festtagsgebäck 154

**Anhang** 155

- Literaturverzeichnis 155
- Adressen: Die Sieben im Süden 156
- Veranstaltungstipps 156
- Bezugsquellen, Internetlinks 157
- Rezeptverzeichnis 159
- Stichwortverzeichnis 160



## *Rund um Küche und Kochen*



# Vom offenen Feuer zur blitzenden Einbauküche

*Freilichtmuseum Neuhausen ob Eck*

Dunkel, rauchig und nicht sehr gemütlich – so müssen die Höhlen unserer Vorfahren ausgesehen haben. Ein Lagerfeuer gab es zwar; es brannte an einem Fleck in einer Mulde, von ein paar Steinen geschützt und verströmte ebensoviel Qualm wie Wärme. Aber es war wichtig: Es hielt die grimmige Kälte draußen, garte die Speisen und hielt wilde Tiere ab. Mit anderen Worten: Wo Feuer war, war Wärme, Essen und Sicherheit. „Hier bin ich Mensch, hier darf ich sein“, wird unser Urgroßvater gebrummt und sich wohligh in seine Felle gekuschelt haben. Es sollte Jahrtausende dauern, bis sich das Feuer vom Boden löste, bis es eine gemauerte Herdstelle bekam und man sich zum Kochen nicht mehr unbequem auf den Boden kauern musste.

## Architektur rund ums Feuer

Seit es Häuser gibt, bestimmt die Feuerstelle die Architektur maßgeblich mit. Gemauerte Feuerwände, Kamine, um den Qualm abzuleiten, die Anordnung der Zimmer rund um die „Warmzelle“ – noch heute kann man die Bedeutung des Feuers an den Häusern ablesen. Und so prägte der Standort der Feuerstelle auch die baulichen Lebensumstände des Alltags. Das „Bärbele-Haus“ aus Schömberg – es steht heute im Freilichtmuseum Neuhausen ob Eck – ist dafür ein gutes Beispiel: Die Küche, die vorgelagerte Wohnstube und die verbindende Feuerwand legen den Rauchabzug in der Hausmitte fest. Das Alltagsleben im Haus erhält so seinen Grundriss aus der Organisation des Heizens und Kochens, denn auch der Raum, der vom Kamin gewärmt wurde, war im Winter eine gemütliche Schlafkammer – gemütlicher jedenfalls als die anderen ungeheizten Kammern.

## Gemauert' Herd ist Goldes wert

Die Herdstelle im südwestdeutschen Einhaus – dort wohnten Mensch und Vieh unter einem Dach – nahm spätestens seit dem Dreißigjährigen Krieg einen festen Platz im Gesamtgefüge der Hauskonstruktion ein. Wohnstube und Küche grenzten immer in der Feuerwand aneinander. Der Rauch des Stubenkachelofens wurde in die Küche und erst von dort aus durch



einen Schlot ins Freie abgeführt. Damit war, wer in der Küche arbeiten musste, dem Rauch aus zwei Feuerstellen ausgesetzt.

An zwei Herden im Freilichtmuseum Neuhausen ob Eck lässt sich der langsame Wandel des Lebens und Kochens in den Bauernhäusern unter den beschriebenen Bedingungen verfolgen.

*Das Arbeiten in der Küche war für die Bäuerinnen früher eine dunkle und rauchige Angelegenheit.*

### Offenes Feuer am Herd

Das Bauernhaus aus Schömberg, das „Bärbele-Haus“, ist ein typisches Einhaus, erbaut nach dem Stadtbrand 1750 (im Museum Mitte des 19. Jahrhunderts eingerichtet). Dort findet sich in der Küche ein aus Bruchsteinen gemauerter Herdblock. Er bietet dem offenen Feuer eine Fläche von 118 cm auf 90 cm bei einer Arbeitshöhe von 120 cm. Von dieser Konstruktion leitet sich der Name **Tischherd** ab. Der frei stehende, gemauerte Tischherd ist die älteste Herdform, die es gab, seit sich das Feuer vom Boden gelöst hatte. Unser Herd ist bereits eine Stufe weiter – er ist schon an die Wand gerückt. Von drei Seiten aus ist er erreichbar und mit der schmalen Feuerwand (95 cm) durch einen 40 cm hohen Sockel verbunden.

Unter der Kochfläche bietet der Block in einem offenen kleinen Gewölbe Platz, um Holz nachzutrocknen.

