

## Rußland

### Suchonógowo

**Wenn die russisch-orthodoxen Christen in der Nacht zum Ostersonntag um die Kirche prozessieren, in der sie die feierliche Auferstehungsmesse zelebriert haben, dann hat nicht nur dieser Gottesdienst, dann hat auch das dortige Kirchenjahr seinen Höhepunkt erreicht. Schließlich verkündet das Christentum die Auferstehung aller Seelen.**



Viele russisch-orthodoxe Christen nehmen die Religion und ihre Gebote sehr ernst. Die Nacht zum Ostersonntag bringt daher für sie auch das Ende der Fastenzeit mit ihren täglichen Entbehungen im Speiseplan. Im Hause des Priesters Andrej Sultanowitsch Irsajew in Suchonógowo werden die Fastengebote so streng befolgt, daß nicht einmal das Kosten erlaubt ist, wenn seine Frau Olga Alexejewna und ihre Tante Walja aus Moskau die zahlreichen Speisen für die Feier des Osterfestes zubereiten.

Zu einem traditionellen Osterfrühstück gehört auf jeden Fall die *Paßcha*, eine pyramidenförmige Süßspeise aus Quark, deren Name von dem russischen Wort für Ostern, *Paßcha*, kommt. Und der *Kulitsch*, ein reichhaltiges Osterbrot in Haubenform, dessen Teig mit unglaublich vielen Eidottern zubereitet wird. Nach den sieben Fastenwochen kommt es jetzt schließlich auf ein paar Kalorien mehr oder weniger nicht an. Schlemmen ist beim Osterfrühstück ausdrücklich erlaubt! Gerade im ländlichen Rußland, wo der Alltag nach dem Ende der Sowjetherrschaft oft schwierig ist, legt man an Ostern Wert auf gutes Essen. Wenn das Frühstück dann vorüber ist, gehen viele Menschen vor die Türe, um die aufgehende Sonne zu sehen. Denn gerade am Ostermorgen sollen ihre Strahlen große Heilkraft haben.

## Zarskij Kulitsch

### Osterbrot nach Zaren-Art

Der *Kulitsch*, dieses süße, reiche Hefengebäck, ist das traditionelle Osterbrot der Russen. Er ist das Symbol für den Berg Golgatha, auf dem Christus nach der Überlieferung der Evangelien gekreuzigt wurde. Gläubige Russen backen den *Kulitsch* bereits am Karfreitag oder am Ostersonntag in der Frühe, damit ein Priester dieses Brot noch vor der Nacht zum Ostersonntag weihen kann. Angeschnitten wird es dann am frühen Sonntagmorgen, nach der Auferstehungsmesse, an deren Ende das Fastengebot aufgehoben wird.

### Zutaten:

#### Teig:

100 g Rosinen,  
etwa 50 ml Weinbrand (oder Rum),  
1.200 g Mehl,  
100 g Hefe, ersatzweise 2 Päckchen Trockenhefe,  
300 ml Milch,  
15 Eigelb,  
200 g Butter,  
200 g Zucker,  
50 g gehackte Mandeln,  
etwas Butter und Mehl zum Einfetten der Form,  
1 Eigelb zum Bestreichen



#### Verzierung:

150 g Puderzucker,  
einige Tropfen Zitronensaft,  
etwas Wasser,  
nach Belieben Schokoladenstreusel,  
(gehackte) Mandeln,  
bunte Zuckerstreusel,  
Rosinen

Die Rosinen im Weinbrand mindestens einen halben Tag, besser über Nacht einweichen. Das Mehl sieben. Die Milch leicht erwärmen. Sie sollte lauwarm sein (30-35 °C). Eine Tasse Milch abnehmen, die Hefe hineinbröseln, gut verrühren und an einem warmen Ort etwa 5 min abgedeckt stehen lassen, bis sie Blasen wirft. Mit der restlichen Milch und etwa einem Drittel des Mehls einen Vorteig rühren, den man abgedeckt an einem warmen Ort etwa 45 min stehen läßt, bis er um das Doppelte aufgegangen ist. Währenddessen die Eigelbe bereitstellen und die Butter schmelzen

Wenn Sie Trockenhefe verwenden, verrühren Sie diese mit der gesamten lauwarmen Milch. Sie können auf den Vorteig verzichten und sofort den *Kulitsch*-Teig kneten.

