

# „Für Leib und Seele“

- Von der Kultur des Essens und Trinkens -

Hunger stillen und Durst löschen - Essen und Trinken sind lebensnotwendige Grundbedürfnisse. Doch die Art und Weise, wie der Mensch seine Nahrung beschafft, zubereitet, damit haushaltet, sie verteilt und verzehrt, unterscheidet ihn vom Tier. Es sind höchst komplexe Handlungen, die der Mensch innerhalb einer Gemeinschaft regelt und organisiert. Im Laufe der Jahrhunderte haben sich regional unterschiedliche Eigenarten und Vorlieben, Ess- und Ernährungskulturen entwickelt.

Äußere Faktoren wie naturräumliche Gegebenheiten, wissenschaftlich-technischer Fortschritt, politische Reformen, religiöse Zugehörigkeit, wirtschaftliche und gesellschaftliche Entwicklungen, aber auch Notzeiten haben den Anbau spezieller Feldfrüchte, die Entstehung ausgefallener Gerichte, die Bevorzugung einzelner Nahrungsmittel oder die Tischsitten und Gebräuche in einer Region beeinflusst.

Die Ernährung stellt zudem einen wichtigen Teil der individuellen Identität dar. Essen wird zum Ausdruck der Integration in bestimmte soziale und kulturelle Kreise. Ob Facebook, Twitter oder Instagram: „Food-Fotografie“ ist ein wahres Massenphänomen unserer Tage. Eine ähnliche Erscheinung kennt bereits das 16. Jahrhundert. Bilder von höfischen Festmahlen waren schon damals Teil der Selbstinszenierung, denn einst wie heute gilt: Man ist, was man isst.

Die Ausstellung in Ratingen spannt einen Bogen von Erzeugung und Anbau über die Weiterverarbeitung und Vermarktung, die Konservierung und Vorratshaltung sowie die Verwendung und Zubereitung bis hin zum Verzehr von Lebensmitteln. Hinzu kommt die damit verbundene Entwicklung regionaler Rezepte, Tischsitten und Essrituale sowie die Betrachtung von Lebensmittelversorgung in Krisenzeiten. Vorgestellt werden sollen in dem Zusammenhang typische schlesische Produkte und traditionelle Firmen.

In diesem Kochbuch werden traditionelle, schlesische Rezepte aus der Ausstellung zusammengefasst.



*Für  
Leib & Seele*  
Von der Kultur des Essens und Trinkens

**Kochbuch**

mit Rezepten aus der Ausstellung





# Herzhaftes



## **Brot- bzw. Wassersuppe (Wodzionka / Wodzianka)**

Ein andere, vom deutschen Wort „schnell“ abgeleiteter Name dieser Suppe – „snelka“ oder „sznelka“ – weist auf die rasche Zubereitung der sehr schmackhaften und gehaltvollen Suppe aus altem Brot, Fett und Wasser hin. Im 19. und zu Beginn des 20. Jahrhunderts wurde die Wassersuppe geradezu zum Synonym der schlesischen Armut, da sie häufig das einzige Gericht zum Frühstück bildete, nicht selten auch den ganzen Tag über. In Zeiten großer Armut war es sehr wichtig, auch den letzten trockenen Brotkranten zu nutzen, weshalb Brotsuppen sehr verbreitet waren. Als Fett diente Rindertalg oder Schmalz, Butter oder frisch ausgelassener Speck. Zuweilen konnte auch Sahne hinzukommen. Viele Schlesier essen auch heute noch mit Vorliebe diese aromatische Suppe aus Brot mit viel Knoblauch.

### Zutaten:

2 Scheiben altbackenes Brot, 250 ml Wasser, 1 große Knoblauchzehe, 1 EL Butter oder Schmalz

### Zubereitung:

Das Brot in Würfel schneiden und in leicht mit Schmalz, Speck oder Speckrinde eingefetteter Bratpfanne braten. Knoblauch kleinschneiden, salzen und einige Minuten stehen lassen. Danach den Knoblauch überbrühen, das Ganze mit Pfeffer würzen, mit Butter oder Schmalz anreichern, mit gerösteten Brotwürfeln servieren.