Die Feuerwand ist gerade breit genug, um auch den Kachelofen von der Küche aus betreiben zu können. Sie ist an zwei Stellen durchbrochen. Die größere, tiefer liegende Öffnung dient der Befuerung des Kachelofens, der sich von der anderen Seite – von der Wohnstube her – an diese Wand schmiegt. Weil er sein Feuer von der Küche aus empfängt, heißt er „Hinterlader“. Die zweite Öffnung lässt über dem Befuerungsloch den Rauch aus dem Kachelofen zurück in die Küche ziehen. Sie kann, im Gegensatz zum unteren Feuerloch, nicht verschlossen werden. Auf diese Weise gelingt es, die Wohnstube warm und gleichzeitig rauchfrei zu halten – ein zentraler Gedanke des gesamten Hausgefüges. Im Innern des Kachelofens berührt die Feuerwand das Feuer direkt. Sie muss deshalb immer massiv gemauert sein. Herkömmliche Fachwerk- oder Bohlenwände könnten der Hitze niemals standhalten. Eine Lichtnische für den Kienspan zierte die Feuerwand auf der Küchenseite.

### **Mit der Leiter zu den Räucherwürsten**

Direkt über dem Herd befindet sich ein mächtiger „deutscher Schlot“. Sein Rauchfang wird nicht als Bauelement in der Küche sichtbar, sondern erst im Stockwerk darüber. Er öffnet sich, wenn man so will, als großes Loch in der Decke, durch das die Rauchgase in den Schlot und so aus dem Haus gelangen. Die Öffnung (180 cm lang, 140 cm breit) ist sogar größer als die Grundfläche der Herdanlage darunter. Der Rauchabzug verjüngt sich im Geschoss über der Küche bis auf den Querschnitt des Schlotes und nimmt so dem hier liegenden Raum nicht wenig Platz weg. Der Rauch der beiden Feuerstellen (Kachelofen und Herd), der durch den Küchenraum wabert, wird nicht gebändigt oder geführt. Unter günstigen Verhältnissen nimmt ihn der Luftzug im Kamin mit nach draußen. Je nach Wetterlage bleibt der Rauch aber auch in der Küche hängen. So muss trotz des Schornsteins durchaus von Verhältnissen wie in einer Rauchküche (siehe Seite 13) ausgegangen werden.

Der Herd als Arbeitsstelle war also ziemlich ungemütlich, zumal das Rauchloch des Kachelofens in einer Höhe von etwa 155 cm lag. Damit traf der austretende Rauch die arbeitenden Frauen genau ins Gesicht. Und wer denkt, dass die Frauen am Herd immer schwitzen mussten, hat sich getäuscht: Neben der ausladenden Konstruktion und dem schwachen Zug mussten sie auch mit Kaltlufteinfällen durch den Schlot zurechtkommen.

Seine große räumliche Ausdehnung machte den Rauchfang begehrbar, oder besser gesagt, bekletterbar. Das hatte zwei Vorteile: Erstens ließ er sich von unten säubern, und zweitens konnte er eine wichtige Funktion

für die Ernährung der Familie übernehmen: das Räuchern! Mit Leitern stieg man in den verrußten Rauchfang und spannte Querstangen darin – je höher, desto besser! Denn zum Räuchern der Fleisch- und Wurstwaren, die nun an diesen Stangen aufgehängt wurden, brauchte es kalten Rauch. Da Heizen und Kochen unter diesen Lebensbedingungen nur mit Feuer möglich waren, übernahm die tägliche Rauchproduktion sozusagen nebenbei die Konservierung des wenigen, aber umso wertvolleren Fleisches (siehe Seite 130).

### Dreibeinige „Kochhäfen“

Bei den alten Herden saßen Feuer und Glut offen auf dem Herd in einer flachen Mulde. Wer gezwungen war, hier zu kochen, brauchte geeignetes Geschirr. Seit dem Mittelalter waren daher „Kochhäfen“ auf drei Beinen gebräuchlich, die im Feuer standen. Pfannen – verschieden hoch und in allen Größen – mussten auf „Pfannenknechte“ gesetzt werden. Die Hitze zu dosieren, erforderte großes Geschick. Wer es sich leisten konnte, legte sich daher gut leitendes Kochgeschirr aus Metall zu. Doch

*Geschirr aus Ton oder Metall machte das Kochen auf offenem Feuer möglich. Damit das Geschirr nicht direkt auf dem Feuer aufsaß, gab es dreibeinige „Kochhäfen“ oder „Pfannenknechte“.*



