Das Hausbuch von früher

Rezepte, Kniffe und Vorrat aus Hanne's vergessener Küche

63 Rezepte · mit Mengen in Gramm und alten Maßen

Hinweis: Hanne ist eine KI-Figur, ihre Lebensgeschichte ist erfunden. Die Rezepte sind echte Rezepte von früher. Alle Mengen für 4 Personen, wenn nicht anders angegeben.

Liebe Leserin, lieber Leser,

bei uns auf dem Hof saßen jeden Abend neun Leute am Tisch. Sieben Kinder, Vater und Mutter. Geld war wenig da, aber satt geworden sind wir immer. Meine Mutter hat dafür kein Kochbuch gebraucht. Sie hatte ein dickes Heft in der Schublade vom Küchenbuffet, mit Bleistift geschrieben, voller Fettflecken. Da stand drin, was man aus einem Pfund Linsen macht, wie lange der Sauerbraten in die Beize muss und was man mit dem alten Brot vom Vortag anfängt.

Dieses Buch ist so ein Heft. Ich habe aufgeschrieben, was früher in fast jeder Küche gekocht wurde, und zwar so, dass Sie es heute nachkochen können: mit Mengen in Gramm und Milliliter, und daneben die alten Maße, mit denen Ihre Mutter oder Großmutter vielleicht noch gerechnet hat.

Bei jedem Rezept finden Sie zwei kleine Kästen. **„So hat man es früher gemacht“** erzählt, wie das Gericht damals auf den Tisch kam. **„Reste am nächsten Tag“** zeigt, was man aus dem macht, was übrig bleibt. Denn weggeworfen wurde bei uns nichts.

Viele Gerichte heißen in jeder Gegend ein bisschen anders und werden ein bisschen anders gekocht. Wenn es bei Ihnen zu Hause anders war, dann ist das nicht falsch. Schreiben Sie es auf die leeren Seiten am Ende. Dafür sind sie da.

Ihre Hanne

1. Maße von früher

In alten Rezepten steht selten „Gramm“. Dort heißt es „eine Tasse Mehl“, „ein gehäufter Löffel Zucker“ oder „ein Pfund Fleisch“. Die Tabelle zeigt, was damit ungefähr gemeint ist. Die Werte schwanken, weil Tassen und Löffel nie genormt waren.

Altes Maß	Entspricht ungefähr
1 Pfund	500 g
½ Pfund	250 g
1 Lot	15–17 g (regional verschieden)
1 Tasse (Kaffee- oder Obertasse)	125–150 ml
1 Tasse Mehl	80–90 g
1 Tasse Zucker	120–130 g
1 Tasse Reis	120–130 g
1 Esslöffel Flüssigkeit	15 ml
1 Esslöffel Mehl, gestrichen / gehäuft	10 g / 15–20 g
1 Esslöffel Zucker, gestrichen	15 g
1 Esslöffel Butter	15 g
1 Teelöffel Flüssigkeit	5 ml
1 Teelöffel Salz oder Zucker, gestrichen	5 g
1 Messerspitze	0,5–1 g
1 Prise	so viel, wie zwischen Daumen und Zeigefinger passt, unter 0,5 g
1 Schoppen	regional ¼ bis ½ Liter
1 Würfel frische Hefe	42 g
1 Päckchen Trockenhefe	7 g (ersetzt ½ Würfel frische Hefe)

Altes Maß	Entspricht ungefähr
1 Päckchen Backpulver	15 g (reicht für 500 g Mehl)
1 Päckchen Vanillezucker	8 g
1 Ei (Größe M)	ca. 55–60 g ohne Schale

Erbsensuppe mit Speck

Zutaten

- 250 g getrocknete grüne oder gelbe Schälerbsen
- 150 g durchwachsener Speck am Stück
- 1 Bund Suppengrün
- 1 Zwiebel
- 2 Kartoffeln (ca. 250 g)
- 1,5 l Wasser
- 1 TL getrockneter Majoran, Salz, Pfeffer

