

Dänisch kochen



Gerichte und ihre Geschichte
Charlotte Noer ♦ Edition diá

Inhalt

Dänemark – Land der vielen Märchen

Geschichte	8
Land und Leute	13
Die traditionelle dänische Küche	18
Kulinarische Traditionen und Spezialitäten	22
Festessen und Feiertage	24
Regionales	27
Maße und Abkürzungen	30

Rezepte

Suppen · <i>Supper</i>	31
Breie · <i>Grød</i>	49
Eiergerichte · <i>Æggeretter</i>	53
Salate · <i>Salater</i>	57
Fisch · <i>Fiskeretter</i>	65
Fleisch und Geflügel <i>Retter med kød og fugl</i>	79
Wild · <i>Vildkød</i>	97
Beilagen · <i>Tilbehør</i>	105
Smoerrebrot · <i>Smørrebrød</i>	113
Gebäck · <i>Bageværk</i>	123
Nachtisch · <i>Dessert</i>	135
Getränke · <i>Drikkevare</i>	147
 Rezeptregister	 151
Stichwortregister	158

Dänemark – Land der vielen Märchen

»Es war einmal vor langer, langer Zeit ...«, so fängt beinahe jedes Märchen von Hans Christian Andersen an. Und wenn man nach Dänemark fährt, trifft man fast überall auf seine wunderbaren Figuren, etwa – das berühmteste Beispiel – die kleine Meerjungfrau in Kopenhagen.

Dänemark, obwohl eines der beliebtesten Urlaubsländer der Deutschen, besticht nicht durch mildes Klima: Das Land zwischen den Meeren ist generell eher rau, mit viel Wind und einer oft starken Brise aus dem Osten. So sind das Typische Dänemarks und der Hauptreisegrund für viele Deutsche das Meer und seine endlosen Sandstrände, die das Land und seine Inseln umrahmen.

Dänemarks relativ unspektakuläre Landschaft ist geprägt von vielen Feldern und kleineren Waldstücken und verbreitet eine recht beschauliche und heimelige Atmosphäre. Allein der Mai, wenn die Rapsfelder gelb blühen, bildet eine Ausnahme.

Heimelige Atmosphäre

Und wie die Landschaft, so die Dänen – und ihre Küche: Familiärer Zusammenhalt, Geborgenheit und vor allem Gemütlichkeit (*hygge*) sind ihre Leidenschaft. Die dänische Esskultur ist eher schlicht, manchmal ein wenig »rau« und geprägt durch das Meer, ab und zu aber eben auch wie ein Märchen von Hans Christian Andersen, das Überraschungen und Besonderheiten erst auf den zweiten Blick bietet.

Die Mahlzeiten werden in Dänemark normalerweise in Gemeinschaft eingenommen, ob *morgenmad* (Frühstück), *frokost* (Mittagessen) oder *aftensmad* (Abendessen).

Geschichte

Vermutlich sind »die Dänen«, beziehungsweise ihre Vorfahren, im fünften und sechsten Jahrhundert aus dem Süden der skandinavischen Halbinsel nach Jütland und auf die benachbarten Inseln in der Ostsee übergesiedelt. Ihre Urheimat wird in Südschweden, besonders in Schonen und Halland, vermutet.

Lange Jahrhunderte stand das, was wir heute Dänemark nennen, nicht unter einer einheitlichen Herrschaft. Es gab mindestens zwei Machtzentren.

Dänen, Schweden, Norweger

Südjütland mit der Handelsstadt Haithabu war in den Händen schwedischer Erobererkönige. Deren Herrschaft wurde erst 934 von Heinrich dem Vogler beendet. Nach den Annalen von Corvey hatte sich Heinrich »die Dänen« unterworfen – ob damit auch das heutige Jütland gemeint war, ist kaum mehr festzustellen. Die Überreste öffentlicher Bauten aus dem achten Jahrhundert auf Jütland lassen jedenfalls auf eine relativ starke Zentralmacht in dem Jahrhundert kurz vor der Wikingerzeit (bis 1050) schließen. Die Schweden saßen außerdem auf Lolland. In Jelling, im nördlichen Jütland, residierte ein norwegisches Königsgeschlecht.

