

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 47 (1971-1972)
Heft: 5

Artikel: Wie Russland kocht : volkstümliche Delikatessen
Autor: Landmann, Salcia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1079991>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 16.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Volkstümliche Delikatessen

Von Salcia Landmann

Über Russlands Politik kann man geteilter Meinung sein — für Russlands Folklore, zu der ausser Lied und Tanz auch die Volksküche gehört, kann man sich nur begeistern. Eine herrliche Synthese aus asiatischen und europäischen Elementen! Einer der wenigen Fälle, in denen sich fremde Besatzung segensreich ausgewirkt hat! Von den mongolischen Invasoren lernten die Russen, Gemüse unter Beigabe von Salzwasser einzusäuern und gaben die Kunst an den Westen weiter. Merkwürdigerweise haben die kulinarisch hochbegabten Chinesen, die doch ebenfalls mongolische Invasion miterlebt haben, diese Methode nicht übernommen. Han Suyin, halbchinesische Ärztin (Vater aus China, Mutter aus den Niederlanden), die aber ganz in der chinesischen Tradition aufgewachsen ist, erzählt in einem ihrer autobiographischen Romane, wie sie als Gast in einer russischen Familie andauernd erbrechen musste, weil ihr dieser leichte Säuregeschmack, den Osteuropäer so anregend finden, Übelkeit verursachte. Aus Sauergemüse bereitet man in Russland so herrliche Suppen wie etwa Schtschi (mit Kohl) und Borschtsch (mit Randen). Man fügt sogar zur Steigerung der Säurekomponente noch Sauerrahm hinzu, der die Speisen ganz anders aromatisiert als der süsse oder gar pasteurisierte Rahm, und den man bei uns leider nur in sehr wenigen Molkereien bekommt! — Von den schwedischen Invasoren erbten die Russen die üppigen süssen Mehlspeisen, die man noch heute im ganzen Baltikum unverändert bekommt. Abenteuerliche, wenn auch sehr wohlschmeckende Kombinationen! Da gibt es zum Beispiel eine sehr butterhaltige, auf der Zunge buchstäblich zerschmelzende Sandtorte, die man entweder zum Frühstück isst — und

dann bestreicht man sie noch mit einer dicken Schicht Butter! Oder man serviert sie als Nachspeise — mit einer hohen Haube Schlagrahm darauf! Für unsere kalorienverschreckten Gemüter klingt das einschüchternd. Doch darf man zweierlei nicht vergessen. Erstens stammen die Rezepte aus einer Zeit, da man Rahm und Butter noch unpasteurisiert erhielt, und zwar oft genug direkt vom Bauern, der die Butterballen, bedeckt mit Tautropfen und eingewickelt in grosse Blätter des Sauerampfers, von Haus zu Haus anbot. Milchprodukte in solcher unmanipulierter Form, von Kühen, die noch kein Silofutter kennen, schmecken ganz anders als das, was wir aus unseren Molkereien beziehen. Und zweitens bestand die Bevölkerung der wenig industrialisierten baltischen Staaten vorwiegend aus Gutsherren und Bauern. Beide haben genügend körperliche Bewegung, um ein beliebiges Quantum Kalorien zu verkraften. Und die wenigen Städter des Landes? Die setzten dann eben ein gemütliches Embonpoint an!

Von den Ostasiaten übernahmen die Russen die Kunst, Teigtaschen billig und delikat zu füllen, sei es mit Quark, mit Kohl, mit Pilzen, mit gehackten harten Eiern, Fischen, Gemüse, Fleischresten oder Früchten, um sie dann entweder im Öl zu braten, im Ofen zu backen oder im Salzwasser zu kochen und mit Rahm übergossen zu servieren. Und zwar mit saurem! Denn auch das Säuern der Milch gehört zur russischen Kochkunst. Ja — und auch das des Brotteigs. Wer einmal schweres gesäuertes russisches Roggenbrot gegessen hat, mag nie mehr ein anderes! Und er versteht dann auch, warum nicht nur der arme Bauer, sondern auch der reiche Gutsherr zum Schnaps statt luxuriöser Salzman-

deln oder Blätterteigstengelchen gern eine Kruste solchen Brotes ass! — Zu dieser bäuerlichen Küche aus dem nördlichen Russland mit wenig Fleisch und vielerlei Gemüse kommt dann die Hirtenküche des Kaukasus mit ihrem vorderasiatischen Einschlag, den wir aus Ferienreisen auch schon vom Balkan her kennen: am Spiess geröstetes Fleisch mit unzähligen frischen Gewürzen herrlich aromatisiert, dazu zarte flache, auf Steinen gebackene Brotfladen...

