

Deutsche Küche und der Trend zu regionalen Leckereien

Die deutsche Top-Gastronomie ist um einen neuen Michelin Drei-Sterne-Koch und zehn Zwei-Sterne-Restaurants reicher. Die Zahl der Sterne-Restaurants stieg insgesamt von 237 auf 249. Besonders gut in der neuen Gourmet-Fibel schneidet Norddeutschland ab. Im Trend der Spitzenköche liegen modernisierte regionale Rezepte und die nordische Küche. Berlin ist nun auch die Stadt mit den meisten Sternerestaurants (13), vor München (11), und Hamburg (9). Bei den Bundesländern liegt Baden-Württemberg weiterhin vorn, mit 58 Sterne-Restaurants vor Bayern (40) und Nordrhein-Westfalen (38). Im Osten führt Mecklenburg-Vorpommern mit jetzt sieben Sterne-Restaurants (Stand Nov. 2011). Grund genug, mal einen Blick auf die regionale Küche Nordostdeutschlands und Berlins zu werfen.

Deutsche Küche

Unter dem Begriff deutsche Küche fasst man verschiedene regionale Kochstile und kulinarische Spezialitäten zusammen. Seit den 50er Jahren hat sich das alltägliche Kochen, Essen und Trinken in deutschen Haushalten durch verschiedene Einflüsse wie Migration, Massentourismus und zunehmende Industrialisierung in Herstellung, Konservierung und Vertrieb von Nahrungsmitteln stark verändert und internationalisiert. Traditionelle regionale Speisen und Spezialitäten sind jedoch erhalten geblieben.

Vielen fällt zur deutschen Küche meist zuerst das Sauerkraut ein. Mit deutschen Gerichten assoziiert man deftige, Gerichte und viel Fleisch. Besonders Schweinefleischgerichte gelten als typisch deutsch. Und tatsächlich, Schweinefleisch, Rindfleisch und Geflügel sind die wichtigsten in Deutschland verzehrten Fleischarten. Während der Jagdsaison ist auch Wild beliebt. Pferdefleisch wird in einigen Regionen als Spezialität angeboten, ist aber nicht sonderlich verbreitet.

Daneben gibt es viele Kartoffelgerichte, und Deutschland zählt zu den Ländern, die pro Person am meisten Kartoffeln verbrauchen. Das erklärt sich teilweise daraus, dass Deutschland relativ weit nördlich liegt und früher in harten Winterzeiten auf die Kalorienzufuhr geachtet werden musste.

Es gibt Kartoffeln in vielen Variationen, wie als Salzkartoffeln, Pellkartoffeln, Knödel, Kartoffelpuffer, Bratkartoffeln, Kroketten oder Kartoffelpüree.

Deutschland ist aber auch für die Vielfalt an Brotsorten bekannt und hat weltweit die größte Vielfalt an Wurstsorten. Auch Milchprodukte haben eine große Vielfalt erreichen können. Neben verschiedensten Käsesorten, unter denen Sauermilchkäse wie Harzer Käse zu finden sind, gibt es viele verschiedene Sorten Quark, Joghurt, Buttermilch, Kefir und Dickmilch.

Doch auch Fisch steht auf deutschen Speiseplänen. Der am meisten verbreitete Meeresfisch ist der Hering in den verschiedensten Zubereitungsvarianten. Auch Lachs wird im ganzen Land gegessen. Von den Süßwasserfischen ist Forelle der auf deutschen Speisetafeln am meisten verbreitete Fisch, aber auch Karpfen und Barsch werden häufig serviert. Meerestiere sind naturgemäß eher an der Nord- und Ostseeküste verbreitet.

Traditionell ist die Hauptmahlzeit des Tages das Mittagessen, das zwischen 12 und 14 Uhr eingenommen wird. Das Abendbrot ist eine meist kleinere Mahlzeit, die oftmals aus ein paar belegten Broten besteht. In der letzten Zeit haben die sich wandelnden Arbeitsgewohnheiten aber dazu geführt, dass viele Deutsche ihre Hauptmahlzeit abends zu sich nehmen.

Die Gastronomie bietet statt internationaler Küche (Frühlingsrolle, Pasta, Sushi, Tapas usw.) nun auch immer mehr traditionelle Hausmannskost – Omas gute Küche, die regionalen Klassiker der 1920er Jahre. Und das nicht nur auf dem Land sondern vor allem auch in den Metropolen.

Der Nordosten und Berlin

Die Küche im Nordosten Deutschlands, in Mecklenburg-Vorpommern, Brandenburg und Berlin, ist deftig und von den Nachbarküchen wie der schlesischen und der Küche Ostpreußens beeinflusst – z. B. Königsberger Klopse.