Aber grundsätzlich ist nach wie vor umstritten, was die Zeitgenossen jener Tage wirklich unter »Dänemark« verstanden.

Die Niederschrift Alfreds des Großen über die Fahrten Ottars und Wulfstans, das früheste Zeugnis zu diesem Thema, bezeichnete als »Dänemark« das heutige Südschweden einschließlich Schonen, die Inseln Falster, Lolland und Langeland, wahrscheinlich auch Seeland und die übrigen ostdänischen Inseln.

Erst der nordjütländische Skivum-Stein aus dem zehnten Jahrhundert rechnete auch Nordjütland zu Dänemark, möglicherweise eine Folge der Einigung des Landes unter Harald

Blauzahn. Denn Dänemark wurde etwa um 960 von Gorm (dem Alten) und seinem Sohn Harald Blauzahn erstmals geeint. Die Königsgewalt war allerdings noch nicht wirklich weit entwickelt. Von einer »Landesregierung« im heutigen Sinne kann sicher nicht gesprochen werden. Das zeigen anschaulich die regellosen Wikingerzüge, die auch das eigene Königreich nicht verschonten – wahrscheinlich weil sie es nicht als solches empfanden – und die bis in die Regierungszeit Sven Gabelbarts hinein dauerten.

Bis weit ins elfte Jahrhundert wurden die Dänen als Wikinger bezeichnet, wenn dieser Begriff auch nicht auf sie beschränkt war. Diese waren in ganz Europa gefürchtet, gründeten auf dem gesamten Kontinent kleinere Kolonien und trieben Handel (und Händel). Sie plünderten aber auch ganze Länder, führten erfolgreich viele grausame Kriege und unterwarfen zahlreiche Küstenlandstriche.

Gefürchtete Wikinger

Unter der Herrschaft Knud des Großen (etwa 995 bis 1035) erreichte Dänemark wohl seine größte Ausdehnung. So gehörten neben dem Territorium des heutigen Staates auch Teile Schwedens, Norwegens und Englands zu seinem Reich. Die Bindungen zu Norwegen und Schweden waren schon immer sehr eng. 1375 wurde die Union mit Norwegen geschlossen, die bis 1814 dauern sollte und in die zeitweise auch Schweden einbezogen war.

Schon früh wurde Dänemark zu einer Kolonialmacht. 1620 erwarb es die Jungferninseln (Dänisch-Westindien).

In dieser Zeit tobte auf dem europäischen Festland der Dreißigjährige Krieg, in dem die Dänen unter Christian IV. – sie waren seit 1537 überwiegend protestantisch – den kaiserlich-katholischen Truppen unter Tilly im Jahr 1626 unterlagen und seitdem keine größere historische Rolle mehr spielten.

Genauso erfolglos waren sie im Nordosten: Von 1563 bis 1720 führte Dänemark verschiedene Kriege mit Schweden um die Vorherrschaft im Ostseeraum. Im Zuge dessen verloren sie mit dem Frieden von Roskilde 1658 Schonen, Blekinge und Halland (Skåneland, den südlichsten Teil des heutigen Schwedens). Nur mit äußerster Not konnte Hans von Schack, ein Schleswiger Graf aus deutschem Adelsgeschlecht und dänischer Reichsrat sowie Reichsfeldherr, das von den Schweden belagerte Kopenhagen vor der Eroberung und damit Dänemark davor bewahren, zu einer schwedischen Provinz zu werden.