Georges Papashvili, emigrierter Kaukasier, legt uns mit seiner amerikanischen Frau Helen zusammen die russische Speisekarte vor, und zwar in ihrem Buch «Die Küche in Russland». Es ist reich durchstreut mit Bildern und Schilderungen der russischen Küchen-Fest-Folklore, die offenbar Kriege, Hungersnöte, Revolution und sogar den offiziellen Atheismus restlos überstanden hat. Nicht einmal die phantastischen Luxusgerichte, die ursprünglich der französischen Küche entstammen und über die russischen Adelshäuser zum Teil in den Küchenzettel des russischen Volkes eingedrungen sind, fehlen im sowjetischen Repertoire, das der Kaukasier auf Reisen durch seine alte Heimat durchprobieren konnte. — Am besten beherrscht er natürlich die Küche seiner eigentlichen südlichen Bergheimat, die ja auch erst spät und nach schweren Kämpfen zum russischen Reich kam. Im Grunde ist das restliche Russland für ihn — auch kulinarisch — Ausland. Daher unterlaufen ihm gerade bei ukrainischen Gerichten mitunter Fehler, Bastardformen wie etwa die Einmischung von Tomaten in den winterlichen Borschtsch aus eingesäuerten Randen. Woher in aller Welt hätte der Bauer die nehmen sollen? Und da Papashvili in Amerika lebt, wo alle Pilze ausser

den gezüchteten Champignons als potentielles tödliches Gift miss-
trauisch weggeworfen werden,
setzt er überall nur Zuchtpilze ein.
Und das im waldreichen Russland,
wo im Herbst der Waldboden
buchstäblich ein Pilzteppich ist!
Natürlich werden Essigpilze nicht
aus Champignons, sondern aus den
festen, starren Reizkern zuberei-
tet; und zu Mischgerichten wie
«Kascha (Buchweizenkörner) mit
Pilzen» nimmt man, so man hat,
den herrlich duftenden Steinpilz!
Champignons kommen nur im Nöt-
fall in Frage.

Nachfolgend ein paar Kostproben
aus dem Buch:

Baklaschannaja Ikra (Kaukasus)

auch Kaviar des armen Mannes ge-
nannt. Die delikate Vorspeise kann
aber auch dem reichen Mann
durchaus empfohlen werden!

Für etwa $\frac{3}{4}$ Liter: 1 kg Aubergines,
150 g feingehackte Zwiebel,
3 Esslöffel Olivenöl, 75 g feingehackte
grüne Paprikaschote (Peperone),
1 Teelöffel feingehackter Knoblauch,
300 g Tomaten (geschält, entkernt und
feingehackt), $\frac{1}{2}$ Teelöffel Zucker,
2 Teelöffel Salz, frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer, 2—3 Esslöffel
Zitronensaft. Dazu: dunkles Roggenbrot,
Pumpernickel oder Sesam-Knäckebrot.
Backofen auf 225 Grad vorheizen,
die Aubergines auf einem Rost in
der Mitte des Ofens 30 bis 40 Minuten
backen, dabei ein- bis zweimal
umdrehen, bis sie weich sind
und die Haut verkohlt aussieht und
Blasen wirft.

Inzwischen die Zwiebeln auf Mit-
telhitze in 4 Esslöffel Öl 6 bis 8
Minuten gelegentlich rühren, bis
sie weich, aber nicht braun sind.
Paprikaschote und Knoblauch hin-
zugeben und unter gelegentlichem
Rühren weitere 5 Minuten braten.
Den Inhalt der Pfanne mit einem

Spachtel in eine Schüssel schaben.
Mit einem kleinen scharfen Messer
die Haut von den gebackenen
Aubergines abziehen und das
Fruchtfleisch so fein hacken, dass
es fast die Konsistenz eines Pürees
hat. Auch in die Schüssel geben,
Tomaten, Zucker, Salz und einige
Prisen schwarzen Pfeffer dazurüh-
ren. Sehr gründlich vermengen.
Die restlichen 2 Esslöffel Öl in der
Pfanne über mittlerer Temperatur
erhitzen und die Auberginemis-
chung hineingeben. Unter ständi-
gem Rühren zum Kochen bringen,
und dann auf schwache Tempera-
tur herunterschalten, die Pfanne
zudecken und 1 Stunde schwach
köcheln lassen. Den Deckel ab-
nehmen und noch $\frac{1}{2}$ Stunde unter
gelegentlichem Rühren schwach
kochen lassen, bis alle Flüssigkeit
aus der Pfanne verdampft und die
Mischung so dick ist, dass sie ihre
Form in einem Löffel behält. Zwei
Esslöffel Zitronensaft hineinrühren
und beim Abschmecken nach Be-
lieben noch mehr Salz, Pfeffer und
Zitronensaft dazugeben. Den
«Kaviar» in eine Schüssel geben,
zudecken, bis zum Servieren kalt-
stellen. Auf Brotscheiben servie-
ren. — Nebenbei: Im Balkan ser-
viert man eine ähnliche Speise zu
weissem Brot, streicht sie aber
nicht darauf, sondern reicht sie
einfach in einem Glastellerchen
dazu.

