

Shetland-Inseln

Am nördlichsten Punkt Großbritanniens, wo drei Meere zusammenfließen, wohnt der gebürtige Shetländer Ronnie Eunson mit seiner Frau Sue und sieben Kindern. Vor 30 Jahren kaufte er sich das erste Stück Land. Heute besitzt er über 700 Schafe und 30 Kühe, betreibt einen Biobauernhof und kämpft dafür, daß die traditionelle Landwirtschaft und die Artenvielfalt in Shetland erhalten bleiben.



Ronnie und Sue fühlen sich ihrer Heimat verbunden und kultivieren einheimische Gemüse- und Getreidesorten. „Cale“ ist eine besondere Art Kohl. Im rauen shetländischen Klima benötigt sie zwei Jahre, um zu wachsen. „Cale“ ist auch eine Zutat für „Reestit Mutton“, einen Hammelleintopf. Sue und Ronnie bevorzugen traditionelle Gerichte. Deshalb essen sie „Reestit Mut-

ton“ mit „Bannocks“. Das sind englische Gerstenbrötchen.

Bei sieben Kindern gehört das Kochen in großen Portionen zum Alltag. Sue hat Ökologie studiert und gibt Biobauern bei ihren ersten Schritten eine Starthilfe. Ronnie betreibt seinen Biohof allein. Er ist aber immer froh, wenn sein Sohn Ross ihn unterstützt. Ross studiert Veterinärmedizin auf dem Festland. In den Semesterferien kommt er auf den Hof seiner Eltern.





Lamb stew with dumplings

Lammeintopf mit Klößen

Lammstew ist ein klassischer Eintopf auf den Shetlandinseln. Die Rindertalk-Klöße sind nicht nach jedermanns Geschmack. Man kann sie auch weglassen. Dieses Stew lässt sich vorbereiten. Aufgewärmt schmeckt es noch besser.

Zutaten:

Eintopf:

4-8 Stücke Lammschulter (ca. 1.600 g),
Mehl,
2 Zwiebeln,
2 Stangen Lauch,
2 Knoblauchzehen,
2 Karotten,
1 Steckrübe,
2 kleine Pastinaken,
1 Kohlrübe,
4 große festkochende Kartoffeln,
½ Bund Petersilie,
5 EL geschmacksneutrales Pflanzenöl,
2 EL Tomatenmark,
1,5-2 l Lammfleischbrühe,
Salz,
Pfeffer

Klöße:

250 g Mehl,
1 TL Backpulver,
125 g kleingehackter Rindertalk,
Salz,
Pfeffer





Zubereitung:

Die Lammstücke in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abschütteln. Die Zwiebeln abziehen und grob würfeln. Das Grüne vom Lauch abschneiden, den Lauch in Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen und grob hacken.

Karotten, die Steckrübe, die Pastinaken, die Kohlrübe und die Kartoffeln schälen und in Würfel von knapp 1 cm Kantenlänge schneiden. Die Petersilie waschen und grob hacken.

Das Öl in einem großen Topf erhitzen. Das Fleisch von allen Seiten bei mittlerer Hitze anbraten, dann Zwiebeln und Lauch dazu geben und auf kleiner Hitze kurz anschwitzen. Restlichen Zutaten bis auf die Petersilie dazu geben. Mit Fleischbrühe auffüllen, bis alle Zutaten bedeckt sind. Behutsam salzen, pfeffern und drei Stunden abgedeckt bei niedriger Flamme köcheln lassen. Abschmecken.



Für die Klöße das Mehl mit Backpulver in eine Schüssel sieben, mit Talk, Salz und Pfeffer mischen. Nach und nach Wasser dazugeben, bis ein fester, knetbarer Teig entsteht. Gut durchkneten, 8 Klöße formen und diese 20 min. vor Ende der Kochzeit zu dem Eintopf geben. Ziehen lassen.



Eintopf mit der Petersilie bestreuen, servieren.

Zubereitungszeit:

240 min

Reestit mutton

Hammeleintopf

Dieser Hammeleintopf muß nicht gesalzen werden, das Pökelfleisch enthält schon genug Salz. „Reestit Mutton“ ist ein schönes Beispiel für die einfache, aber „wärmende Küche“ auf den rauhen Shetland-Inseln.