Schlechte Erfahrung mit Kriegen

Zu Beginn der Empirezeit im 18. Jahrhundert blieb Dänemark sowohl Frankreich als auch England gegenüber neutral. Trotz (oder wegen) dieser Neutralität verweigerte das Land konsequenterweise die Durchfahrt britischer Schiffe in die Ostsee. Darauf reagierte 1801 die britische Flotte mit einem Angriff auf Kopenhagen. Als nach dem Frieden von Tilsit Großbritannien einen Bündnisabschluss forderte und Dänemark zögerte, dieses Ultimatum sofort zu akzeptieren, griff es 1807 erneut Kopenhagen an und nahm die Stadt nach dreitägigem Beschuss am 5. September ein. Dabei zerstörten die Briten große Teile der prächtigen Altstadt und raubten die dänische Flotte.

Das bewog Dänemark letztlich, Englands Gegner Napoléon Bonaparte zu unterstützen und damit wieder aufs »falsche Pferd« zu setzen, und hatte später zur Folge, dass auf dem Wiener Kongress und im Frieden von Kiel beschlossen wurde, dass Dänemark Norwegen an Schweden abzutreten habe – das Ende der dänisch-norwegischen Union.

Allerdings verblieben Grönland, Island, die Färöer-Inseln und Dänisch-Westindien bei Dänemark.

Ob neutral oder an der Seite der Verlierer – das Kriegsglück war den Dänen auch weiterhin nicht hold. Nach dem Zweiten Schleswigschen Krieg 1864 waren sie gezwungen, Schleswig an Preußen und Holstein an Österreich-Ungarn abzutreten. Hieran erinnert noch heute die nationale Gedenkstätte an den Düppeler Schanzen, wo alljährlich am 18. April der Jahrestag der verlorenen Entscheidungsschlacht begangen wird.

Diese Niederlage war letztlich wohl entscheidend für die Entwicklung der nationalen Identität Dänemarks. Die Außenpolitik wurde zunehmend bestimmt durch einen strikten Neutralitätskurs, den das Land bis nach dem Ersten Weltkrieg beibehielt.

Auch innenpolitisch tat sich einiges: 1871 formierte sich unter Louis Pio die dänische Arbeiterbewegung, aus der fünf Jahre später die sozialdemokratische Partei hervorging. 1898 wurde der Gewerkschaftsbund *Landesorganisationen i Danmark*, kurz LO, gegründet.

Das Verhältnis zu seiner Kolonie Dänisch-Westindien war ein rein kaufmännisches: So wie sie einst erworben worden war, wurde sie 1917 an die USA wieder verkauft. Und es kam zu weiteren Veränderungen der Landesgrenzen: 1920 fiel nach einer Volksabstimmung im nördlichen und mittleren Teil Schleswigs sowie im dänischen Sønderjylland (Südjütland) Nordschleswig an Dänemark. Der mittlere und südliche Teil, Südschleswig, blieb bei Deutschland. Die so gezogenen Grenzen sind noch heute gültig.

Im Zweiten Weltkrieg wurde Dänemark von deutschen Truppen besetzt. Doch arbeiteten die Dänen mit den Deutschen zumindest anfänglich (bis zur deutschen Niederlage in Stalingrad) auch aktiv zusammen – manche Historiker haben dieses Verhalten als Kollaboration bezeichnet. Die große Mehrheit der Dänen allerdings sympathisierte mit den Alliierten.