## **Kochkäse mit Kümmel (Hauskyjza)**

### Zutaten:

1 kg Weißkäse, 2 gestr. TL Natron (aber nicht unbedingt), 1 EL Butter, 2 EL Kümmel, ½ TL Salz, 2 Eier

### Zubereitung:

Die Herstellung von Kochkäse mit Kümmel begann in Schlesien erst gegen Mitte der sechziger Jahre. Charakteristisch für diese glasige Käsesorte sind ihre gelbe Farbe

und der feine Kümmelgeschmack. Der Käse wird ohne Zusatz von Konservierungsstoffen aus magerem Quark (Weißkäse), Kümmel, Natron und Salz hergestellt. Die homogene Masse wird samt aller Zutaten in einem heißen Wasserbad erhitzt und intensiv gemischt.

Der fertige Käse wird dann in Formen gegossen oder in Pappschachteln verpackt.

## **Oppelner Milchsuppe (Ścierka opolska / Zacierka / Zaścierka, ścierana oder sula / szyula)**

Ścierka ist eine Milchsuppe mit kleinen, in Wasser oder Milch gekochten Eiernudeln. Der Name „ścierka“ bezeichnet dabei die Herstellungsart der Eiernudeln (verreiben). Die Suppe zählt zu den typischen Gerichten der Wende vom 19. zum 20. Jahrhundert und ist in Schlesien noch heute sehr beliebt. Sie ist eine dicke und sämige Suppe, leicht bekömmlich und nahrhaft. Einem alten Sprichwort zufolge – Sauerteigsuppe verleiht dem Mann Kraft, Milchsuppe macht ihn aber schwach – vermochte sie jedoch nicht immer den männlichen Hunger zu stillen. Abgeschmeckt wird sie mit Salz, Zucker und Butter. In ärmeren Familien wurde sie auch mit Wasser gekocht. Die Milchsuppe wurde häufig als zweiter Gang serviert. Anstelle von Butter kann man ebenso frisch ausgelassenen Speck hinzugeben.

### Zutaten:

1 Liter Milch, 2 Eier, 3 TL Mehl, 1 Prise Salz, n. B. Zucker

### Zubereitung:

Eier mit Mehl und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Milch in einem Topf aufkochen, vom Herd nehmen und den Teig einlaufen lassen. Wenn man die Milch dabei rührt, wird die Milchsuppe sämig. Möchte man größere Klößchen haben, sollte man den Teig mit einem Löffel immerzu beim Einlaufen teilen und die Milch nicht dabei rühren.

Mit etwas Zucker servieren.

## Schlesisches Himmelreich (Śląskie niebo)

"Wer das Himmelreich nicht kennt, der hat umsonst gelebt" sagen die Schlesier. Das Gericht entstand infolge des Räucherns als Konservierungsmethode. Einst wurden 1 bis 2 kg große Fleischstücke über Erlenholz 2 oder 3 Tage lang geräuchert. Danach war das Fleisch mehrere Monate lang haltbar.

### Zutaten:

500 g gemischtes Backobst, 1000 g geräucherter Schweinebauch,  
1 Prise Salz, 3 Stück Pimentkörner, 6 Stück Gewürznelken, 1 Zitrone,  
30 g Butter, 30 g Mehl, 2 EL Zucker, 2 l Wasser

### Zubereitung:

Das Backobst waschen und über Nacht in einer Schüssel einweichen. Die Zitrone gut waschen, entsaften, dünn schälen und die Schale aufbewahren. Den geräucherten Schweinebauch etwa eine Stunde in Wasser garen. Er sollte dann halb gar sein. Das eingeweichte Backobst, Gewürznelken und Zitronenschale hinzufügen und zusammen ca. 30 weitere Minuten weich kochen. Alles auf einem Sieb abtropfen lassen und dabei die Brühe auffangen. Den Schweinebauch in Scheiben schneiden. Die Butter in eine Pfanne geben und erhitzen. Anschließend das Mehl hinzugeben und unter Rühren weiter braten bis die Mehlschwitze eine goldbraune Farbe bekommt. Dann mit ein wenig von der aufgefangenen Brühe ablöschen, mit Salz, Zucker und dem ausgepressten Zitronensaft abschmecken. Die Mehlschwitze nun mit dem in Scheiben geschnittenen Fleisch und Backobst vermengen. Fertig.

