

# Burgfräulein-Gebäck und Bettelmann-Eintopf

Ferien-Kochkurs führt Kinder ins kulinarische Mittelalter – Suppe brodelt über offenem Feuer – Lehrreicher Vormittag für alle Teilnehmer

Von Andrea Leifeld

**Goslar.** Stopp! Der routinierte Gang in die Küche war falsch, als Hauswirtschaftsleiterin Stefanie Mazannek im Rahmen einer Ferienpassaktion zum „mittelalterlichen Kochen“ in der Jugendherberge einlud.

Nicht weil die Küche etwa nicht aufgeräumt gewesen wäre – nein, viel mehr waren es zeitgenössische



Knacknüsse, die den Gang zu modernen Kochfeldern und Küchenmaschinen verwehren: Im Mittelalter kochte man noch über dem offenen Feuer und schnipelte die Zutaten in Handarbeit mit dem Messer... Und so führte der Weg ins Nebengebäude und auf den Hof.

Aber Leckerer stand auch schon damals auf dem Speiseplan: Burgfräulein-Gebäck, ein Hefeteig mit Rosinen, Bauernkräpfen, hergestellt aus grobem Dinkelmehl, Honigbutter (sehr lecker zu dem süßen Gebäck) und Fladenbrot, als rustikaler Klassiker in den Küchen aller Kulturen.

Arm, aber nur im Namen, war der Bettelmann-Eintopf: Mit Linsen, Lauch, Karotten und Kartoffeln füllte er komplett fleischlos die Mägen der Ferienpassteilnehmer.

Doch galt es für Dominik, Fiona, Hannah, Colin & Co. nicht nur, nachempfundene mittelalterliche Kochrezepte zuzubereiten, sondern auch mit dem einen der andere Trick jene elektro-freien Zeit sprichwörtlich „auszutricksen“: „Wenn ihr Mehl braucht, nehmt ihr einfach einen großen Becher. Das



Das Feuer unter dem Kessel, in dem das mittelalterliche Mahl brodelt, wird geschürt.

Fotos: Leifeld

sind gut 250 Gramm“, gab Stefanie Mazannek als Tipp. Unterstützt wurde das mittelalterliche Unternehmen von den Auszubildenden Vivien (1. Lehrjahr) und Julia (3.

Lehrjahr). Geknetet wurde der Teig mit den Händen und von wegen Dose auf und fertig: Das marktfrische Gemüse wurde von Hand geschält und in mundgerechte Stücke ge-

schnitten. Auch das Schüren des Feuers wurde mit großer Aufmerksamkeit verfolgt. So wurde der Kurztrip ins Mittelalter ein leckerlehreicher Vormittag für alle.



Frisches Gemüse für den Eintopf präsentiert Fiona.