Strikte Neutralität

Von den Deutschen besetzt

Rezeptregister

- Aal, gebraten 69
Aal mit Apfel und
Brombeeren,
geräuchert 69
Abendbrot des Tierarztes,
Das 121
Æblekage med havreg-
rynslåg 140
Æbleskiver 125
Æggekage fra Åkirkeby 55
Æggekage med champignons
og ost 56
Æggekage med
flæskeskiver 54
Æggekage med
grøntsager 55
Æggekage med
kyllingbryst 56
Agerhøhns i flødesovs 99
Agurksalat med dild 58
Altmodischer
Apfelkuchen 139
Altmodischer Backpflaumen-
kuchen 141
Apfelkuchen 125
Apfelkuchen mit Haferflo-
ckendeckel 140
Appelsinsild 77
Aspagessuppe 43
Bagt æblekage
Bagte rødbeder 111
Bauchfleisch mit Petersi-
liensauce, gebraten 82
Bedstes hospitalwie-
nerbrød 144
Biersuppe 44
Biksemad 88
Birnen in Rotwein 108
Blåbær snaps 149
Boghvedgrød 51
Boller i karry 84
Boller i selleri 85
Brændende kærlighed 81
Braune Kartoffeln 106
Braune Kekse 132
Braunschweiger 128
Brennende Liebe 81
Brombærtærte 145
Brombeertorte 145
Brune kager 132
Brune kartoffler 106
Brunsviger 128
Buchweizenbrei 51
Buß-und-Bettags-
Brötchen 129
Buttermilchsuppe 138
Champignon-Käse-
Omelett 56
Citronhvilling 68
Citronsild 73
Culottesteg 95
Currysalat 64
Dessert des Grundge-
setzes 144
Dorsch, gekocht 70
Dorsch in
Aluminiumfolie 71
Dorsch mit Apfel 67
Dorsch mit Senfsauce,
gekocht 71
Dorschrogen von den Färöer-
Inseln 73

- Dorschsuppe mit
Gemüse 47
- Dyremedaljoner i
cognacflødesauce 102
- Dyreryg med rosmarin 102
- Dyrlægens natmad 121
- Eier in Senfsauce 54
- Eierkuchen aus Åkirkeby 55
- Eieromelett mit
Frühstücksspeck 54
- Eingelegte rote Heringe 77
- Eingelegte weiße Heringe 74
- Eva's hasselnøddekage med
mørk chokolade 138
- Evas Haselnusskuchen mit
Bitterschokolade 138
- Fasane, gebraten 101
- Fastelavnsboller 124
- Fastnachtsbrötchen 124
- Ferøsk torskerogn 73
- Fischbrühe 46
- Fischfrikadellen 72
- Fiske frikadeller 72
- Fiskebouillon 46
- Flæskesteg med rødkål og
brune kartoffler 89
- Formbrød 132
- Formbrød 132
- Franskbrød 126
- Fyrsnaps 149
- Gammeldaws æblekage 139
- Gammeldaws
svesketærte 141
- Gebackene Rote Beten 111
- Gebratene Fasane 101
- Gebratene Heringe in
Marinade 76
- Gebratene Heringe mit
warmem Kartoffelsalat 72
- Gebratene Heringe mit
Zitrone 73
- Gebratene Tauben mit
Pffiferlingen und
Weintrauben 100
- Gebratener Aal 69
- Gebratenes Bauchfleisch mit
Petersiliensauce 82
- Gefüllte Lammkeule 95
- Gekochter Dorsch 70
- Gekochter Dorsch mit
Senfsauce 71
- Gekochter Lachs 70
- Gelbe Erbsensuppe mit
Schweinefleisch 35
- Gemüseomelett 55
- Geräucherter Aal mit Apfel
und Brombeeren 69
- Geschüttelte rote Johannes-
beeren 142
- Glarmester sild 75
- Glaseret 90
- Glasmeister-Heringe 75
- Gløgg 150
- Gløgg 150
- Grønkålsuppe med
svinekød 36
- Grönländische Suppe 91
- Grønlangkål 110
- Grüner Salat mit getrockneten
Preiselbeeren 58
- Grünkohl 110
- Grünkohluppe mit Schweine-
fleisch 36
- Grundlovsdessert 144
- Gule ærter med flæsk 35

