

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>

Wie Russland kocht

Küchenpiegel

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 Besatzungsgenossen 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 Schlagsahne 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 Emboypoint 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, Gemüsen, 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 Gemüsen 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 misstrauisch 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 zubereitet; und zu Mischgerichten wie «Kascha (Buchweizenkörner) mit Pilzen» nimmt man, so man hat, den herrlich duftenden Steinpilz! Champignons kommen nur im Notfall in Frage.

Nachfolgend ein paar Kostproben aus dem Buch:

Baklaschannaja Ikra (Kaukasus)

auch Kaviar des armen Mannes genannt. 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 Mittelhitze in 4 Esslöffel Öl 6 bis 8 Minuten gelegentlich rühren, bis sie weich, aber nicht braun sind. Paprikaschote und Knoblauch hinzugeben 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 dazurühren. Sehr gründlich vermengen. Die restlichen 2 Esslöffel Öl in der Pfanne über mittlerer Temperatur erhitzen und die Auberginemischung hineingeben. Unter ständigem Rühren zum Kochen bringen, und dann auf schwache Temperatur herunterschalten, die Pfanne zudecken und 1 Stunde schwach köcheln lassen. Den Deckel abnehmen 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 Belieben noch mehr Salz, Pfeffer und Zitronensaft dazugeben. Den «Kaviar» in eine Schüssel geben, zudecken, bis zum Servieren kaltstellen. Auf Brotscheiben servieren. — Nebenbei: Im Balkan serviert 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 Zwischengericht, 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 Butter, 250 g Zwiebeln, in dünne

Scheiben geschnitten, 375 g Tomaten, 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 Kochen bringen. Eine Handvoll grüne Bohnen nach der andern hineingeben und jeweils wieder zum Kochen bringen. Die Hitze verringern und unbedeckt 8 bis 10 Minuten kochen, bis die Bohnen weich sind, aber beim Beissen noch einen leichten Widerstand bieten. Im Gemüsesieb abtropfen lassen, mit fliessendem kaltem Wasser abspülen 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 hineingeben. Die Temperatur verringern und bei gelegentlichem Rühren 5 bis 8 Minuten anbraten, bis sie weich, aber nicht braun sind. Tomaten und Basilikum dazurühren 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. Abschmecken und unter das Gemüse rühren. In eine Schüssel füllen und sofort servieren.

Zur Abwechslung etwas Innerasiatisches, 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 ausgezeichnet 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 (durchgesiebte!) 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 gemahlen!) 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.