Typisch für die Berliner Küche sind Eisbein, Kasseler, Bockwurst, Boulette und Currywurst. Gerichte aus Ost- und Südosteuropa wie Soljanka oder Letscho sind hier seit DDR-Zeiten bei den Bewohnern sehr populär. Hinzu kommen aber auch die traditionellen Fischgerichte, besonders an der Ostsee (Dorsch), an

den mecklenburgischen und brandenburgischen Binnenseen oder im Spreewald (Hecht, Zander und Forelle).

Ferner spielen Kartoffeln, Rüben, Spreewaldgurken und Wildgerichte eine größere Rolle. Speziell Brandenburg ist berühmt für Torten und Kuchen (beispielsweise Plinse, Eierkuchen, Windbeutel und Klemmkuchen). Dabei ist besonders im Spreewald der sorbische Einfluss vorhanden.

Die Küche in Mecklenburg-Vorpommern

Die Küche gilt generell als eher bodenständig und deftig. Üppige Gärten mit Gemüse und Obst, Felder mit Getreide und guten Kartoffeln, Höfe mit Federvieh, Rindern, Schweinen und Schafen, große Seen und die fischreiche Ostsee bilden die Vorratskammer für Mecklenburgs Küche. Daneben zeichnet sich eine gewisse Vorliebe für das Süßsaure ab, die möglicherweise von schwedischen Einflüssen¹ herrührt. In der Küche spiegeln sich einerseits die langjährige Armut der Landstriche Mecklenburg und Vorpommern wider, als auch die lange Ostseeküste und der Reichtum an Binnengewässern. Hinzu kommt dank der ausgedehnten Wälder eine Fülle an Wildgerichten. Eine besonders bedeutsame Rolle spielen hier die in der Region auch Kartoffeln in verschiedensten Zubereitungsarten. Mecklenburg und Vorpommern hatten zwar eine lange, voneinander unabhängige geschichtliche Entwicklung, die Ähnlichkeit der Lebensverhältnisse und der Landschaften in beiden heutigen Landesteilen hat jedoch dazu geführt, dass sich die Ernährungsgewohnheiten stark ähneln.

Auch Deutschlands größte Insel, Rügen, liegt in Mecklenburg-Vorpommern. Die Küche ist geprägt von Speisen, die sich neben der Feldarbeit oder auf den Fischerbooten einfach zubereiten ließen. Vor allem Fischgerichte prägen die typische Inselküche hier: Dorsch mit Senfsoße oder Aalsuppe. Inzwischen ist der Dorsch aber so weit in seinem Bestand reduziert, dass es strenge Fangquoten gibt und die deutschen Fischer nur noch wenige tausend Tonnen fischen dürfen. Neben verschiedenen Fischarten kennen die Küstenbewohner noch eine ganz spezielle Besonderheit: den Europäischen Hornhecht (*Belone belone*). R wird im Mai gefangen und dann laden die Gasstätten zum Hornfischessen, das Besondere, die Gräten sind neongrün! Vivianit ruft dieses Phänomen hervor und ist vollkommen unschädlich.

Neben Fisch gilt die Gans als regionale Spezialität. Man sagt, sie sei das beste Geflügel und kein fürstliches Mahl kam ohne aus, ebenso wie hierzulande das traditionelle Weihnachtessen. In Mecklenburg-Vorpommern füllt man die Gans landestypisch mit dem Trio aus Backpflaumen, Äpfeln und Brot. Die Liebe zu den Plummen, den Pflaumen, ist in Mecklenburg sehr groß. Überall kommen sie hinein, egal ob in süße oder salzige Gerichte.

Schlachtreif sind die Gänse bereits im November, traditionell endet das Leben der Gänse am Martinstag, dem 11.11., denn früher endete hier das bäuerliche Wirtschaftsjahr und die Tiere konnten nicht mehr im Freien weiden, so war es wirtschaftlicher, sie zu schlachten, als weiter im Stall zu füttern. Auf pommersche Art bereitet man die Gans folgendermaßen zu: man legt Backpflaumen in Cognac ein, mischt sie mit Äpfeln, Thymian und Schwarzbrot und füllt die ausgenommene Gans damit. Dann wird die Gans knusprig gebraten und mit Rotkohl und Kartoffelklößen serviert.

Zu den Spezialitäten aus Mecklenburg Vorpommern gehören Fleischgerichte wie Gestowte Wruken (Schweinebauch mit Kohlrüben) und Schwarzsauer (Schweineschulter mit Backobst mit Mehlklößen mit einer Sauce aus gebundenem Schweineblut).

Das Typische der Landesküche ist daneben aber vor allem das „Zusammengekochte“, eine Art Fleisch-Gemüse-Eintopf. Früher nahm man dafür vor allem Rüben, Weißkohl, Erbsen und andere Hülsenfrüchte. Diesen Eintopf würzt im Winter ein Stück Pökelfleisch und im Sommer besteht die Fleischzugabe aus Bauchfleisch, Schweinskopf oder Speck, zuweilen auch aus Schinkenknochen.