- Gulerodssalat med
rosiner 59
- Gurkensalat mit Dill 58
- Hackbällchen in
Currysauce 84
- Hackbällchen in Sellerie 85
- Hacksteak mit Zwiebeln 86
- Hähnchensalat mit
Mandarinen 62
- Haferbrei 51
- Haferflockenkekse 134
- Hakkebøf med bløde løg 86
- Haselnusscremesuppe 41
- Hasselnøddesuppe 41
- Havesyresuppe med æg 40
- Havregrød 51
- Havregrynskager 134
- Helstegt kalvefilet 80
- Heringe, eingelegte rote 77
- Heringe, eingelegte weiße 74
- Heringe in Cognac-Sherry-
Tomaten-Sauce 74
- Heringe in Curry 75
- Heringe in Marinade,
gebraten 76
- Heringe in Senfsauce 76
- Heringe mit Orange 77
- Heringe mit Preisel-
beeren 78
- Heringe mit warmem Kartof-
felsalat, gebraten 72
- Heringe mit Zitrone,
gebraten 73
- Heringssalat mit Roten
Beten 62
- Hönsesalat 91
- Høsekødsuppe med kød- og
melboller 34
- Holunderbeersuppe 143
- Hühneromelett 56
- Hühnersalat 91
- Hühnersuppe mit
kleinen Hack- und
Mehlbällchen 34
- Hummercremesuppe mit
Dillspitzen 48
- Hummersuppe med dild 48
- Hvid skipperlabskovs 87
- Hvide marinerede sild 74
- Hvidkålsuppe med
svinekød 37
- Hyldebærsuppe 143
- Italienischer Salat 64
- Italiensk salat 64
- Junges Rebhuhn in
Sahnesauce 99
- Kærnemælkskoldskål med
tvebakker 137
- Kærnemælkssuppe 138
- Kalbsbraten 80
- Kalbsleber mit
Champignons 83
- Kalter Kartoffelsalat 108
- Kaltschale mit Buttermilch
und Zwieback 137
- Kalvelever med
champignons 83
- Kanin i sennepssauce 103
- Kaninchen in Senfsauce 103
- Karbonader 87
- Karry sild 75
- Karrysalat 64
- Kartoffeln in
Bechamelsauce 106
- Kassler mit Zucker-Senf-
Kruste 90

- Kekse mit Käse 130
 Kekse mit Rosinen und
 Sonnenblumen-
 kernen 133
 Kerbelsuppe mit lächelnden
 Eiern 42
 Knudekålsuppe 41
 Kørvelsuppe med smilende
 æg 42
 Kogt laks 70
 Kogt torsk 70
 Kogt torsk med
 sennepssauce 71
 Kohlrabicremesuppe 41
 Kold kartoffelsalat 108
 Krabben in Melone 68
 Krabbensalat mit Dill 60
 Krebinetter 87
 Krosse Zuckerbrezeln 130
 Kryddersild 77
 Kyllingesalat med
 mandariner 62
 Lachs, gekocht 70
 Lammefrikassee med rejer og
 asparges 93
 Lammekølle med fyld 95
 Lammekoteletter med timian
 og citron 94
 Lammfrikassee mit Krabben
 und Spargel 93
 Lammkeule, gefüllt 95
 Lammkotelett mit Thymian
 und Zitrone 94
 Leberpastete 92
 Leverpostej 92
 Mama Annes gute
 Heringe 78
 Mamas Apfelsalat 60
 Mamas Zimtschnecken 127
 Marmorkage 134
 Marmorkuchen 134
 Milchreis mit Mandeln und
 warmer Kirschsauce 140
 Möhrensalat mit Rosinen 59
 Mor Annes gode sild 78
 Mors kanelsnegle 127
 Mors æblesalat 60
 Ochschwanzsuppe 37
 Øllebrød 52
 Ølsuppe 44
 Oksehalesuppe 37
 Omas Kranken-
 hausbrote 144
 Ostekiks 130
 Pære i rødvinlage 108
 Panierte Schweinehack-
 steaks 87
 Pebernødder 131
 Pfeffernüsse 131
 Preiselbeeren mit Haselnüssen
 und Mandeln 109
 Preiselbeergelee 109
 Rababarsaft med honnig 148
 Rabarbersuppe 142
 Rehmedaillons in Cognac-
 Sahne-Sauce 102
 Rehrücken mit
 Rosmarin 102
 Reiskleckse 143
 Rejer i melon 68
 Rejesalat med dild 60
 Rhabarbersaft mit
 Honig 148
 Rhabarbersuppe 142
 Ribben i øl 83
 Ribbsgele 109