Den Vorteig, das restliche Mehl, Eigelb, Butter und Zucker zu einem glatten, festen Teig verkneten. Wenn man ihn durchschneidet, sollte kein Teig am Messer hängen bleiben. Am besten erreichen Sie diese Konsistenz, indem Sie das Mehl nicht auf einmal, sondern nach und nach zu den übrigen Zutaten geben. Es ist nämlich immer einfacher, mehr Mehl in einen zu feuchten Teig einzukneten, als Flüssigkeit mit einem Teig zu vermischen. Ganz zum Schluß die Rosinen und die feingehackten Mandeln unterrühren (Mandeln zieht man ab, indem man sie 1 min in Wasser kocht und den Mandelkern zwischen Daumen, Zeige- und Mittelfinger aus der Schale drückt.). An einem warmen Ort abgedeckt gehen lassen, bis er um das Doppelte aufgegangen ist. Noch einmal ganz kurz durchkneten und in eine kreisrunde Form geben, die Sie mit Butter eingefettet und mit Mehl bestäubt haben. Der Teig sollte die Form zur Hälfte ausfüllen. Sie können einen großen *Kulitsch* oder zwei bzw. drei kleine *Kulitschi* backen. Noch einmal gehen lassen, bis er wieder um das Doppelte aufgegangen ist.

Das Eigelb mit 2 EL Wasser und 1 Prise Salz verquirlen, den *Kulitsch* zwei- bis dreimal damit bestreichen. So wird er schön braun. Im vorgeheizten Ofen bei 220 °C (Umluft 200 °C) etwa 15 min backen, dann die Hitze auf 180 °C (Umluft 160 °C) reduzieren und in 45-60 min fertig backen. Kleinere *Kulitschi* backt man je nach Größe etwa 45-60 min Da die Backzeit sehr variieren kann, sollten Sie auf jeden Fall die Stäbchenprobe machen. Ein in den *Kulitsch* tief hineingestochenes Holzstäbchen oder ein Metallspieß sollte ohne anhaftende Teigreste wieder herauskommen. Wenn der Kuchen oben zu braun wird, mit Alufolie abdecken.

Den *Kulitsch* aus der Form lösen, vollständig erkalten lassen. Den Puderzucker mit einigen Tropfen Zitronensaft und ganz wenig Wasser verrühren und den Kuchen damit glasieren. Sie können auch eine etwas flüssigere Puderzuckerglasur rühren, die Sie über den *Kulitsch* gießen, so daß sie an den Seiten hinunterläuft. Mit Schokoladenstreuseln, (gehackten) Mandeln, bunten Zuckerstreuseln, oder einigen Rosinen verzieren. Wer es original russisch haben möchte, legt Rosinen oder ganze Mandeln so, daß sie die Buchstaben "XB" für "*Christos Woskryesye*" – "Christus ist auferstanden" ergeben.

**Tips:**

- Ganz moderne russische Köchinnen und Köche nehmen zum Einweichen der Rosinen auch Mandellikör. Der *Kulitsch* schmeckt dann intensiv nach Mandeln.
- Verwenden Sie die Eiweiß für *Meringen* oder backen Sie die Mandelkuchlein (BISKOTTA) aus unserer PELOPONNES-Folge. Dafür können Sie das Eiweiß auch zunächst einmal einfrieren.
- Wenn Sie die Flüssigkeitsmenge leicht reduzieren, erhalten Sie einen festeren Teig, den Sie nicht in der Form backen, sondern zu einer Pyramide formen können. Rollen Sie den Teig fingerdick aus und schneiden sie mit Hilfe eines Tellers einen Kreis von 20 cm Durchmesser aus. Die nächste Scheibe sollte etwas kleiner, die darauffolgende noch kleiner sein. Fahren Sie fort, bis der Teig aufgebraucht ist. Legen Sie Backtrennpapier auf ein Blech und türmen Sie die Scheiben zur Pyramide. Mit Ei bestreichen und bei 200 °C (Umluft 180 °C) etwa 60-75 min backen. Diese Pyramide, die dem Bild des Berges Golgatha noch näher kommt, bestreut man nach dem Backen mit gehackten Mandeln.

