

Żurek – polnische Sauermehlsuppe für jede Jahreszeit

Zutaten für 6 - 8 Personen

- 2 Liter Gemüsebrühe
- 0,5 Liter „Zakwas“ (Sauerteigbrühe)
- 200 g Schinkenspeck
- 6-8 Weißwürste (1 Wurst pro Person)
- 2 große Zwiebeln
- 3 EL Schlagsahne (30 oder 36 %)
- 6 große Kartoffeln (überwiegend festkochend)
- 3 hart gekochte Eier
- 2 TL Meerrettich
- 1 Knoblauchzehe
- frischer Majoran
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Gemüsebrühe langsam im Topf erhitzen. Gewürfelten Speck in der Pfanne anbraten. Wenn das Fett schmilzt, die gehackte Zwiebel dazugeben und bei mittlerer Hitze braten, bis der Speck und die Zwiebel schön gebräunt sind.

Den Inhalt der Pfanne, ganze Weißwürste und grob zerschnittenen Kartoffeln in die heiße Brühe geben. Den Sud bei schwacher Hitze etwa 30 bis 40 Minuten lang kochen, bis er ein ausgeprägtes Fleischaroma aufweist.

Die fertige Sauerteigbrühe hinzu geben. Zunächst etwa die Hälfte, damit die Suppe nicht zu sauer wird. Dann abschmecken und je nach Bedarf mehr Brühe hinzugeben bis der gewünschte Geschmack erreicht ist.

Eine leicht zerdrückte Knoblauchzehe, zwei kleine Teelöffel Meerrettich und großzügig frischen Majoran in den Topf geben. Den Polnischer Hausfrauentrick: Den Majoran vorher kräftig in den Händen reiben, damit besonders viele Aromen freigesetzt werden.

Die Suppe einige Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen und dann vom Herd nehmen. Nun etwas Schlagsahne hinzugeben.

Die gekochte Wurst vor dem Servieren aus dem Topf nehmen und in Scheiben schneiden und wieder hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

"Zakwas" - Sauerteigbrühe

Die Sauerteigbrühe lässt sich leicht selbst herstellen. "Zakwas" ist aber auch in gut sortierten polnischen und russischen Läden erhältlich.

Zutaten für circa 0,5 Liter Zakwas

- 5 Esslöffel Roggenmehl 2000
- 500-700 ml Wasser
- 4 Knoblauchzehen (halbiert)
- 3 Lorbeerblätter
- 5 Körner Piment

Zubereitung

Alle Zutaten in ein Rührgefäß geben und kräftig mischen. Das Gefäß mit einem Leinentuch

abdecken und beiseite stellen. Wahlweise ein Schraubglas mit Deckel verwenden und in den Decke ein Luftloch stechen. 5 bis 7 Tage an einem warmen Ort stehen lassen. Täglich kräftig umrühren oder schütteln.

Wenn sie die Gärung beschleunigen möchte, fügen sie ein Stück Sauerteigbrot oder einen Esslöffel Gurkensaft hinzu. Der "Zakwas" ist fertig, wenn er einen klaren sauren Duft verbreitet. Dann können Sie ihn direkt verarbeiten oder in einer Flasche mit verschlossenem Deckel im Kühlschrank aufbewahren.

Babka Ziemniaczana – reichhaltiger polnischer Kartoffelkuchen

Zutaten für 6 -8 Personen

- 3 kg Kartoffeln (überwiegend festkochend)
- 200 g geräucherten Speck
- 200 g Griebenschmalz
- 2 Eier
- Aufgeschlagene Schlagsahne oder Naturjogurt
- 3 EL Mehl
- Semmelbrösel
- frischer Schnittlauch
- Salz, Pfeffer, Zucker, süßer Paprika
- je nach Geschmack: Thymian, Petersilie, Majoran oder Oregano

Zubereitung

Alle Kartoffeln grob reiben. Zwei mittelgroße Eier in die Kartoffelmasse geben. Fügen Sie drei Esslöffel Weizenmehl und Gewürze hinzu: je einen Teelöffel Salz, Pfeffer, Zucker und Paprika. Die Masse gut mischen. Legen Sie das Schmalz in die Pfanne. Speck würfeln und zusammen mit dem Schmalz eine Weile in der Pfanne braten. Schnittlauch hacken und zusammen mit gebratenem Schmalz und Speck zur Kartoffelmasse geben.

Pfanneninhalt mit einem Löffel gleichmäßig unter die Kartoffelmasse mischen. Eine Backform mit einfetten und mit Semmelbröseln bedecken. Kartoffelmasse in der in der Form verteilen und die Oberfläche glatt streichen. Bei 200 Grad 50 bis 60 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben, bis die Oberseite goldbraun ist.

Heiß servieren, mit einem Klecks Schlagsahne oder Naturjoghurt und frischen gehackten Kräutern servieren.