



TASTY TRAKAI

Die kulinarische Stadtführung





Es gibt viele Möglichkeiten, etwas über die Geschichte und Kultur eines Landes zu erfahren, aber es gibt nichts Schöneres und Authentischeres, als die Küche des Landes hautnah kennenzulernen. Es ist unmöglich, ein fremdes Land vollständig zu verstehen, ohne die nationale Küche oder die beliebtesten Gerichte zu probieren. Wissenschaftler haben bewiesen, dass das Essen eines der stärksten Gedächtnisstimulanzien ist. Beim Besuch kleiner Restaurants mit lokaler Küche, in denen nach jahrhundertalten Rezepten zubereitete Gerichte serviert werden, scheint man beinahe den Geist des Landes kennenzulernen ...

Welche Geschmäcker von Trakai müssen Gäste aus Litauen und dem Ausland probieren?

Die litauische Küche hat sich unter dem Einfluss verschiedener historischer Umstände verändert und geformt. In den verschiedenen Regionen Litauens gibt es unterschiedliche Gerichte und verschiedene Zubereitungsarten für dasselbe Gericht. Traditionelle Lebensmittel haben die Jahrhunderte überdauert und sind daher Teil der Geschichte und der Kultur.

Kalte Rote-Bete-Suppe, Schwarzbrot, Speck, Zeppelinas und nicht wenige Kartoffelgerichte sind traditionell, aber sie spiegeln bei weitem nicht das gesamte kulinarische Erbe Litauens wider.

Die Region Trakai ist aufgrund der Verflechtung von Nationalitäten und unterschiedlichen Kulturen der lokalen Bevölkerung einzigartig. Verschiedene hier lebende Völker und Kulturen, unterschiedliche Religionen und die Migration der Menschen haben das lokale kulinarische Erbe geprägt. Dies ist das Geheimnis der Küche der Region Trakai. Karäer, Tataren, Juden, Griechen, Franzosen, Italiener, Deutsche ... dieser brodelnde Kessel der Nationen hat nicht nur die Küche von Trakai, sondern auch die Küche gesamt Litauens bereichert. Heute sind Gerichte, deren historische Ursprünge weit über die Grenzen Litauens hinausgehen, aus der Speisekarte der Region Trakai nicht mehr wegzudenken.

Geschmäcker, welche an die Kindheit, einen bestimmten Feiertag oder eine besondere Zeit im Jahr erinnern, werden aus den handgeschriebenen Rezeptbüchern der Großmütter von Generation zu Generation weitergegeben.

Wir empfehlen sechs Gerichte aus der Region Trakai mit einem fantastischen Geschmack, die Sie mindestens einmal im Leben probieren müssen!

WWW.TRAKAI-VISIT.LT



SCHOKOLADE

Wir beginnen die kulinarische Reise der Region Trakai mit der Präsentation handgemachter Schokolade: Milch- oder traditioneller Geschmack, mit Chili-Pfeffer oder sogar mit litauischem Räucherspeck!

Die Manufaktur „AJ Šokoladas“, die nicht nur in ganz Litauen beliebt ist, sondern über eigene Vertretungen in den USA und vielen anderen europäischen Ländern verfügt, produziert Schokolade in Handarbeit nach bester belgischer Tradition. Nach dem Besuch im Schokoladenhaus wird hier jeder Besucher süße und angenehme Gefühle erleben.

Viele süße Rezepte werden von den Meistern der Manufaktur und vom Besitzer selbst – Algimantas Jablonskas – kreiert.

Wir laden jeden Schokoladenliebhaber ein, diese Schokoladentraditionen kennenzulernen und zu erleben. In einem kleinen Laden in der Altstadt von Trakai kann jeder Kunde aus mehr als einem halben Hundert Schokoladensorten seine Lieblingsschokolade auswählen. Die Atmosphäre des Schokoladenladens im Retro-Stil, der Duft der Schokolade, die sentimentale

Musik und sogar die nostalgische Kleidung der Verkäufer erinnern viele Besucher an ihre süße Kindheit.

Jede Person, die Ihnen am Herzen liegt und die eine Schachtel goldfarbener Bonbons oder Pralinen mit der Aufschrift „Trakai“ und dem „AJ“-Logo als Geschenk erhält, kann sich mit Schokolade höchster Qualität und einem unvergleichlichen, glückseligen Geschmack verwöhnen... Dies ist das beste Geschenk aus Trakai!