## Zarskij Paskha

Süße Quarkspeise nach Zaren-Art

Wie die *Kulitschi*, so gehört auch die *Paskha* zu jedem traditionellen russischen Osterfest dazu. Diese Quarkspeise wird in einer speziellen Form zubereitet – einer stumpfen Pyramide, die früher aus Holz, heute aber meist aus Kunststoff hergestellt wird.

Die *Paskha* ist schwer und süß wie ein Käsekuchen. Ihre Außenseite wird oft mit Mandeln, Rosinen und kandierten Früchten überreich verziert. Die kandierten Früchte, die Rosinen und Mandeln werden nach alter Sitte so aufgelegt, daß sie die Buchstabenkombination "XB" ergeben, die für russisch "*Christos Woskryesye*" – "Christus ist auferstanden" steht. Diesen österlichen Gruß rufen sich die Gläubigen auf dem Höhepunkt der vielstündigen, feierlichen Auferstehungsmesse in der Nacht zum Sonntag zu.

### Zutaten für 6-8 Portionen:

Quarkmasse:

1 kg Sahnequark,  
5 Eier,  
400 g saure Sahne,  
200 g Butter,  
400 g Zucker,  
2 TL Vanillearoma,  
nach Belieben 100-200 g Rosinen in etwa 50-100 ml Weinbrand oder Rum eingeweicht,  
100-200 g grobgehackte Mandeln,  
1 TL Zimt



Verzierung:

200-300 g verschiedene kandierte Früchte

Den Quark über Nacht in einem engmaschigen Sieb, besser noch in einem Stück Käseleinen abtropfen lassen. Streichen Sie den abgetropften Quark durch ein feinmaschiges Sieb, geben Sie Eier, saure Sahne und die Butter dazu, die Sie vorher geschmolzen haben. Jetzt geben Sie die Quarkmasse in einen großen schweren Topf. Erwärmen Sie die Quarkmasse auf kleinster Flamme ganz leicht. Legen Sie ein Flammsieb unter, um die Hitze noch weiter zu reduzieren. Geben Sie den Zucker dazu und rühren Sie unablässig, bis keine Zuckerkristalle mehr zu sehen sind. Die Masse darf nicht zu heiß werden, weil die Eier sonst gerinnen. Sie können die Quarkmasse natürlich auch im Wasserbad erwärmen.

Verwenden Sie dazu eine *Bain-marie* (eine Wasserbadschüssel, die mit dem darunter kochenden Wasser nicht in Berührung kommen, sondern nur durch den Wasserdampf erwärmt werden soll) oder einen Simmertopf. Doch auch hier müssen Sie unablässig rühren, bis der Zucker aufgelöst ist. Nehmen Sie die Quarkmasse vom Herd und rühren Sie das Vanillearoma und nach Belieben die abgetropften Rosinen, Mandeln und Zimt darunter.

Schlagen Sie eine *Paskha*-Form oder einen großen runden Kunststoff-Blumentopf mit Bodenloch mit zwei Lagen feinem Käseleinen oder Nesseltuch aus. Das Tuch sollte aus der Form heraushängen, damit man es über der Masse zusammenfalten kann. Geben Sie die Quarkmasse hinein und falten Sie das Tuch darüber zusammen. Beschweren Sie den Quark mit einem Teller/einer Untertasse und einem Gewicht. Das kann ein Stein oder auch eine Konservendose sein. Stellen Sie die Form auf einen tiefen Teller, in den die Flüssigkeit ablaufen kann. Man läßt die *Paskha* im Kühlschrank abtropfen. Schauen Sie nach 6 und nach 12 Stunden nach, ob sehr viel Flüssigkeit im Teller steht. Schütten Sie ggf. diese Flüssigkeit weg. Stürzen Sie die *Paskha* auf einen Teller und entfernen Sie vorsichtig Topf und Nesseltuch. Man verziert die *Paskha* mit den kandierten Früchten, die man in grobe Würfel oder in schmale Streifen schneidet, um Fantasiemuster (Blumen, Sternchen, geometrische Muster) oder ein "XB" zu legen. Beim Servieren schneidet man waagrechte Scheiben ab.