- Rippchen in Bier 83
Ris a l'amande 140
Risklatter 143
Roastbeef 95
Røde marinerede sild 77
Rødgrød med fløde 137
Rødkål med æbler 110
Rødspættefilet med persillesovs 67
Røget ål med brombær og æbler 69
Roggenbrei mit Malzbier 52
Rosinbrød 128
Rosinenbrød 128
Rote Beten, gebacken 111
Rote Grütze mit Sahne 137
Rotkohl mit Äpfeln 110
Rugbrød 126
Russischer Salat 63
Russischer Salat mit Kapern 63
Russisk salat 63
Russisk salat med kapers 63
Rysteribs 142
Salat med tranebær 58
Sandkage 133
Sandkuchen 133
Sauerampfersuppe mit Eiern 40
Savoykål med æbler og timian 107
Schinkensalat 92
Schinkensalat mit Senf 61
Schnaps mit Blaubeeren und Heide 149
Schnaps mit Fichten-
trieben 149
Schnaps mit Orangen und
Gewürznelken 149
Schnaps mit Zitronen-
melisse 150
Schollenfilets in Petersi-
liensauce 67
Schwarzbrot mit Roggen-
kernen 126
Schweinehacksteaks,
paniert 87
Schweinekrustenbraten mit
Rotkohl und braunen
Kartoffeln 89
Selleriecremesuppe 43
Selleriesuppe 43
Sennepsæg 54
Sennepssild 76
Sesamboller 131
Sesambrötchen 131
Silde salat med rødbede 62
Skidneæg 54
Skinkesalat 92
Skinkesalat med sennep 61
Skipperlabskaus 87
Småkager med rosiner og
solsikkefrø 133
Smørrebrød med æg og
rejer 115
Smørrebrød med flødeost og
jordbær 120
Smørrebrød med hønse-
salat og bacon 116
Smørrebrød med karrysalat og
tomat 115
Smørrebrød med
leverpostej, bacon og
champignons 117

- Smørrebrød med røde
marinerede sild med creme
fraiche 119
- Smørrebrød med røget ål og
røræg 120
- Smørrebrød med russisk salat
og sardeller 116
- Smørrebrød med skinkesalat
og klementiner 117
- Smørrebrød med stegt
sild 119
- Smørrebrød med tranebærsild
med valnødder 118
- Smoerrebrot mit Currysalat
und Tomate 115
- Smoerrebrot mit Ei und
Krabben 115
- Smoerrebrot mit eingelegten
Heringen,
Preiselbeeren und
Walnüssen 118
- Smoerrebrot mit Frischkäse
und Erdbeeren 120
- Smoerrebrot mit gebratenem
Hering und roten
Zwiebeln 119
- Smoerrebrot mit
geräuchertem Aal und
Rührei 120
- Smoerrebrot mit Hühnersalat
und Frühstücksspeck 116
- Smoerrebrot mit Leberpastete,
Frühstücksspeck und
Champignons 117
- Smoerrebrot mit rotem
Hering, Kapern und Creme
fraiche 119
- Smoerrebrot mit russischem
Salat und Sardelle 116
- Smoerrebrot mit
Schinkensalat und
Klementinen 117
- Snaps med appelsin og
nelliker 149
- Snaps med citron-
melisse 150
- Snysk 112
- Sol over Gudhjem 118
- Sommersalat 61
- Sonne über Gudhjem 118
- Spargelsuppe 43
- Spinat 112
- Sprøde kringler 130
- Stægt ål 69
- Stegte sild med varm kartof-
felsalat 72
- Stegt flæsk med persil-
lesovs 82
- Stegte duer med kantareller og
vindruer 100
- Stegte fasaner 101
- Stegtsild i lage 76
- Store bededags hveder 129
- Stuvede kartoffler 106
- Stuvet hvidkål 111
- Stuvet spinat 112
- Suaasat 91
- Tauben mit Pfifferlingen
und Weintrauben,
gebraten 100
- Tomat sild med cognac og
sherry 74
- Tomatensalat mit Kresse und
Croûtons 59
- Tomatsalat med karse og
croûtons 59