## Schlesische Kartoffelklöße (Kluski śląskie)

Das Rezept für diese Spezialität wird in den Familien seit Generationen weitergereicht. Die Klöße dienen als Beilage zu gebratenem Fleisch (insbesondere Rouladen) und Kraut in jeder Variation. In Schlesien sind sie besonders beliebt und werden nicht nur sonntags, sondern zu allen denkbaren feierlichen Anlässen serviert. Die Vertiefung auf der Oberfläche dient dazu, die Bratensoße auf dem Kloß zu halten, die sich sonst auf dem Tellerboden sammelt.

### Zutaten:

1000 g mehlig kochende Kartoffeln, 1 Glas Kartoffelmehl/-stärke,  
1 Ei, Salz

### Zubereitung:

Kartoffeln schälen, waschen und in gesalzenem Wasser kochen. Die Kartoffeln mit einer Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Die Kartoffelmasse glattstreichen und in vier gleiche Teile teilen. Das Kartoffelmehl und das Ei hinzugeben und kräftig durchkneten. Jeweils einen gut gehäuften Esslöffel des Teigs entnehmen und mit den Händen eine Kugel formen. Die Kugel zu einer dicken Scheibe plattdrücken und mit dem kleinen Finger eine leichte Vertiefung hineindrücken. Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen und etwas salzen. Anschließend die Hitze verringern, so, dass das Wasser nicht mehr kocht. Die Klöße, einen nach dem anderen ins Wasser geben. Das Kochen der Klöße sollte, in Abhängigkeit von der Menge, in mehreren Schüben, (nicht alle auf einmal), erfolgen. Die Klöße gehen erst im Topf unter, doch nach ein paar Minuten tauchen sie auf. Dann müssen sie nur noch eine Minute ziehen und können mit einem Sieblöffel herausgeholt werden.

## **Sauerteigsuppe mit Buttermilch (Śląski żur na maślance)**

In Schlesien ist Sauerteigsuppe sehr beliebt. Sie ist ein sehr preiswertes Gericht. In schweren Zeiten wurde „żur“ zwei oder sogar drei Mal täglich gegessen. Zu Hause stand immer ein Tontopf, in dem der Ansatz für die Suppe gesäuert wurde. Sauerteigsuppe galt ebenso als Fastenessen, woher auch der Brauch „Verbrennung der Sauerteigsuppe“ nach der Fastenzeit stammt (später wurde der Brauch in „Judasverbrennung“ umbenannt). In der 30er Jahren des letzten Jahrhunderts wurde Sauerteigsuppe zum Frühstück gereicht, da man das Gericht für sehr nahrhaft hielt und die Familienmitglieder gut gestärkt den mühsamen Arbeitstag beginnen sollten. Heute wird Sauerteigsuppe zu Mittag als erster Gang serviert. Die Suppe hat einen säuerlichen Geschmack, ist eher dickflüssig und enthält kleingehackte Pilzen und Kartoffeln.

