



Essen und Trinken wie in alter Zeit

Herausgegeben von der
Arbeitsgemeinschaft der regionalen ländlichen Freilichtmuseen
in Baden-Württemberg

64 Farbfotos



613.22(09)

Inhaltsverzeichnis



Rund um Küche und Kochen 5

Vom offenen Feuer zur blitzenden Einbauküche 6

- Architektur rund ums Feuer 6
- Gemauert' Herd ist Goldes wert 6
- Gefangenes Feuer 11

Von rauchenden Herden und reifenden Schinken 13

- Die Bäuerin hustet 13
- Karge Küche und karge Kost 14
- Von der „Kunst“, die Suppe warm zu halten 17

Von Sparherden und Kochmaschinen 18

- Ein Sparherd und neue kulinarische Genüsse 18
- Mit der „Kochmaschine“ ins Industriezeitalter 20
- Kochen auf einem „KOWA-Herd“ 21
- Neue Pfannen braucht der Herd 21

Von Bäuerinnen im Backstress 22

- Strahlungshitze aus dem Holzbackofen 23
- Blooz als krönender Abschluss 23
- Die Kunst des Ofensetzens, oder: Eine Lehre zum Leeren 24
- Vom Eigenbackhaus zum Gemeindebackhaus 25
- Phantastischer Geschmack für harte Arbeit 27

Von der Quelle in die Küche 29

- Wenn alle Brunnlein fließen ... 29
- Brunnentratsch 29
- Große und kleine Wasserversorgungsnetze 30
- Der Wind hilft beim Pumpen 30
- Kein Trinkwasser! 31
- Ums Wasser scharft sich alles 32
- Die Spülmaschine ergänzt die Spüle 33

Vom tiefen Keller zum Tiefkühler 34

- Sauerkraut, Mietenrüben und Hutzelobst 34
- Keller unten und oben 34
- Winterkälte für den Sommer gebunkert 35
- Wirtschaftswunder Gefriertruhe: Eiscreme für jedermann 36

Vom Elektroherd, der die ländliche Küche erobert 38

- Das Bügeleisen ebnet dem Strom den Weg 38
- Auf dem Land bleibt's lange dunkel 38
- Der Elektroherd erobert die ländliche Küche 39
- Schussenrieds erster Elektroherd 42
- Der Hof Laternser steht „unter Strom“ 42



Rezepte und mehr ... 44

Topinambur – flüssig und fest ein Genuss 45

- Knollige Sonnenblume 45
- Fürstenspeise und Armeleuteessen 46
- Tolle Knolle – feine Leckereien 46

Kartoffeln – Teufelszeug in aller Munde 51

- In allen Variationen – leckere Rezeptideen 52

Getreide – und was daraus wird 57

- Dinkel – gutes Fleisch und rechtes Blut 57
- Grünkern – veredelter Dinkel 59
- Altes Korn neu entdeckt – Rezepte mit Dinkel und Grünkern 60
- Spätzle – Leibgericht der Schwaben 65
- Geschabt oder gehobelt? Spätzle für jeden Geschmack 67
- Mehlspelsen – aus der Not wird eine Tugend 69
- Maultaschen sind Kult 76

- Leibspeisen für Millionen 77
- Alle Tage Habermus 80
- Das Mus hat ausgedient ... 83

Mit Sauerkraut gesund durch den Winter 86

- Spezialitäten? 87
- Hauptsache es schmeckt! 90

Leisagerst und Leisahaber – Linsen brauchen Stützen 93

- Die Alblinse kommt wieder – feine Rezepte 94

Markanter Markstammkohl für Tier und Mensch 97

- Zubereiten je nach „Kohldampf“ 98
- Kohl ist nicht gleich Kohl 98



Was den Durst löscht 101
 Nah am Wasser gebaut 101
 Das lebensnotwendige Fässchen Most 102
 Wein und Bier, das rat ich Dir 104
 Von der Morgensuppe zum Morgenkaffee 105
 Kaffee-Ersatz: Muckefuck und falscher
 Mokka 105
 Teatime gab's keine 107
 Milch: zu kostbar zum Trinken 107

Streuobst 109
 Äpfel für die „Barbaren“ 109
 Obst für die Kaiserpfalz 109
 Äpfel und Birnen für die Dorfgemein-
 schaft 110
 Obst im Unterricht 111
 Dem Fortschritt im Weg 111
 Eine Lobby für den Apfelbaum 112
 Most – ein wunderbarer Durstlöscher 113
 Streuobstwiesen im Museumsdorf
 Kürnbach 115
 Most – einmal anders 116

**Der süße Schatz aus der Speise-
 kammer** 118
 Kuchen – ein seltener Genuss 118

Frau Holle und der Holunder 120
 Bräuche rund um den Holunderstrauch 121
 Leckereien mit Holunder 121

Ein königliches Schwein 124
 Mohrenköpfe – fruchtbar und genügsam 124
 Es muss nicht immer Filet sein ... 127

Zeit für die schwarze Schwarte 130
 Damals wie heute 130

**Die Schnecken der Königin von
 Saba** 135

Schnecken im Garten 135
 Schneckenmast mit Löwenzahn 135
 Die „Schwäbischen Austern“ werden
 exportiert 135
 Eine Lobby für die Schnecke 136

Mit allem drum und dran 140
 Kutteln für die Narren 140

Käseküchen und Käsegeheimnisse 142
 Käseland Allgäu 142

**Bauernhochzeit: Essen von früh bis
 spät** 145
 Schwäbische Hochzeitssuppe – alles muss
 rein 145

Blooz – Pizza aus Hohenlohe 148

**Springerle – Lieblingskeks der
 Volkskundler** 150

Schwarzwälder Süßspeisen 152
 Schwarzwälder Kirsch – Königin der Torten 152
 Allerlei Festtagsgebäck 154

Anhang 155
 Literaturverzeichnis 155
 Adressen: Die Sieben im Süden 156
 Veranstaltungstipps 156
 Bezugsquellen, Internetlinks 157
 Rezeptverzeichnis 159
 Stichwortverzeichnis 160