

# Papaya-Orangen-Limonaad

Wat hebbt wi al weer för heet Dagen achter uns!? För all, de wat to'n ofkühlen bruken köönt, köönt hier een Rezept, dat verfriskt un ok noch sund is.



Allns wat ju doför bruukt is:

1 Papaya

1 Limette

250 ml Sapp vun de Orange

2 Bladen vun de Minze

300 ml Prickelwater (of Zitronenlimonaad)



Toerst mööt ju de Papaya middeln, de Keerns wegmaken un de Schaal ofsnieden. Naast dat Früchtfleesk dobbeln.



Den Sapp vun de Limette utpressen.



Nu den Sapp vun de Limette mit de Papaya-Dobbels vermengeleeren un püreeren. Naast mit den Orangensapp upfüllen un twee Minzbladen daarandoon. 30 Minüten kolt setten.



To'n Enn mit Prickelwater upfüllen un villicht Iesdobbeln daarandoon. Mit Minzbladen garneeren.  
Proost!

Düssen Bidrag is schreven in ostfreesk Platt.

---

## Braatappel-Punsch

### Bigaven:

2 Schieven  
Bio-Zitroon

200 ml Appelsapp  
(klaar)

1 Vanillepuul

4 Kaneelstaken

10 Nelken

12 Pimentkoorns

40g bruun  
Kandiszucker

800 ml Water

4 Büdels Appeltee

100 ml Amaretto



**Dat Torechtmaken:**

1. De Bio-Zitroon

ofwasken un twee Schieven ofsnieden.

## 2. Den Appelsapp

met de Zitroonschieven, dat upsmeden Vanillepuul, de Gewürzen un den Kandis

heetmaken. Allns mit'n Decksel 15-20 Minüten bi middelst Hitz dörtrecken laten.



## 3. Intüsken dat

Water to'n Koken brengen, dormit den Tee upgeten un 8 Minüten dörtrecken laten.

Daarna de Teebüdel herutnehmen.



4. Nu de Gewürzen

un de Zitroonschieven wegmaken, den Sapp mit den Tee  
vermengeleeren un tolest  
den Amarette unneröhren. Den Bratappel-Punsch heet serveeren.



**Proost un en behagelk Wiehnachtstied!**

Düssen Bidrag is schrieven in ostfreesk Platt.

---

# De Köken ut'n Ruhrpott

De Bevölkerung vun'n Ruhrpott entstunn dör dat Towannern vun Lüü met verscheden Kultur- un Spraakkrings, de en Arbeitsstee in de Groot- un Swaarindustrie söchden. Daarum is de Ruhrpottköken dat Resultaat vun en gewaltig sozioloogschen Migratschoon. Man de Basis is de westfäälsche Köken. Bedingt dör de swaare Arbeit in'n Bergbau un de Stahlindustrie is se en deftige un boddenstännige Köken, de dör kulinaarsche Inflüsse deelwies lichter woorn is. Se is entstunnen in de Tied vun de Industrialiseern un met ji de Burenpotten, de betekend sünd för de westfäälsche Köken. Grüne doför sünd to'n Bispill, dat de Buern faken blots een Kokstee harren üm dat Eten torecht to maken. Un de Burenpott weer heel praktisk, wiel de Mahltieden daarin fix un in en groote Mass klaar makt worrn kunn. Daarum kunn man seggen, dat de Ruhrpott kulinaarisch en Burentoppland is.

Düsse Köken weer nu dör verscheden histoorsche Vörfallen beriekt. Napoleon, to'n Bispill het sien Stielmus mitbröcht, as he dör de Region treckt is. In de Mitt vun't 19. Jahrhunnert tockde de Bergbau de eersten utlandsk Investooren und Ingenieure in de Gegeden twischen Ruhr un Lipp. Dorbi beriekt de Hollanners de Ruhrpottköken met Fisk, de Belgier met Endiviensalaat un Spargel un ok de Schlesier, Polen, Tschechen, Russen, Ungarn, Italiener un Türken beeinflussten se met jümehrn Gewohnheiden to eten. De buursk prent Arbeidsimmigranten verdeent nich genug Geld, waarom se faken en Stück Land pachtden un dat Kamp bewarkden, üm sik sülvst to versörge. Se hullen Deren, de se ok slachtden, üm se to afsünnerlich Dagen to eten. Typisk Mahltieden ut'n Ruhrpott sünd to'n Bispill: Himmel un Eer, Panhas, Pannekoken met Pillewürmer, Pfefferpotthast, Braatappels ut Baukem of

Schlodderkappes.

De Rezepten sünd dorbi so unverwesselbaar un vöölsiedig as de Ruhrpott sülvst.

Düssen Bidrag is schrieven in ostfreesk Platt.

Quellen:

Wächter, Heinrich (2010): Das Ruhrgebiets Kochbuch. Essen mit Tradition. Köln: Helmut Lingen Verlag GmbH & Co. KG.

Mein Ruhrgebietskochbuch. Eine Auswahl typischer Kochrezepte aus dem Ruhrpott. Hrsg.: Komet.

---

# Schlodderkappes ut'n Ruhrpott

Hart Arbeit, sühnig Mahltied – bi de Kumpels un Stahlarbeiders in't Reveer keem up den Disk, wat de klene Tuun achter'n Huus hergeev. „Schlodderkappes“ is ok bekennt as „börgerlik Spitzkohl“ un wurr faken un geern serveert, an leevsten mit een frisk Braadwurst, de sowat 8 Minuten rund umto in een Panne mit Öölje braden wurr. Dorto geev dat riekelt Musterd.