### Zutaten:

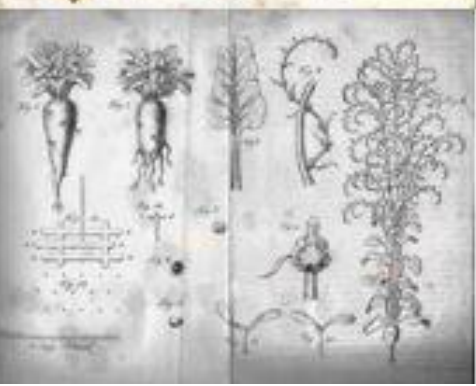
0,5 l Buttermilch, 0,25 l Milch, 1 l Wasser, 200 g geräucherter Suppenknochen, 150 g Räucherspeck, 1 Zwiebel, 6 Eier, 2 Lorbeerblätter, 6 Pimentkörner, 500 g Kartoffeln, 1 EL Weizenmehl, ½ Bund Dill, Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Wasser mit Salz, Lorbeerblättern, Piment und geräuchertem Suppenknochen etwa 1 Stunde kochen lassen. Süße Milch mit Buttermilch verrühren, zwei Eier hineinschlagen, Mehl hineingeben und alles sorgfältig verrühren. In kochendes Wasser bei ständigem Rühren hinein gießen, aufkochen, kurz kochen lassen, dann vom Feuer nehmen. Den Räucherspeck und die Zwiebel in Würfel schneiden und hineingeben. Die Suppe heiß, mit frischem Dill, gekochtem Ei und Kartoffelpüree servieren.



## Süßes und Backen



### Liebesschleifen (Chrusty / Chruściki / Faworki)

#### Zutaten:

500 g Weizenmehl (glatt), 200 ml Sauerrahm, 5 Eidotter, 2 EL Rum oder Weingeist, 1 Prise Salz, Öl/Fett zum Backen, Puderzucker (evtl. mit Vanillezucker) zum Bestreuen

#### Zubereitung

Mehl mit dem Sauerrahm vermengen, Eiweiß vom Dotter trennen und die Dotter unter die Mehl-Rahm-Mischung rühren. Salz und Rum zugeben. Alles zu einem elastischen Teig verkneten. Sollte der Teig zu trocken sein, noch einen Löffel Sauerrahm unterrühren. Den Teig dünn ausrollen und in Streifen von ca. 10 cm Länge und 3 cm Breite schneiden. Jedes Stück in der Mitte der Länge nach ca. 3-4 cm einschneiden und ein Ende durch die Öffnung ziehen, damit sich eine Schleife ergibt. Öl oder Backfett in einer Fritteuse oder einem flachem Topf erhitzen. Teigschleifen beidseitig goldbraun backen. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Staubzucker bestreuen.

## **Buchteln / Schlesische Hefeklöße (Buchty Śląskie)**

Der schlesische Name „buchta“ bezeichnet gedämpfte Hefeklöße. Hefeklöße sind in Schlesien schon seit sehr langer Zeit bekannt und dienten einst als Fastenessen. Aus Mehl, Hefe, Milch, Zucker, Eiern und einer Prise Salz wird ein Teig zubereitet. Nach dem Aufgehen werden daraus Klöße geformt und auf Leinentüchern über einem dampfenden Topf gekocht. Hefeklöße werden sowohl süß – mit Früchtekompott, meist Blaubeeren oder Pflaumenmus – als auch herzhaft – mit Schweine- oder Rinderbraten – serviert.

### Zutaten:

Ca. 500 g Weizenmehl, 1 Glas Milch, 2 Eier, 30 g Hefe, 3 EL zerlassener Butter, Salz, Zucker

### Zubereitung:

Aus Milch, Hefe und Zucker den Hefeansatz vorbereiten, der die Konsistenz saurer Sahne haben sollte. An einem warmen Ort gehen lassen. In eine Schüssel Mehl und Eier geben und den Hefeansatz hinzufügen. So lange kneten, bis sich der Teig von der Schüssel löst, dann abgekühlte, zerlassene Butter und eine Prise Salz dazugeben und weiter kneten. Dann die Schüssel mit einem sauberen Tuch abdecken und an einem warmen Ort gehen lassen. Wenn der Teig sein doppeltes Volumen erreicht, runde, faustgroße Klöße formen, mit z.B. Moosbeer-Konfitüre füllen und auf ein mit Mehl bestreutes Küchenbrett legen. Wenn sie aufgegangen sind, über Dampf garen: über einen Topf mit Wasser ein Geschirrtuch spannen, mit einem Strick festbinden oder ein spezielles Sieb über dem Topf legen. Die Klöße nacheinander auf das Tuch legen, eine Schüssel drüber stülpen, deren Durchmesser dem des Topfes gleicht. Die Klöße ca. 10 Minuten garen.