## Schlwortverzeichnis

- Aberglaube 51  
 Abfluss 31f.  
 Abschmelzen 55f., 80f., 88ff.  
 Abwasserentsorgung 31  
 Alblinsen 93f.  
 Albschneck 136  
 Allgäu 29f.  
 Anisgebäck 150  
 Apfel 16, 37, 86, 102f., 109ff., 118  
 Armeleuteessen 45
- Backhaus 25  
 Backofen 25  
 Backordnung 26  
 Bauländer Spelz 58  
 Besenwirtschaft 115  
 Bier 104, 114, 145  
 Blooz 23  
 Brei 80ff.  
 Brothenke 35  
 Brunnen 29ff.
- Diabetikerkartoffel 45  
 Dinkelanbau 59  
 Dorfbrunnen 29
- Einbauküche 6, 12, 33, 40  
 Eiskasten 35  
 Eiskeller 36  
 Eisschrank 35  
 Erfindung des Grünkerns 60
- Fastenspeise 135  
 Fast Food 83, 92  
 Feuer 7ff.  
 Feuerordnung 10  
 Feuerstelle, Feuerwand 6ff., 11f.  
 Friedrich II. 51
- Gemeindebackhaus 25, 27  
 Gemeinschaftsgefrieranlage 36f.  
 Getreide 82  
 Gewölm 13  
 Grundwasser 29ff.  
 Grünkerndarre 59, 60
- Habermus 80ff.  
 Hauswirtschaftsschule 40, 111  
 Heißluftsystem 17  
 Herdfeuer 17
- Hildegard v. Bingen 57, 58f.  
 Holzbackofen 23  
 Hungersnöte 52
- Kachelofen 6ff., 11  
 Kamin 6ff., 11, 13  
 Kochen 33  
 Kochhöfen, dreibeinige 9  
 Kochmaschine 9, 11, 20f.  
 Kochplatte, elektrische 40  
 Kohl 97ff.  
 Konservierung 34  
 Küche 29f., 31f.  
 Küchengeräte, elektrische 41  
 Kühlschrank 41, 80, 101, 103  
 Kunstbank 17
- Linsen 93f.
- Mehlspeise 16, 154  
 Milch 81, 87f., 97, 105, 107f., 114, 142  
 Model 150  
 Mohrenköpfe 125ff.  
 Most 16, 35, 101ff., 110f., 113ff.  
 Mostfässer 35  
 Mus 80ff.  
 Musmehl 82ff.
- Nationalsozialismus 60
- Oberschwaben 29f.  
 Ofen 17  
 Ofensetzen 24
- Pfannenknecht 9  
 Pumpbrunnen 29  
 Pumpe 29f.
- Quelle 29f.
- Rauch 8ff., 13  
 Räuchern 8ff., 12  
 Rauchfang 8ff., 12  
 Rauchküche 13ff., 130  
 Riebele 16  
 Rosenküchle 75  
 Rosenküchle-Eisen 75  
 Rumfordsuppe 20
- Scherben 70, 154  
 Schinken 130ff.
- Schlot, deutscher 8  
 Schlot, russischer 11f.  
 Schobeflügel 154  
 Schüttstein 32f.
- Schwäbische Alb 93  
 Schwäbische Austern 136  
 Schwäbisch-Hällisches Schwein 124ff.  
 Schwarze Suppe 15  
 Slow Food 83, 94, 136  
 Sparherd 10f., 14, 19f.  
 Spezialitäten, regionale 83, 87  
 Spülmaschine 33  
 Spülstein 31ff.  
 Stromnetz 30
- Tischherd 7  
 Trinkwasser 31
- Verteilersäule 80
- Wasser 29ff.  
 Wasseranschluss 33  
 Wasserleitung 29f.  
 Wasserqualität 31f.  
 Wasserversorgung 29f., 32  
 Wegwarte 105f.  
 Wein 103f., 112, 114  
 Weinbergschnecken 135  
 Windkraft 30  
 Windrad 30
- Ziegenfutter 97

### Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

© 2008 Eugen Ulmer KG  
 Wollgrasweg 41, 70599 Stuttgart (Hohenheim)  
 E-Mail: [info@ulmer.de](mailto:info@ulmer.de)  
 Internet: [www.ulmer.de](http://www.ulmer.de)  
 Redaktionelle Bearbeitung: Ute Schäfer,  
 Thomas Naumann  
 Lektorat: Carola Pröbstle, Antje Springorum  
 Herstellung: Thomas Eisele  
 Umschlagentwurf: Bettina Bank, Heidelberg  
 Satz: Typomedia GmbH, Ostfildern  
 Druck und Bindung: fgb Freiburger Grafische Betriebe  
 Printed in Germany

ISBN 978-3-8001-5415-9