-
- Torsk i folie 71
Torsk med æble 67
Torskesuppe med
grøntsager 47
Tranebær med hasselnødder
og mandler 109
Tranebærsild 78
Varm kartoffelsalat 107
Vildænder i flødesauce 101
Vildtbrühe 104
Vildtfrikadeller 103
Waldorfsalat 64
Warmer Kartoffelsalat 107
Weißbrot 126
Weißkohl 111
Weißkohlsuppe mit Schweine-
fleisch 37
Weißlinge in Zitrone 68
Wildbrühe 104
Wildenten in
Sahnesauce 101
Wildfrikadellen 103
Wirsing mit Äpfeln und
Thymian 107

Stichwortregister

Die Seitenangaben verweisen auf Rezepte, in denen diese Zutat eine wichtige Rolle spielt.

- Aal 69, 120
Apfel 59, 60, 62–64, 67, 69,
73, 75, 89, 107, 110, 139,
140, 143
Aquavit 149, 150
Backpflaumen 141
Bauchfleisch 82
Bier 44, 52, 83
Birnen 108
Bitterschokolade 138
Blaubeeren 149
Brombeeren 69, 145
Champignons 56, 62, 83, 91,
117
Dillgurken 108
Dorsch 47, 67, 70–72
Dorschrogen 73
Erbsen 35, 64, 112
Erdbeeren 120, 137, 139
Fasane 101
Fichtentriebe 149
Fischköpfe, -gräten, -haut 47
Frischkäse 120
Frühstücksspeck 54, 81, 101,
102, 116, 117
Grauten 101
Grünkohl 36, 110
Gurken, eingelegt 62, 63
Hackfleisch vom Kalb 38
Hackfleisch vom Reh 103
Hackfleisch vom Rind 86
Hackfleisch vom
Schwein 38, 84, 85, 87
Haferflocken 51, 133, 134,
140
Heidekraut 149
Heringe 72–78, 118, 119
Heringe, geräuchert 55, 118
Holunderbeeren 143
Huhn 56, 62, 91
Hummer 48
Johannisbeeren 137, 142
Kalbsfilet 96
Kalbsleber 83, 92
Kaninchen 103
Kartoffeln 35–37, 47, 55,
56, 63, 81, 87–89, 106–108,
112, 128
Kasseler 37, 90, 121
Kirschen 140
Klementinen 91, 116, 117
Knollensellerie 43
Kochwürste 37
Kohlrabi 41, 112
Kopfsalat 58, 115–120
Krabben 60, 68, 93, 115
Lachs 70, 72
Lammfleisch 93
Lammkeule 95
Lammkoteletts 94
Lauch 35, 37, 38, 42, 47, 48,
55, 75, 93
Mandarinen 62
Melonen 68
Milchreis 91, 140, 143

-
- Möhren 35–38, 42, 47, 59,
64, 73, 75, 90, 93, 99, 112
Ochsenchwanz 37
Orangen 77, 108–110, 149,
150
Paprikaschote 55
Pastinaken 35, 36
Pfefferlinge 100
Preiselbeeren 58, 78, 109
Rebhühner 99
Rehfilet 102
Rehrücken 102
Rhabarber 142, 144, 148
Rindfleisch 87
Rippchen 83
Roastbeef 95
Robbenfleisch 91
Rote Bete 62, 63, 111
Rotkohl 89, 110
Salatgurke 58, 61
Sauerampfer 42
Schinken, gekocht 61, 92
Schokolade 133
Scholle 67
Schweinebauch 36
Schweinebraten 89
Schweinefleisch 35
Schweineleber 92
Schweineschulterblatt 37
Schweinshaxen 36
Sellerie 35–38, 63, 64, 85
Spargel 43, 62, 64, 91, 93
Speck 92, 99
Spinat 112
Stachelbeeren 137
Suppenhuhn 38
Wacholderbeeren 101, 102,
104
Waldtauben 100
Weintrauben 58, 64, 100,
120
Weißkohl 37, 111
Weißling 68
Wirsing 107