Zutaten für 6 Portionen:

- 1 kg gepökelttes Hammelfleisch,
- 1 kg festkochende Kartoffeln,
- 2 Möhren,
- 1 mittelgroße Steck- oder Kohlrübe,
- 2 Zwiebeln,
- 1 Kopf shetländischer Kale (Cale), ersatzweise Wirsing



Zubereitung:

Das Fleisch 2-3 h simmern lassen. Dann das Wasser abgießen. Sollte das Fleisch noch hart sein und sehr salzig schmecken, erneut aufsetzen und 1 weitere h garen, bis es weich ist. Man befreit es vom Fett und schneidet es in Würfel.



Kartoffeln, Rübe und Möhren schälen, Zwiebeln abziehen. In grobe Würfel schneiden. Den Kohl gründlich waschen und in Streifen schneiden. Mit 1½ l Wasser bedecken, zum Kochen bringen und solange simmern lassen, bis das Gemüse weich ist. Das Fleisch dazu geben und mit dem Gemüse erhitzen. Mit frischen Bannocks servieren.

Zubereitungszeit:

300 min



Bannocks

Brötchen aus Gerstenmehl

Schnell geknetete Brötchen, die man früher auch auf einer heißen Metallplatte gebacken hat.

Zutaten für 5 Brötchen:

250 g Gerstenmehl, ersatzweise Weizenmehl,
½ Päckchen Backpulver,
1 TL Zucker,
1 Prise Salz,
100 ml kalte Milch,
50 g zimmerwarme Butter

Zubereitung:



Mehl und Backpulver in Rührschüssel sieben, mit Zucker und Salz vermischen. Mit Milch und Butter zu einem festen Teig kneten, der sich vom Rand der Schüssel löst. Zu einer Rolle formen, 5 Scheiben schneiden, zu flachen Fladen ausrollen und diese bei 220 °C (Umluft 200 °C) 15 min backen. Man kann sie auch in der Pfanne in Öl ausbacken. Warm servieren.

Zubereitungszeit:

40 min



TV-Info

Übersicht

Am nördlichsten Punkt Großbritanniens, wo drei Meere zusammenfließen, wohnt der gebürtige Shetländer Ronnie Eunson mit seiner Frau Sue und sieben Kindern. Vor 30 Jahren kaufte er sich das erste Stück Land. Heute besitzt er über 1.000 Schafe und 16 Kühe, betreibt gemeinsam mit Sue einen Bio-bauernhof und kämpft für die Erhaltung der traditionellen Landwirtschaft und Artenvielfalt in Shetland. Auf den Tisch kommen bei Familie Eunson immer deftige Gerichte wie zum Beispiel Hammeleintopf mit selbst gebackenen Gerstenbrötchen.

Details

Ronnie und Sue fühlen sich ihrem Land verbunden und kultivieren einheimische Gemüse- und Getreidesorten wie "Cale", eine besondere Kohllart, die im rauen shetländischen Klima zwei Jahre Wachstum bis zur Ernte benötigt. Traditionelle Gerichte wie "Reestit Mutton" auf ihrem Speiseplan: ein Hammeleintopf, der mit "Bannocks", englischen Gerstenbrötchen, gegessen wird.

Bei sieben Kindern gehört das Kochen in großen Portionen zum Alltag. Sue hat Ökologie studiert und gibt Biobauern bei ihren ersten Schritten eine Starthilfe. Ronnie betreibt seinen Biohof soweit wie möglich alleine und ist froh über die Unterstützung seines Sohnes, der Veterinärmedizin auf dem Festland studiert und ihm in den Semesterferien hilft.

Cousin Cecil hingegen sieht die Dinge pragmatisch. Heute wird er zu einer komplizierten Geburt eines Kalbes gerufen und als sich herausstellt, daß es Zwillinge sind und diese die Geburt überleben, freut sich Cecil besonders.

Personen

Regie: Friederike Schlumbom

Bilder

- 1 v.l.: Sue, Rouen und Kristy Eunson
- 2 Lammeintopf mit Klößen
- 3 Sue und Ronnie Eunson
- 4 Hanna Eunson beim Kochen