Bigaven för 4 Lüü

- 800g Spitzkohl
- 800g mehlig koken Kartuffels
- 750ml Fleesknatt
- 1 Lorbeerbladd
  - Kümmel
- 100g Schinkspeck
- 50g Bottersmolt

- 120g Ziepels
  - Solt
  - Peper
- 1 Bund friske Petersielje
- (friske Braadwurst un Must)



To Beginn den Kohl racken, in Striepen snieden un wasken. De Kartuffels schillen un dobbeln. De Kartuffels un den Kohl in en Bräder schichten un mit dat Fleesknatt, Lorbeerbladd un en bietje Kümmel gaar koken.



Dat Natt moot daarna to twee Dardels verkookt sien.



In de Tüskentied den Schinkspeck dobbeln un in een Pann mit Bottersmolt braden. De Ziepels schillen, in Ringen snieden un in de Pann ok glasig anbraden.



Dat Ziepel-Speck-Mengsel ünner den Kohl heven un mit Solt un Peper ofsmecken. To'n Sluss de wusken un krabbt Petersielje ünnerheven.



To'n Sluss mit een friske Braadwurst un Must serveeren.

Smakelk Eten!



Düssen Bidrag is schrieven in ostfreesk Platt.

# Bladderdeeg-Dwarrel mit en Füllung ut Tomaat un Puut

Wenn Ji Lüst hebbt in de warm Jahrstied licht un frisk to eten, denn is de Bladderdeeg-Dwarrel en goot Idee. Mit Tomaten, Ziepels un Krüden ut'n Tuun köönt Ji en sömmerlik Mahltied tövern. Veel Spaaß dorbi!



### 1. Bigaven för 4 Löö:

- 1 Bladderdeeg (frisk, köhlig)
- 4 groote Tomaten
- Rucola-Salaat
- 400g Puutstrepes (marineert)
- 100g Schinkdobels
- 3 Vörjahrziepels
- 1 Beker Crème fraîche mit Krüden
- Solt, Peper un annere Krüden na Möög



## 2. Dat Vörbereiden:

- Bladderdeeg op'n Backblick utrullen
- Tomaten lütte Dobels snieden
- Ziepels in teder Ringen snieden
- dat Puutfleesk vun all Kanten goot anbraden

Wenn all Bigaven vörbereidt sünd, kann de Bladderdeeg beleggt warrn.



## 3. Dat Beleggen:

- den Rucolasalaat, de Ziepels, Tomaten, Puutfleesk un de Schinkdobels op den Bladderdeeg verdelen
- Crème fraîche in Klecksen daarbimaken
- goot Smaak andoon (Solt, Peper, Krüden)



## 4. Dat Tosomenrullen:

- den Dwarrel langssiets tosomenerullen ...



### 5. De vörverleden Stapp:

- ... un mit Dool bestrieken



### 6. Dat Backen:

- bi 160°C Ümlucht of 180°C Boven-Ünnerhitz so'n halv Stünn backen bit de Dwarrel mooi bruun is



### 7. Dat Serveren:

- kotte Tiet rüsten laten
- in Schieven snieden
- serveren un geneten

Goden Aptiet!

# Neijoahrskauken – en norddütsket Rezept

In de leste Utgoabe gäff dat Rezepte för Kartuffelpankoecken un Mönsterländer Knabbelstuten. För de Wintertied wiest wi, wo eens Neijoahrskauken backt.

**Neijoahrskauken – so warrt se makt:**





Neijoahrskauken giff dat traditionell in Noorddütskland to'n Neijoahrsdag. De Deeg warrt tüsken twäi heeten Isen backt un achterna – wenn he noch week is – to een Röllken of een Hörnken formt. So seggt man dorto mennigmoal ok Krüllkoken, Rullekes of Iserkauken. In Westfaolen kennt veele Lüüd de Neijoahrskauken ok as Piepkauken, üm dat een hoher Ton klingt, wenn de twäi Isen ananner koamt.

### **De Bigaven (för dartig Stück)**

- 25 g Botter
- 250 g Sucker
- 1 Päckskes Vanille-Sucker

- 1 Ei
- 250 g Wäitenmähl
- een bitken Öl ton'n Backen

### **Wat man süss noch brukt**

- een Neijoarskauken-Isen
- een Holt um Röllken to formen (geiht man ok ohne)

### **Torechtmaken**

Toerst mott de Botter schümig schlaon warrn. Dorbi giff man naoh un naoh een bitken van'n Sucker, den Vanille-Sucker un dat Ei dorto. Denn koamt de Rest von'n Sucker to den Deeg. Danoah warrt dat Mähl siebt und afwechselnd met Water to'n Deeg togeven. Eens giff so veel Water dorto, dat de Deeg heel dünn warrt.

Dat Isen mutt nu met Öl fettet un best heet maakt wäern. Met ene Kelle warrt de Deeg dann up de unnere Siete van't Isen füllt, dat Isen wart schloten un de Kauken fien brun backt. Kiek ut! Dat geiht heel flott.

De Kauken warrt nu sacht rutnaohmen un to een Röllken of een Hörnken formt.

Neijoahrskauken smeckt heel fucht un krosch an'n besten un wenn eens will, kann de Kauken ok noch füllt warrn. To'n Bispäl met en Slag Rahm un Karsen. Düsse Rezept is een Klassiker, man dat giff veele Aorten, um de Kauken noch een annern Smack to geven. Gern sehn is Kardamon, Anis of Vanille. Man of man dat mag of nich, Neijoahrskauken dröfft up keene Kaffeetafel an' ersten Januar fehlen.

Gauden Aptiet!

Düsse Bidrag ist schwriewen in Emslänner Platt.