## **Schlesischer Streuselkuchen (Kołocz śląski)**

### Zutaten für den Teig:

450 g Mehl, 1 Pck. Trockenhefe, 2 Tassen lauwarme Milch, 50 g zerlassene Butter, 50 g Zucker, 1 Ei, 1 Prise Salz

### Zutaten für die Füllung:

200 g Butter, 200 g Zucker, 3 Eier, 1 kg Quark, 1 Pck. Puddingpulver (Vanille)

### Zutaten für die Streusel:

350 g Mehl, 200 g Zucker, etwas Zimt, 200 g Butter

### Zubereitung:

Arbeitszeit: ca. 30 Min. Ruhezeit: ca. 1 Std.

### Für den Hefeteig:

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig zusammen kneten. Der Teig soll weich, aber nicht klebrig sein. Zugedeckt ca. 30 Min. gehen lassen

### Für die Quarkfüllung:

Butter, Zucker und die Eier schaumig schlagen, dann den Quark und das Vanillepuddingpulver unterrühren.

### Für die Streusel:

Mehl, Zucker, Zimt und Butter mischen, mit den Fingern zu Streusel kneten. Das Backblech mit Fett bestreichen, den Hefeteig ausrollen und auf das Blech legen. Den Rand etwas hochdrücken. Die Quarkmasse darauf verteilen, anschließend die Streusel darüber verteilen. Bei 180°C Ober- und Unterhitze ca. 30 Minuten backen.

## **Quark-Hefekuchen**

### Zutaten für den Teig:

900 g Mehl, 200 g Butter, 3 Eier, 100 g Zucker, 50 g Hefe,  
500 ml Milch, 1 Pck. Vanillezucker, eine Prise Salz

### Zutaten für die Füllung:

2500g Speisequark, 5 Eier, 200 g Zucker, 100 g Butter,  
1 Pck. Vanillepudding, 1 EL Kartoffelmehl, 200 g Rosinen,  
1 Zitrone, eine Prise Salz

### Zutaten für die Streusel:

300 g Butter, 2 Eier, 300 g Zucker, 600 g Weizenmehl,  
2 Pck. Vanillezucker, 1 TL Backpulver, eine Prise Salz

### Zubereitung:

Die Hefe zerbröckeln, etwas Zucker, Mehl und lauwarme Milch dazu geben und verrühren. Gehen lassen. Das gesiebte Mehl mit zerlassener Butter, dem Rest Milch, gequirlten Eiern, dem Hefeansatz und einer Prise Salz gut vermengen und gehen lassen. Dann 2/3 des Teigs auf das Backblech legen, den Rest für die obere Schicht des Kuchens aufheben.

Aus Butter, Vanillezucker, Eiern, Backpulver und einer Prise Salz und Mehl einen Teig für die Streusel kneten.

Quarkfüllung: den Quark, Zucker, schaumig geschlagene Eier, Pudding, abgeriebene Zitronenschale und den Saft von einer halben Zitrone, Rosinen, etwas Mehl und eine Prise Salz zu einer glatten Masse verarbeiten und den Teig damit belegen. Den für die obere Schicht aufgehobenen Teig auf die Quarkfüllung legen und mit Streuseln bestreuen. Bei 180 Grad ca. 45 Minuten backen. Nachdem der Kuchen abgekühlt ist, mit Puderzucker bestreuen.

