

SALCIA LANDMANN

Die echte polnische Küche

mit

Illustrationen von

Riccarda Gregor-Griehaber

STEINGRÜBEN VERLAG STUTTGART

Polenküche — echt und unecht	7-14
Grundsubstanz für Barschtsch Ukrainski aus gesäuerten roten Rüben — Roggenbrot aus Sauerteig — Rohe Sauermilch, Sauerrahm und Rohquark	
DieSakuska	14-23
Salzheringe mit Sauerrahm, Pilzen und Dillgucken — Heringspaste mit Roggenbrot — Polnischer Heringssalat — Roggenbrot mit Rohquark und Sardinen — Rettichsalat mit Sauerrahm — Salat aus frischen Gurken und Tomaten — Roher Sauerkrautsalat mit Äpfeln oder Karotten — Boher Kdilsalat mit Dillgurken — Beefsteak Tatare auf polnisch — Polnischer Kartoffelsalat mit Mischgemüse — Essigpilze zum Schnaps — Natürlich gesäuerte Pilze — Dillgurken, auf »echte Art« gesäuert	
Auch zum Frühstück ißt man Suppe	24-34
Barschtsch Ukrainski aus gesäuerten roten Rüben — Barschtsch Ukrainski aus frischen roten Rüben — Echter Kapusniak (Sauerkrautsuppe) — Barschtsch aus Sauerampfer — Zurek — Saure Balkansuppe, polnisch variiert — Krupnik mit Pilzen — Die grundlegende Gemüsebrühe — Polnische Blumenkohlsuppe — Polnische Knrtoffelsuppe mit Pilzen — Chlodnik litewski (Litauische kalte Suppe) — Milchsuppe »Garnichts«	
Der Hauptgang	34-45
Beuf Stroganoff — Kalbsragout mit Dörripflaumen — Kotelett Pojarski — Rinderbrust mit Gemüse, Sauerrahm und Dillgiün — Polnische Srasy aus Rindfleisch, mit Kascha gefüllt — Srasy Nelson mit Rindslende und Pilzen — Polnische Klopse mit harten Eiern — Rindszunge, polnisch bereitet — Kalbs-Potrawka aus Südcpolen mit Eiersauce — Schweinskarbonaden mit Birnen — Schlesisches Himmelreich — Geschmortes Huhn mit Gemüse — Huhn mit Dillsauce — Junge Gans oder Ente mit Sauerkirschen — Hühnerkoteletts als »Saurer Fisch« — Kohlpierogen — Fleischpierogen	
Polnische Fischgerichte	49-55
Grundlegende Fischbrühe — Polnischer Hecht — Fischkugeln in Dillsauce — Polnischer Bierkarüfen — Nelson-Fisch — Hehc-Gulyas, ungarisch beeinflußt — Polniach-jüdischer Fisch, gefüllt und ungefüllt — Kulebiak, die große Fischpastete mit Brotteig, und gebackene Fischpierogen — Gekocht? Fischpierogen	

Polnische Saucen	56–59
Kalte Senfsauce mit Sauerrahm — Kalte Tatarensauce — Kalte Krensauc mit roten Rüben — Heiße Krensauc zum gekochten Fisch — Heiße Zwiebelsauce — Heiße Sauce mit Dill oder grünen Zwiebeln — Heiße Dillgurkensauce — Heiße Sauce mit Steinpilzen — Altpolnische Sauce	
Gemüse, polnisch gekocht	59-64
Blumenkohl polnisch — Rote Rüben mit Äpfeln — Kohl mit Äpfeln, Sauerrahm und Dillgrün — Kohl mit Schinken — Sauerkraut mit Pilzen — Pilze, polnisch geschmort	
Kascha und Mamaliga	64-67
Kasdia — Kascha mit Zwiebeln und Pilzen — Mamaliga (Maisbrei)	
Süße Haupt- und Nachspeisen	67-84
Mazurek mit Mandeln und Sultaninen — Mazurek mit Mohn — Schichcenmazurek — Die österliche Luxus-Baba — Die österliche Reisbaba — Polnische Bliny — Polnische Blinsen als »Kuverts« — Weihnachtsrolle mit Mohn und Honig — Thorner Lebkuchen, das urpolnische Rezept — Warschauer Fruchteknchen — Hefegebäck mit Rohquark — Gebackene Pierogen aus Quarkteig — Gekochte Pierogen mit süßer Quarkfüllung — Polnischer Stollen aus Quarkteig — Polnische Quarktorte — Polnische Quarktorte als Eiweiß-Verwertung — Passcha — Kutia, die Weihnachtsspeise Ostgaliziens — Rohe Fruchtsuppe mit Sauermilch — Polnische Heidelbeer- oder Apfelsuppe — Fruchtconfitüre aus Südostpolen	
Polnische Getränke	85-87
Heißes Eierbier — Honigpunsch — Wodka mit Aromastoffen — Met — Kwaß	