

Jüdische Küche bei uns im Westen – von traditionell bis modern

Die Rezepte

Challot (auch Challa oder jiddisch Berches)	2
Tscholent	4
Latkes (Reibekuchen) mit Gewürzkompott und Rote-Bete-Sirup	6
Forellenzopf in Meerrettich-Orangen-Sauce mit Kartoffelscheibchen in Zitrusvinaigrette Rezept von Tom Franz	8
Süße Hamantaschen gefüllt mit Pflaumenmus	11

Challot (auch Challa oder jiddisch Berches)

Rezept zubereitet von Rachel Wagner

Das Hefebrot, welches typischerweise zu einem Zopf geflochten wird, ist ein zentraler Bestandteil eines traditionellen Schabbats und anderer religiöser Feiertage. An Schabbat liegen zwei Challot auf dem Tisch. Das soll daran erinnern, dass während der Wanderung der Israeliten durch die Wüste freitags immer die doppelte Menge "Manna" vom Himmel fiel – für den Freitag und für den darauffolgenden Schabbat gleich mit.



Zutaten für 2 Challot:

- 1 kg Mehl (Type 405)
- ½ Würfel (21g) frische Hefe
- 400 ml lauwarmes Wasser
- 115 g Zucker
- 115 ml Pflanzenöl
- 1 EL Salz
- 2 Eier

Zum Bestreichen:

- 1 Ei
- Sesam oder Mohn

Zubereitung:

- Frische Hefe zerbröseln und mit 500 g Mehl mischen.
- Das lauwarme Wasser hinzugeben und alles vermischen.
- Die restlichen Zutaten (Öl, Zucker, Salz und Eier) hinzufügen und gut vermengen.
- Das restliche Mehl hinzufügen, vermischen und etwa 8 Minuten gut durchkneten, bis der Teig elastisch ist. Zu einer Kugel formen.
- Den Teig von allen Seiten mit etwas Öl bestreichen, mit Frischhaltefolie zudecken etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehenlassen.
- Den Teig nochmals durchkneten und für eine weitere Stunde zugedeckt gehenlassen.
- (Gläubige Juden trennen nun Challa ab, einen kleinen Teil des Teigs, der verbrannt wird.)
- Nun den Teig in zwei Portionen teilen. Jede Portion zu drei oder vier Strängen formen. Daraus jeweils einen Zopf flechten, sodass zwei Challot entstehen. Etwa 45 Minuten zugedeckt auf dem Blech gehenlassen.
- Die aufgegangenen Challot mit verquirltem Ei bestreichen, dann nach Belieben mit Mohn oder Sesam bestreuen.
- 35 Minuten bei 180 Grad Umluft im vorgeheizten Ofen backen.

Tscholent

Rezept zubereitet von Rachel Wagner

Tscholent ist ein klassisches aschkenasisches Eintopfgericht, das traditionell zum Schabbat-Mittagessen gereicht wird. Es eignet sich hervorragend zu Schabbat, weil man es am Freitag zubereitet und es dann in der Nacht auf Samstag bei niedrigster Temperatur vor sich hin schmoren lässt. Rachel Wagner benutzt dafür einen Slow Cooker. Wer keinen Slow Cooker hat, verwendet einfach einen Schmor- oder Kochtopf.



Zutaten:

- 1 Kischke (aschkenasische Wurstspezialität: Rinderdarm gefüllt mit Rinderfett, Mazzemehl, Zwiebeln und Gewürzen) in koscheren Metzgereien oder koscheren Supermärkten erhältlich.
- 2 Zwiebeln
- 4 Eier
- 2 kleine Kartoffeln
- 1 kg Rindergulasch
- 2 – 4 Markknochen (optional)
- 1 Tasse Perlgraupen
- ½ Tasse getrocknete weiße Bohnen
- 1 EL Paprikapulver
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Kurkuma
- ½ TL Chili-Pulver

- 2 EL Honig
- 3-4 Tassen Wasser
- Salz und Pfeffer
- (2 EL Gänseeschmalz zum Anbraten für die Zubereitung im Schmor- oder Kochtopf)

Zubereitung im Slow Cooker:

- Vorbereitung: Die Bohnen morgens in einer Schüssel mit kaltem Wasser bedecken und bis zum Abend einweichen lassen.
- Kartoffeln schälen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden.
- Zwiebeln schälen und fein hacken.
- Zwiebeln und Kartoffeln in den Slow Cooker geben.
- Rindergulasch in mundgerechte Stücke würfeln und auf die Zwiebeln und Kartoffeln in den Slow Cooker geben.
- Optional: Markknochen dazu geben.
- Salz und Pfeffer über die Zutaten im Slow Cooker streuen.
- Bohnen abtropfen und zusammen mit den Graupen hinzufügen. Anschließend Paprikapulver, Kreuzkümmel, Kurkuma und Chili-Pulver dazugeben.
- Honig und Kischke auf die Zutaten im Slow Cooker geben. Anschließend das Wasser hinzugeben.
- Den Slow Cooker verschließen und das Ganze über Nacht oder mindestens 8 Stunden bei niedrigster Stufe garen lassen. Eine Stunde vor dem Servieren die Eier abwaschen, ungeschält ganz hineingeben und mitgaren.

Zubereitung im Schmor- oder Kochtopf:

- Vorbereitung: Die Bohnen morgens in einer Schüssel mit kaltem Wasser bedecken und bis zum Abend einweichen lassen.
- Kartoffeln schälen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden.
- Zwiebeln schälen und fein hacken.
- Rindergulasch in mundgerechte Stücke würfeln.
- Gänseeschmalz in einem großen Topf auf mittlerer bis hoher Stufe zerlassen. Zwiebeln und Fleischstücke darin anbräunen.
- Bohnen abtropfen lassen.
- Hitze reduzieren und Kartoffeln und Bohnen zufügen. Gut mit Wasser bedecken. Graupen und Gewürze hinzufügen. Honig und Kischke zufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen, umrühren.
- Optional: Markknochen dazu geben.
- Deckel aufsetzen und bei sehr niedriger Hitze über Nacht bis zum nächsten Mittag schmoren. Eine Stunde vor dem Servieren die Eier abwaschen, ungeschält ganz hineingeben und mitgaren.

Latkes (Reibekuchen) mit Gewürzkompost und Rote-Bete-Sirup

Rezept von Tom Franz

Das rheinische Pendant zu den jüdischen Latkes sind „Rievkooche“. Für den gebürtigen Erftstädter Tom Franz haben die Kartoffelpuffer eine wichtige verbindende Funktion zwischen seiner rheinischen Heimat und seiner Wahlheimat Israel.

Bei den Aschkenasim werden Latkes traditionell zu Chanukka gegessen. An dem achttägigen Lichterfest wird an die Wiedereinweihung des Tempels in Jerusalem und an den erfolgreichen Aufstand der Makkabäer gegen die syrische Herrschaft gedacht. Zur Erinnerung an das Ölwunder im Tempel (Öl, das eigentlich nur für einen Tag Brennstoff für den siebenarmigen Tempelleuchter gereicht hätte, brannte acht Tage lang) werden Speisen gegessen, die mit Öl zubereitet werden (Krapfen, Latkes).



Zutaten für Latkes:

- 1 kg festkochende Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 2 Eier
- 1 TL Salz
- Etwa 200 ml neutrales Öl

Zutaten für Gewürzkompost:

- 6 Äpfel
- 4 Birnen
- 100 g brauner Zucker

- 1 Zimtstange
- 1 Sternanis
- 2 Kardamomkapseln
- Etwa 200 ml Wasser
- 1 Prise Salz

Zutaten für Rote-Bete-Sirup:

- Saft von 8 frischen, geschälten Rote Bete-Knollen (falls man keinen Entsafter hat, kann man ½ Liter gekauften rote Bete-Saft verwenden)
- Saft von 2 Äpfeln (oder ¼ Liter Apfelsaft)
- Saft von 1 Orange
- 50 g brauner Zucker
- 1 Prise Salz

Zubereitung Latkes:

- Die Kartoffeln schälen und mittelgrob reiben.
- Die Zwiebeln schälen und fein hacken.
- Die Kartoffeln in einem Spitzsieb einige Minuten lang immer wieder sorgfältig ausdrücken. Alternativ zu einem Spitzsieb kann man die Masse auch in einem Küchentuch ausdrücken.
- Anschließend mit den übrigen Zutaten in einer Schüssel vermengen.
- Das Öl ca. 5 cm hoch in eine mittelgroße schwere Pfanne geben, so dass die Reibekuchen gut im Öl schwimmen können.
- Das Öl kräftig erhitzen, perfekt sind 170 Grad, und die Kartoffeln portionsweise von beiden Seiten insgesamt 8-10 Minuten goldbraun braten. Tipp: Um zu erkennen, ob das Öl die richtige Temperatur hat, den Stiel eines Kochlöffels in das flüssige Fett halten. Wenn sich um das Holz herum kleine Bläschen bilden, die nach oben steigen, ist die richtige Temperatur erreicht.

Zubereitung Gewürzkompott:

- Die Äpfel und Birnen schälen, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden.
- Alle Zutaten in einem breiten Topf bei leichter Hitze und mit wenig Wasser weichkochen. Je nach Bedarf immer wieder etwas Wasser nachgießen, aber nur so viel, dass am Ende keine Flüssigkeit übrigbleibt.
- Die Gewürze herausnehmen und das Obst mit einem Kartoffelstampfer teilweise zerstampfen. Vor dem Servieren auskühlen lassen.

Zubereitung Rote-Bete-Sirup:

- Die Zutaten in einem Topf mit dickem Boden reduzieren, bis eine sirupartige Konsistenz erreicht ist.

Forellenzopf in Meerrettich-Orangen-Sauce mit Kartoffelscheibchen in Zitrusvinaigrette

Rezept von Tom Franz

Die besondere Zopf-Form der Forelle erinnert an das Challot, das klassische Schabbat-Brot. Für Tom Franz hat dieses Gericht eine besondere Bedeutung, da es in seiner Familie traditionell zu Heiligabend Kartoffelsalat mit geräuchertem Fisch gab.



Für die Sauce:

- 2 Eigelbe
- 1 TL Senf
- 250 ml Rapsöl
- Saft einer ½ Zitrone
- Saft einer ½ Orange
- 2 EL frisch geriebener Meerrettich
- 1 TL flüssiger Honig

Für die Kartoffelscheibchen:

- 1 EL Zitronensaft
- ½ TL abgeriebene Schale von 1 Biozitrone
- 2 EL Orangensaft
- ½ TL abgeriebene Schale von 1 Bioorange
- 1 EL Grapefruitsaft
- 200 ml Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

- ½ TL Zucker 20 kleine festkochende Kartoffeln, gekocht und geschält

Für den Fisch:

- 1 Möhre, geschält
- 1 Zwiebel, geschält
- 1 Stange Bleichsellerie
- 1 Glas Weißwein
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Pimentkörner
- 4 kleine Forellenfilets
- 2 EL Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung Soße:

- Die Basis der Sauce ist Mayonnaise. Die Eigelbe mit dem Senf in einer Schüssel mit dem Handrührgerät kräftig verschlagen. Das Öl zuerst tropfenweise unterrühren, immer darauf achtend, dass das Öl zu einer Emulsion bindet.
- Die Geschwindigkeit des Geräts erhöhen und das Öl in feinem Strahl zugießen, bis die gesamte Menge aufgenommen wurde.
- Die Zitrus säfte angießen. Den Meerrettich hinzufügen. Die Konsistenz der Sauce sollte flüssig sein, gegebenenfalls Zitrus saft zusätzlich hinzufügen. Den Honig unterrühren.

Zubereitung Kartoffelscheibchen:

- Die Zitrus säfte und den Abrieb in einer Schüssel vermengen.
- Das Olivenöl langsam einrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.
- Die gekochten und geschälten Kartoffeln in ½ cm dicke Scheiben schneiden.
- Die Kartoffelscheiben in die Vinaigrette einlegen und in einem Topf auf dem Herd einige Minuten vor dem Servieren leicht erwärmen.