## **Hefekuchen mit Streuseln**

### Zutaten für den Teig:

1000 g Weizenmehl, 50 g Maismehl, 100 g Hefe, 1 Glas Zucker,  
20 g Vanillezucker, 7 Eier, 250 g Butter, 500 ml Milch, 100 g Rosinen, Salz

### Zutaten für die Streusel:

100 g Butter, 100 g Weizenmehl, 100 g Zucker, 25 g Kokosraspeln

### Zubereitung:

Aus warmer Milch, Hefe, ein wenig Zucker und Mehl den Ansatz zubereiten und an eine warme Stelle stellen. Das Weizenmehl mit dem Maismehl vermischen. Die Eier mit Zucker und mit Vanillezucker zu einer glatten Masse verrühren. Die Butter zerlassen. Die Rosinen einweichen und anschließend mit Mehl bestäuben. Dem Mehl nacheinander die geschlagenen Eier, den Hefeansatz und die Milch und zum Schluss die abgekühlte, zerlassene Butter und die Rosinen nach und nach dazu geben. Den fertigen Teig an einen warmen Ort stellen und gehen lassen. Dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und gleichmäßig verteilen. Mit gequirltem Ei beschichten und Streusel darauf streuen.

40 Minuten bei 180 Grad backen bis der Kuchen leicht bräunlich wird.



## **Süße Weihnachtsspeise (Śliszki)**

„Śliszki“ ist eine Art Süßspeise, die in einigen Gegenden des Opperler Schlesiens, insbesondere in und um Koźle (Cosel), am Heiligabend sowie am Silvesterabend und am Neujahrstag gereicht wird. Es handelt sich hierbei eigentlich um ein Überbleibsel einer alten Tradition, der zufolge Weihnachten und Neujahr zu einem einzigen Fest verschmolzen: dieses hieß „Gody“, die Hochzeit des Alten mit dem Neuen Jahr, das Fest der längsten Nacht im Jahr. Die bereits zu Weihnachten gebackenen Mohnstollen oder Mohnbrötchen wurden zu Silvester trocken, daher wurden sie mit Milch übergossen, mit zerbröseltem Pfefferkuchen bestreut und als „śliszki“ gereicht. Heute wird diese Nachspeise nur noch sehr selten zubereitet, eigentlich nur noch in der Grenzregion zwischen Koźle (Cosel) und Racibórz (Ratibor).

### Zutaten:

400 g Mehl, Wasser je nach Bedarf, 1 Prise Salz, 250 Gramm Speisequark 40% Fett, 10 Esslöffel Zucker je nach Geschmack mehr/weniger, 40 Gramm Butter

### Zubereitung:

Mehl mit dem Wasser und der Prise Salz in einer Schüssel verrühren bis ein etwas fester klebriger Brei entstanden ist. In der Zwischenzeit Quark und Zucker in einer Schüssel leicht verrühren und Wasser in einem größeren Kochtopf zum Kochen bringen. Von der Mehlmasse gibt man immer einen halben EL in das kochende Wasser, bis die Masse alle ist. Man lässt es solange kochen bis alle Nocken oben schwimmen. Das dauert ca. 5 min. Anschließend abgießen und in den Quark/Zucker unterheben. Die Butter schmelzen und so heiß geschmolzen über die Mehl-Quark Mischung gießen und cremig rühren.

## **Weihnachtliche Lebkuchensoße - Motschka (Mołcka)**

„Mołcka“ ist ein traditionelles Gericht am Heiligabend. Bereits in der Adventszeit bereiteten sich die oberschlesischen Hausfrauen darauf vor. Das Gericht besteht im Wesentlichen aus Pfefferkuchen, Bier, Nüssen sowie Backobst, je nach Familientradition gibt es weitere verschiedene Varianten desselben Gerichtes. Einerseits süß mit Backobst, Honig und Pfefferkuchen, andererseits kommt in die „mołcka“ auch kleingeschnittenes Gemüse, wie Möhren, Petersilienwurzel, Sellerie sowie Pimentkörner und Lorbeerblätter. Ebenso werden, je nach Region, verschiedene Namen übermittelt: moucka, mołcka, moczka.