**Tip:**

- *Paskha*, die man nicht nur zu Ostern essen sollte, hält sich ausgezeichnet im Kühlschrank und kann schon zwei bis drei Tage vorher zubereitet werden. Sie kann auch als sommerliches Dessert mit frischen Beerenfrüchten oder Fruchtsauce serviert werden.

## Cholodez

### Sülze

**Tante Waljas Sülze wird nicht ganz fest, sondern bleibt weich. Sie läßt sich daher auch nicht stürzen und in Scheiben schneiden. Wer eine feste Sülze vorzieht, gibt 2-3 Blätter Gelatine in die Brühe, bevor man sie über das kleingeschnittene Fleisch gießt.**

### Zutaten für 6-8 Portionen:

3 Schweinsfüße,  
 2 Hähnchenkeulen,  
 1 kg Suppenfleisch, mit wenig Fett und ohne Knochen,  
 2 mittelgroße Zwiebeln,  
 einige Knoblauchzehen,  
 2 mittelgroße Möhren,  
 2 Lorbeerblätter,  
 einige Pfefferkörner,  
 Salz,  
 1-2 Zitronen



Die Schweinsfüße und die Hähnchenkeulen sorgfältig säubern. Borsten und Federreste über einer Flamme absengen. Wenn Sie keine Möglichkeit dazu haben, bitten Sie Ihren Metzger oder Geflügelhändler darum. Geben Sie das Fleisch in einen tiefen Topf mit etwa 2-2,5 l kaltem Wasser. Langsam zum Kochen bringen. Den gräulichen Schaum, der sich beim Aufkochen bildet, wiederholt mit dem feinen Schaumlöffel abschöpfen. Dabei nach jedem Abschöpfen eine ¼ Tasse Wasser zugeben, damit die Flüssigkeit erneut aufkocht. Der Schaum muß restlos entfernt werden; nur so wird die Sülze am Ende kristallklar. Während das Wasser zum Kochen gebracht wird, die Zwiebeln und Knoblauch abziehen und die Möhren schälen. Wenn sich kein Schaum mehr bildet, geben Sie die Zwiebeln, die Möhren, Lorbeer, Pfeffer und wenig Salz zum Fleisch. Auf kleiner Flamme im offenen Topf fünf Stunden kochen. Heben Sie das Fleisch (also Schwein, Huhn, Rind) aus der Brühe und schneiden Sie es in ganz kleine Stücke, nachdem es etwas abgekühlt ist. Mit der Brühe sollten Sie eine Probe machen. Geben Sie einen Eßlöffel in eine Tasse und stellen Sie diese in das Eisfach. Nach etwa 10 min prüfen, ob die Flüssigkeit eine marmeladenartige Konsistenz hat. Ggf. müssen Sie die Brühe noch etwas einkochen und die Probe wiederholen. Schmecken Sie die Brühe mit Salz ab.

Die Sülze wird in Glas-, Porzellan- oder Kunststoffformen serviert. Legen Sie in jede Form eine in dünne Scheiben geschnittene Knoblauchzehe und eine dünne Zitronenscheibe. Verteilen Sie das Fleisch gleichmäßig in die Formen, geben Sie die Brühe durch ein feinmaschiges Sieb darüber und stellen Sie die Formen für 4-5 Stunden in den Kühlschrank. Wer noch mehr tun möchte, um eine klare Sülze zu erhalten, kann die Brühe durch ein doppelt gelegtes Käseleinen oder Nesseltuch filtern. Restliche Brühe können Sie einfrieren und später für eine Suppe verwenden.

**Tip:**

- Eine feste Sülze, die Sie aus einer Form stürzen können, erhalten Sie, wenn Sie zwei bis drei Blatt Gelatine dazugeben. Man weicht die Gelatine in kaltem Wasser ein, drückt Sie aus und gibt Sie in die noch heiße Brühe.