Zubereitung Fisch:

- Einen Dämpftopf (oder normaler Topf mit Dämpfeinsatz, oder Bambusdämpfer) 2 cm hoch mit Wasser füllen. Das Wasser zum Kochen bringen.
- Das Gemüse in grobe Stücke schneiden und in den Topf geben.
- Den Wein angießen und die Lorbeerblätter und Pimentkörner hinzugeben.
- Bei leichter Hitze köcheln lassen.
- Die Fischfilets häuten und längs vom Schwanz her in drei gleich dicke Scheiben schneiden, wobei diese am Schwanzteil verbunden bleiben sollen.
- Den Fisch mit dem Olivenöl bestreichen und leicht mit Salz und Pfeffer würzen.
- Jedes Filet zu einem Zopf flechten, in den Dämpfaufsatz oder Bambusdämpfer auf dem Topf mit dem Gemüse geben und zugedeckt 6-8 Minuten dämpfen.

Anrichten:

- Die Kartoffelscheiben auf einem runden Teller in einem Kreis von etwa 15 cm Durchmesser anordnen.
- 1 TL Soße in die Mitte geben und den Forellenzopf vorsichtig drauflegen.
- Mit etwas Soße den Fisch überziehen und heiß servieren.

Süße Hamantaschen gefüllt mit Pflaumenmus

Rezept von Tim Kortüm

Hamantaschen werden traditionell zu Purim gegessen. Während des drei-tägigen Purimfestes wird an Esther erinnert: die jüdische Königin des Perserreichs, die ihr Volk vor der Vernichtung durch Haman rettete, den höchsten Regierungsbeamten des Perserkönigs, der alle Juden im Perserreich an einem Tag ermorden lassen wollte. Während Purim verkleidet und „beschickert“ man sich. Die dreieckigen gefüllten Gebäcktaschen erinnern an Esthers süßen Erfolg.



Zutaten für 20 Hamantaschen:

- 125 g Zucker
- 200 g Margarine
- 15 g Olivenöl
- 1 Vanilleschote oder anderes Vanillearoma
- 350 g Mehl
- 1 halbes Päckchen Backpulver
- Prise Salz
- Eigelb

Für die Füllung eignen sich verschiedene Marmeladen und Konfitüren wie Aprikosen- oder Erdbeermarmelade sowie Pflaumenmus. Aber auch Füllungen mit Marzipan, Nuss oder süßem Mohn. Egal für welche Füllung Sie sich entscheiden, sie darf nicht zu flüssig sein. Dabei gilt: Weniger ist mehr. Denn sonst können die Hamantaschen beim Backen aufplatzen.

Zubereitung:

- Zucker, Margarine, Olivenöl und das Mark einer Vanilleschote in eine Schüssel geben und mit einem Handrührgerät gut vermengen.
- Daraufhin Mehl, Backpulver und Salz nach und nach hinzugeben, bis ein gleichmäßiger Teig entsteht. Bestenfalls den Teig über Nacht kühl stellen. Dazu den Teig zu einer Kugel formen und mit Frischhaltefolie umwickeln.
- Den gekühlten Teig mit einem Nudelholz auf einer bemehlten Oberfläche 3-4 mm dick ausrollen.
- Mit einem runden Ausstecher von ca. 10 cm Durchmesser Kreise ausstechen.
- Backofen auf 200 °C vorheizen.
- Für die Füllung: Füllung nach Geschmack in einen Spritzbeutel geben und walnussgroße Portionen auf die Teigkreise drücken. Wer keinen Spritzbeutel hat, die Füllung einfach mit einem Teelöffel auftragen.
- Dann die Hamantaschen falten, sodass ein Dreieck entsteht. Dazu den Teig von drei Seiten über die Marmelade schlagen und an den Kanten leicht zusammendrücken, damit die Füllung nicht ausläuft. Wichtig dabei: die Hamantasche an der Oberseite nicht komplett verschließen, sodass die Füllung sichtbar bleibt.
- Die Hamantaschen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit Eigelb bestreichen.
- Ca. 12 Minuten backen, bis die Hamantaschen goldbraun sind.
- Nach dem Backen abkühlen lassen.