Zubereitung

1. Schälerbsen abspülen. Ungeschälte Erbsen 12 Stunden einweichen, geschälte brauchen das nicht.
2. Erbsen mit Wasser und dem Speckstück aufkochen, Schaum abschöpfen.
3. Zugedeckt 45 Minuten köcheln. Dann gewürfelte Zwiebel, Suppengrün und Kartoffeln dazugeben und weitere 30 Minuten kochen, bis alles zerfällt.
4. Speck herausnehmen, würfeln und zurückgeben. Mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken.

So hat man es früher gemacht: Wer hatte, legte eine Mettwurst oder ein Stück Kasseler mit in den Topf.

Reste am nächsten Tag: Die Suppe dickt stark nach. Mit Wasser verdünnen und gut umrühren, sonst brennt sie an.

Bratkartoffeln wie früher

Zutaten

- 1 kg festkochende Kartoffeln, am Vortag als Pellkartoffeln gekocht
- 1 große Zwiebel
- 100 g durchwachsener Speck (nach Wunsch)
- 3 EL Schmalz oder Butterschmalz
- Salz, Pfeffer, nach Wunsch Kümmel oder Majoran

Zubereitung

1. Kartoffeln pellen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Kalte Kartoffeln vom Vortag zerfallen nicht.
2. Schmalz in einer großen Eisen- oder Gusspfanne richtig heiß werden lassen. Kartoffeln in einer Schicht hineinlegen.
3. Die ersten 8–10 Minuten **nicht wenden**, damit sich eine Kruste bildet. Dann wenden und von der anderen Seite bräunen.
4. Speck und Zwiebeln würfeln. Den Speck nach dem Wenden dazugeben, die Zwiebeln erst in den letzten 5 Minuten, sonst verbrennen sie.
5. Erst zum Schluss salzen und pfeffern.

So hat man es früher gemacht: Die schwarze Eisenpfanne wurde nie mit Spülmittel gewaschen, nur ausgewischt. Dann hängt nichts an.

Reste am nächsten Tag: Mit Eiern zum Bauernfrühstück (Kapitel 6).

Bienenstich

Zutaten Teig (1 Blech)

- Hefeteig wie beim Streuselkuchen

Zutaten Belag

- 150 g Butter
- 150 g Zucker
- 2 EL Honig
- 100 ml Sahne
- 200 g gehobelte Mandeln

Zutaten Füllung

- 1 Päckchen Vanillepuddingpulver (oder Pudding vom Herd, Kapitel 10)
- 500 ml Milch, 50 g Zucker
- 250 g weiche Butter oder 400 ml geschlagene Sahne

Zubereitung

1. Hefeteig herstellen, gehen lassen und auf einem gefetteten Blech ausrollen.
2. Für den Belag Butter, Zucker, Honig und Sahne aufkochen, 3 Minuten köcheln, Mandeln unterrühren. Etwas abkühlen lassen und auf dem Teig verteilen. 15 Minuten gehen lassen.
3. Bei 180 °C Ober-/Unterhitze 20–25 Minuten goldbraun backen und auskühlen lassen.
4. Pudding nach Anleitung mit Milch und Zucker kochen und abkühlen lassen, dabei öfter rühren. Die weiche Butter schaumig schlagen und den Pudding löffelweise unterrühren (beides muss Zimmertemperatur haben). Oder die geschlagene Sahne unterheben.
5. Kuchen in Stücke schneiden, waagerecht halbieren, mit Creme füllen und den Mandeldeckel aufsetzen. Kühl stellen.

So hat man es früher gemacht: Der Mandeldeckel lässt sich leichter füllen, wenn man ihn schon vor dem Füllen in Stücke schneidet.

Reste am nächsten Tag: Immer im Kühlschrank aufbewahren.