## Sotchewo

Süßer Pilaw aus Reis und Weizen

**Diese schlichte Fastenspeise wird ohne Fett zubereitet. Damit die Fastenzeit aber nicht zu karg verläuft, dürfen strenggläubige Russen mit Trockenfrüchten und Honig kräftig süßen.**

**Natürlich können Sie die Zutaten nach Belieben variieren: Haselnüsse, Mandeln und Pinienkerne statt Walnüssen, getrocknete Pflaumen, Datteln und Äpfel statt Aprikosen, Korinthen und Sultaninen statt Rosinen.**

### Zutaten für 4 Portionen:

180 g Weizen,  
180 g Reis,  
1-2 TL Zucker,  
½ TL Salz,  
100 g Walnüsse,  
100 g getrocknete Aprikosen,  
100 g Rosinen



Waschen Sie Reis und Weizen einige Stunden vor der eigentlichen Zubereitung in einem Sieb. Sehr gut abtropfen lassen. Reis und Weizen sollten trocken sein, bevor Sie beides in einem flachen Topf, am besten aus Gußeisen, ohne Fett unter ständigem Rühren ein wenig anrösten. Warmes Wasser angießen. Es sollte einen Finger breit über dem Getreide stehen. Zucker und Salz zugeben, einmal umrühren und auf kleiner Flamme im offenen Topf etwa 15 min leicht kochen lassen, bis fast das ganze Wasser verdampft ist. Sollte das Wasser zu schnell verdampfen, geben Sie noch ein wenig warmes Wasser dazu. Legen sie ein Flammsieb unter, so verhindern Sie, daß das Getreide ansetzt. Hacken Sie in der Zwischenzeit die Walnüsse grob und schneiden Sie die getrockneten Aprikosen in kleine Stücke. Sie sollten halb so groß wie eine Rosine sein. Wenn die 15 min vorüber sind, geben Sie Walnüsse, Aprikosen und Rosinen zu dem Reis. Sie können *Sotchewo* nach Belieben noch etwas mit Honig süßen. Jetzt im geschlossenen Topf weitere 10 min über kleiner Flamme leicht kochen lassen. Achten Sie darauf, daß noch ein wenig Wasser im Topf ist.

**Tips:**

- Getreidekörner (und dazu gehört auch die Getreidesorte Reis) immer waschen bevor man sie anröstet. Gerade bei Reis muß die anhaftende Reisstärke abgespült werden. Nur so wird der *Pilaw* locker und nicht klebrig. Das Getreide muß danach vollständig getrocknet werden. Das gilt auch dann, wenn es in Fett angeröstet wird. Denn Fett spritzt, wenn es mit wasserbehafteten Zutaten in Kontakt kommt.
- Zum Anrösten ohne Fett sollten Sie immer einen schweren, gußeisernen Topf oder eine Pfanne nehmen, weil hier die Hitze gleichmäßig und sanft an das Röstgut weitergegeben wird. Arbeiten Sie auf kleinster Hitze und rühren Sie häufig um.
- Trockenfrüchte lassen sich in einem luftdicht verschlossenen Behälter in kühler und trockener Umgebung auf jeden Fall sechs Monate aufbewahren. Sie lassen sich auch gut einfrieren. Trockenobst wird oft geschwefelt, um die leuchtenden Farben zu erhalten. Das weniger attraktiv wirkende bräunliche oder dunkle Trockenobst ist meist ungeschwefelt.

## Paschalnyje Jajza

### Ostereier

**Vor der Erfindung künstlicher Speisefarben wurden Ostereier mit natürlichen Farbstoffen eingefärbt, die oft aus Pflanzenteilen gewonnen wurden. Zwiebelschalen ergeben ein sattes Rotbraun. Nehmen Sie möglichst große Eier zum Färben, denn die Kochzeit von etwa 15 Minuten ist für kleine Eier sehr lang.**

### Zutaten:

Eier,  
Salz,  
Zwiebelschalen

Setzen Sie die Eier mit etwas Salz und vielen Zwiebelschalen in kaltem Wasser auf. Nehmen Sie nur die trockenen äußeren Schalen. Erhitzen und 15 Minuten kochen. Schrecken Sie die Eier danach kalt ab.



### Tip:

- Die Eier bekommen einen schönen Glanz, wenn sie mit einer Speckschwarte abgerieben und einem Küchentuch nachpoliert werden.