Grüne Bohnen sind bei uns immer
noch eine Beispeise zu Fleisch
oder Speck. Im Kaukasus kennt
man sie auch als sehr gutes Zwi-
schengericht, eventuell auch als
Hauptgang, zum Beispiel bei einem
sommerlichen Nachtessen:

Karabach Loby (Kaukasus) Grüne Bohnen mit Sauerrahm und Tomaten

Für 4 bis 6 Personen: 500 g frische
grüne Bohnen, geputzt, 60 g But-
ter, 250 g Zwiebeln, in dünne

Scheiben geschnitten, 375 g Toma-
ten, geschält, entkernt und grob
gehackt, 1 Esslöffel feingehackte
frische Basilikumblätter, 1 Ei, $\frac{1}{4}$
Liter Sauerrahm, 1 Teelöffel Salz,
frischgemahlener schwarzer Pfeffer.

In einem 4 bis 5 Liter fassenden
Topf 3 Liter leicht gesalzenes
Wasser auf grosser Hitze zum Ko-
chen bringen. Eine Handvoll grüne
Bohnen nach der andern hineinge-
ben und jeweils wieder zum
Kochen bringen. Die Hitze verrin-
gern und unbedeckt 8 bis 10 Minu-
ten kochen, bis die Bohnen weich
sind, aber beim Beissen noch einen
leichten Widerstand bieten. Im
Gemüsesieb abtropfen lassen, mit
fliessendem kaltem Wasser abspü-
len und beiseite stellen. Die Butter
in einer schweren Pfanne von 25
bis 30 cm Durchmesser oder in
einer 2 Liter fassenden Kasserolle
auf grosser Hitze zerlassen,
Zwiebeln und Paprikaschoten hin-
eingeben. Die Temperatur verrin-
gern und bei gelegentlichem Rüh-
ren 5 bis 8 Minuten anbraten, bis
sie weich, aber nicht braun sind.
Tomaten und Basilikum dazu-
rühren und 1 bis 2 Minuten auf
dem Herd lassen, bis sie heiss
sind. Ei, Sauerrahm, Salz und
einige Prisen schwarzen Pfeffer in
einer Schüssel verschlagen. Ab-
schmecken und unter das Gemüse
rühren. In eine Schüssel füllen und
sofort servieren.

Zur Abwechslung etwas Innerasia-
tisches, ein Gebäck, von dem ich
nicht weiss, ob es in Sibirien für
sich allein oder mit irgend einer
heissen Speise zusammen gegessen
wird. Es schmeckt aber ganz aus-
gezeichnet zu einem Glas leichten
Weines oder zu Süssmost:

Non (Zentralasien) Flache Zwiebelbrote

100 g Butter, 225 g feingehackte
Zwiebeln, $\frac{1}{4}$ Liter handwarmes

Wasser, 1 Teelöffel Salz, 400 bis 500 g Mehl.

In einer schweren Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser 15 g Butter über grosser Hitze zerlassen. Die Zwiebeln hineingeben, auf schwache Hitze schalten und unter gelegentlichem Rühren 3 bis 5 Minuten anbraten, bis die Zwiebeln weich, aber nicht braun sind. In eine grosse Schüssel umfüllen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Die restliche Butter in der Pfanne zerlassen und in die Schüssel giessen. Das lauwarme Wasser dazugiessen, das Salz hineingeben, das (durchgeseibte!) Mehl portionenweise beifügen. Erst rühren, dann kneten. Die letzten 100 g Mehl nur beigeben, wenn der Teig sonst noch klebrig ist. Den Teig zu einem kompakten Ball formen und in 16 Stücke zerteilen. Jedes Stück zwischen den Handflächen zu einem Bällchen rollen, das etwa 5 cm Durchmesser haben soll. Die Bällchen mit leicht bemehltem Nudelholz zu runden Fladen von etwa 20 cm Durchmesser ausrollen. Alle Teigfladen beiseite legen.