### Zutaten:

250 g frische Lebkuchen, 200 g Mandeln, 400 g Rosinen, 150 g Backpflaumen, Saft von 3 großen Zitronen, 1 Prise Salz, 3 EL Zucker, 150 g Haselnüsse, 2 Liter Wasser

### Zubereitung:

Die Lebkuchen im Wasser einweichen. Die Mandeln, Haselnüsse und Pflaumen fein schneiden. Mit den restlichen Zutaten vermischen und 30 Min. köcheln lassen. Die Moczka lässt sich sowohl warm als auch kalt essen.

## **Anisdeckelplätzchen (Anyżki)**

Anis brachten die Benediktiner bereits im Mittelalter nach Polen. In der schlesischen Küche wird das Gewürz hauptsächlich bei der Herstellung von Kuchen und Desserts verwendet. Anisdeckelplätzchen sind klein, rund, flach und besitzen einen glatten, hellen „Deckel“. Sie sind trocken und hart, aber knusprig und verströmen ein sehr deutliches Anisaroma. Anisplätzchen werden hauptsächlich zu Weihnachten sowie Familienfeiern gebacken. Das Rezept ist sehr einfach:

### Zutaten:

3 ganze Eier, 250 g Zucker, 250 g Mehl, 1 TL Anis

### Zubereitung:

Ganze Eier und Zucker schaumig rühren, Mehl und Anis zugeben, mit einem Spritzbeutel oder zwei Teelöffeln auf ein gefettetes Blech kleine Plätzchen setzen. Die – am besten über Nacht – trocknen lassen und dann bei schwacher Hitze – die Unterhitze soll möglichst etwas stärker sein, hell backen. Man kann Anisplätzchen auch auf kleine runde Oblaten setzen.

## **Apfelkuchen**

### Zutaten für den Teig:

3 Gläser Mehl, 3/4 Glas Zucker, 4 Eigelbe, 250 g Butter, 1 TL Backpulver

### Zutaten für die Füllung:

750 g Apfelmus, 3-4 (saure) Äpfel, ggf. Zimt, Rosinen

### Zutaten für die Streusel:

1/4 Packung Butter, 4 gehäufte EL Zucker, 1/2 Glas Mehl, ggf. Mandelblättchen

### Zubereitung:

Die Zutaten für den Teig vermischen und kurz mit den Händen kneten. Der Teig kann krümelig sein. Anschließend 3/4 des Teiges auf einem Backblech mit Backpapier ausgelegt verteilen. Im nächsten Schritt werden die geschälten und gewürfelten Äpfel mit dem Apfelmus (und nach Geschmack mit Zimt und Rosinen) vermischt und auf den Teigboden gestrichen. Der Rest des Teiges wird darauf verteilt. Zur Zubereitung der Streusel werden die Zutaten miteinander vermischt und mit den Händen zu groben Streuseln geknetet. Die Butter sollte dabei nicht zu warm sein. Streusel und Mandelblättchen werden auf der Apfelmasse verteilt. Den Kuchen mind. 40 Minuten bei 180 Grad Ober-/Unterhitze im Ofen backen.

## **Oberschlesisches Landesmuseum**

### **Anschrift:**

Oberschlesisches Landesmuseum  
Bahnhofstraße 62  
40883 Ratingen (Hösel)

### **Telefon:**

+49(0)2102-9650

### **Email:**

[info@oslm.de](mailto:info@oslm.de)

[www.oslm.de](http://www.oslm.de)

## **Quellen**

„Eine kulinarische Entdeckungstour im Opperler Schlesien“  
und „Kulinarische Route. Schlesische Geschmäcker“

[www.chefkoch.de](http://www.chefkoch.de)

[www.polnischkochen.de](http://www.polnischkochen.de)

[www.Daskochrezept.de](http://www.Daskochrezept.de)

## **Bildnachweis**

OSLM

<http://theczechconsumer.weebly.com/kofola-a-case-study.html>

Bäckerei Behnisch