Spezialitäten in Berlin

Berliner Gerichte sind ebenfalls deftig und einfach, solide Hausmannskost eben, nur wegen der Ferne des Meeres mit weniger Fisch als in Mecklenburg. Stattdessen zeigen sich hier in der Hauptstadt viele internationale kulinarische Einflüsse. Schon bevor Berlin zur deutschen Hauptstadt und Residenz

preußischer Könige und Kaiser wurde, nahm die Stadt viele Verfolgte auf, Juden aus Wien, Hugenotten aus Frankreich. Geprägt ist sie auch von den Kochtraditionen der Einwanderer aus Schlesien, Böhmen, Ostpreußen, Mecklenburg und Pommern. Neue Gemüsesorten, wie Blumenkohl oder Spargel, und Rezepte bereicherten die lokale Küche. Die Berliner Küche ist eine schlichte, bodenständige Küche, die mehr Wert auf deftigen Geschmack und Sättigung als auf Verfeinerung legt. Typische Zutaten sind Schweinefleisch, Gans und Fische wie Karpfen, Aal und Hecht, Kohl, Hülsenfrüchte wie Erbsen, Linsen und Bohnen außerdem Rüben, Gurken und Kartoffeln.

Traditionelle Berliner Gerichte sind Eisbein, eine gepökelte Schweinshaxe mit Sauerkraut und Erbspüree, Rinderbrust mit Meerrettich, Kasseler mit Sauerkraut, gebratene Leber mit Apfel, Zwiebeln und Stampfkartoffeln und Gänsebraten mit Grünkohl und Klößen (dieser also ähnlich wie in Mecklenburg also). Kleinere Gerichte für „unter der Woche“ sind Königsberger Klopse mit Senfsoße, Buletten mit Kartoffelsalat, Hackepeter vom Schwein mit Zwiebeln und Petersilie oder Kartoffelpuffer mit Apfelmus.

Königsberger Klopse, zum Beispiel, sind eine ostpreußische Spezialität aus gekochten Fleischklößen in weißer Sauce mit Kapern. Sie werden aus Hackfleisch mit gehacktem Salzhering oder Sardellen, Zwiebeln, eingeweichem Weißbrot, Ei und Gewürzen zubereitet. Die zu Bällchen geformte Masse wird in Salzwasser (eventuell mit Essig oder Weißwein) mit Zwiebeln und Gewürzen gegart, die gesiebte Kochbrühe anschließend mit etwas heller Mehlschwitze, Sahne und Eigelb gebunden und mit Zitronensaft und Kapern ergänzt.

Die Hauptstadt bietet daneben einen berühmten Imbiss, der hier 1949 entstanden ist: die Currywurst. Im Trend liegt, sich als hoher Politiker, ja Kanzler gar, zur Berliner Currywurst zu bekennen. Die Wurst (eine gebrühte Bratwurst) gibt es traditionell im ehemaligen Ostteil der Stadt ohne Darm und im Westteil mit, inzwischen hat man an vielen Imbissbuden auch einfach die Wahl.

Daneben gibt es auch einige typische Eintopfgerichte, wie die Berliner Kartoffelsuppe, mit Speck und Majoran, dazu ein Würstchen oder Erbsensuppe. Man isst Eintöpfe und Suppen weniger als Vorspeisen, sondern eher als deftige Hauptgerichte.

Ein Gericht, das in fast jedem Berliner Haushalt regelmäßig auf dem Speiseplan steht: Speisequark mit Leinöl. Dieses und einer Prise Salz vermischt; dazu werden Pellkartoffeln gereicht - einfach, aber lecker.

Der „Schusterjunge“ ist eine typische Berliner Gaststätte. Schon immer da, immer ganz gut besucht und in letzter Zeit sogar ein wenig hip. Weil mittlerweile auch ein jüngeres Publikum den rustikalen Charme zu schätzen weiß: sowohl der Einrichtung als auch der Servicekräfte. Auf der Karte stehen typische Gerichte der Altberliner Küche: Eisbein, Schweinshaxe und Schnitzel mit lauwarmem Kartoffelsalat, Buletten. Egal, was man bestellt: Die Portionen sind groß, die Kalorien zahlreich, die Preise günstig.

Solche Restaurants sind zunehmend beliebt, bei den Einheimischen sowieso, aber nun auch bei den jungen „hippen“ Leuten und den vielen internationalen Touristen der Stadt. Einen Michelin Stern haben diese Gaststätten nicht, aber die traditionelle Kost aus Omas Rezeptbuch inspiriert auch die Sterneküche vermehrt.

Katrin Basalla, Jetro Berlin

ⁱ Schweden hatte Teile des Landes lange in Besitz. Z. B. gehörten die Inseln Rügen und Hiddensee von 1648 bis 1815 zu Schweden.