Eine schwere Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser ohne Fett auf grosse Hitze setzen. Wenn sie so heiss ist, dass ein hineingespritzter Wassertropfen sofort verzischt, einen Teigfladen hineinlegen. Auf jeder Seite 3 bis 4 Minuten bräunen lassen und mit den Fingern oder einem breiten Spachtel wenden. Es ist absolut normal, dass das Brot nicht gleichmässig braun wird. Das Brot zum Trocknen auf ein Gitter legen und mit den übrigen Teigfladen der Reihe nach genau so verfahren. Die Brote in einem durchlässigen Korb servieren. Sie sollen knusprig sein und bleiben. Werden sie nach einem Tag weich, legt man sie nebeneinander auf ein Backblech und backt sie im vorgeheizten Ofen 5 bis 10 Minuten nach.

Man kennt bei uns viel zu wenig die Sitte, zu etwas süsslichem Fleisch (also etwa Schwein oder Ente) eine gesüsste Beilage zu reichen. Hier ein Beispiel:

Tschrow Plaw (Kaukasus)
Reis mit getrockneten Früchten
und Mandeln

Für 4 Personen: 2 Esslöffel Korinthen, 4 grosse Trockenpflaumen, entkernt und der Länge nach in schmale Streifen geschnitten, 60 g Butter, 4 getrocknete Aprikosen, in schmale Streifen geschnitten, 4 Esslöffel feingehackte geschälte Mandeln, 1 Esslöffel Honig, 200 g Langkornreis.

Korinthen und Backpflaumen mindestens $\frac{1}{4}$ Stunde in warmem Wasser einweichen, gut abtropfen. Die Butter in einer Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser oder in einer Kasserolle über grosser Hitze schmelzen und Aprikosen, Korinthen, Backpflaumen und Mandeln hineingeben. Auf niedrige Temperatur schalten und 3 bis 5 Minuten gelegentlich rühren, bis die Mandeln leicht gebräunt sind. Honig und Reis hineinrühren, mit $\frac{1}{2}$ Liter Wasser bedecken und auf grosser Hitze aufkochen. Auf niedrige Temperatur schalten und 25 Minuten mehr ziehen als kochen lassen, bis die gesamte Flüssigkeit aufgesogen ist. Heiss entweder als Hauptgericht oder zu Schweinefleisch, zu Schinken oder Ente reichen.

Die Küche des Kaukasus ist weit stärker vorderasiatisch als russisch geprägt. Im nahen Osten lieben bekanntlich auch die Männer leidenschaftlich Süsses. In etwas verblüffender Weise wurde man hieran erinnert, als palästinensische Terroristen in einem israelischen Gefängnis, durch ausländische Journalisten befragt, erklärten, sie hätten nur über eines zu

klagen: Zu wenig Süssigkeiten bei den Menus, und die Israelis wüssten doch, wie gern Palästinenser dergleichen ässen!

Eine dieser betäubend süssen, aber dennoch köstlichen Süssigkeiten können wir uns leicht selber bereiten:

Gosinach (Kaukasus)
Konfekt aus Walnüssen und
Honig

Für 10 bis 12 Personen: 500 g feingehackte (nicht gemahlene!) Walnüsse, notfalls ebensoviele geschälte und gehackte Mandeln, 450 g Honig, 7 Esslöffel Zucker.

Den Backofen auf 175 Grad vorheizen, die gehackten Nüsse oder Mandeln auf einem Backblech ausbreiten, 8 bis 10 Minuten im Ofen rösten und währenddessen von Zeit zu Zeit mit Löffel oder Spachtel wenden. Achtgeben, dass sie nicht zu dunkel werden!

Honig und Zucker in einen schweren, 2 Liter fassenden Topf geben und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Wenn das Zuckermeter 105 Grad anzeigt, die Hitze verringern und die Nüsse hineinrühren. Unter häufigem Rühren 15 Minuten kochen lassen. Eine Springform von etwa 20 cm Durchmesser innen mit kaltem Wasser befeuchten und die Nussmischung hineingiessen. Die Oberfläche glattstreichen und die Form unbedeckt zum Auskühlen beiseite stellen. Wenn die Mischung fest ist, vorsichtig den Rand der Form abnehmen und das Konfekt mit einem scharfen, immer wieder in heisses Wasser getauchten Messer in rhombenförmige Stückchen schneiden. Gosinach bleibt etwa 8 Tage lang fest, wird hernach sehr klebrig. Am besten wird er ganz frisch aufgegessen.

Rezepte aus: Helen und George Papashvily: Die Küche in Russland. Time-Life International, Amsterdam.