Als der Schokoladenladen seine Aktivitäten ausweitete, wurde vor einigen Jahren das erste Museum für Schokoladenskulpturen in Litauen eröffnet, in dem nun mehr als hundert Skulpturen ausgestellt sind, die im vergangenen Jahr von Meistern geschaffen wurden. Das Museum verfügt über vier Räume mit unterschiedlichen Themen: Maya, Kolumbus, Filme „Schokolade“ und „Fun Life“. Die meisten Werke aus der süßen Masse sind lebensgroß. Die kleinste Skulptur hat etwa die Größe einer menschlichen Handfläche. Die Ausstellung wird alle paar Jahre aktualisiert und neue Schokoladenfiguren werden darin ausgestellt und präsentiert.

„AJ Šokolado Sostinė“ findet man in:

Vytauto Str. 4, Trakai
www.ajsokoladas.lt



KIBIN

Die Geschichte von Kibin in Litauen

Ein Aufenthalt in der historischen Hauptstadt Litauens, Trakai, wäre ohne eine heiße Tasse Brühe mit einem traditionellen Karäer-Kibin nur halb so reizvoll.

Im Laufe der Jahrhunderte führten viele Straßen aus verschiedenen Ländern durch Litauen. Die Geschichte führte dazu, dass sich in unserem kleinen Land verschiedene nationale Gemeinschaften und ethnische Gruppen niederließen, welche zu einem integralen Bestandteil unseres Lebens und unserer Traditionen wurden. Genau wie ihre Küche.

Die Kibins kamen im 14. Jahrhundert zusammen mit den Karäer nach Litauen. Alles begann etwa 1398 Jahre nach der siegreichen Schlacht auf der Krim im 14. Jahrhundert. Großfürst Vytautas von Litauen siedelte etwa 380 Familien dieser Nationalität nach Trakai um. Den Karäern wurde Land im nördlichen Teil von Trakai gegeben, wo die Karäer ihre Gebetshäuser bauen konnten, wo sie sich zu ihrer Religion – dem Karaismus – bekannten.

Als sie in Trakai ankamen, bildeten die Karäer zwei Gruppen, welche unterschiedliche Aktivitäten ausübten: Soldaten und Zivilisten. Die Soldaten bewachten die Burgen

und die Brücke zur Burg der Insel. Der größte Teil der Karäer-Zivilbevölkerung bewirtschaftete jedoch das Land, baute Gemüse an, betrieb kleine Handwerke, handelte, hielt Bitterstoffe, mietete staatliche Zölle und übte andere wichtige Aktivitäten aus. Die in Trakai lebende Karäer-Gemeinschaft bewahrte über die Jahrhunderte hinweg ihre Traditionen, ihren Glauben, ihre Bräuche und ihre Sprache. Aus diesen Gründen kann man sagen, Trakai sei die Hauptstadt der Karäer Litauens und sogar der ganzen Welt.

Die Karäer in Litauen haben ebenso verschiedene Nationalgerichte bewahrt. Einige von ihnen gehören zum alltäglichen Tisch, andere zum festlichen Tisch, der normalerweise mit einem religiösen Feiertag verbunden ist. Eines der berühmtesten nicht-zeremoniellen Gerichte Litauens und nicht nur den Karäern weithin bekannt – Kibins (kybyn, kybynlar). Dabei handelt es sich um halbmondförmige Kuchen aus Hefeteig mit einer Füllung aus gehacktem Lamm- oder Rindfleisch, welche im Ofen auf einem Backblech gebacken werden.

Allerdings besteht die karäische Küche definitiv nicht nur aus Kibins. Karäische Frauen gelten seit langem als gute Hausfrauen, und es besteht kein Zweifel daran, dass die karäische Küche, die auf Fleisch- und Teiggerichten basiert, gerade dank ihrer harten Arbeit bis heute überlebt hat. Neben Kibins backen Karäer auch Tschebureks,

Bijañe da kuvane
Ba avdia tochtehejlar.
Kiriuvciu da cyhuvciu
Birdian ubijbia
Alhyšly bolhejlar!



Apštal vadinama rėšis rėkama šalė.
Sofar and hand washing.jpg



kochen oft Knödel und können auch auf das Nationalgetränk Krupnik nicht verzichten. Der Name stammt von den Einheimischen, das Rezept ist jedoch abgewandelt. Für die Zubereitung werden verschiedene Wurzeln und orientalische Gewürze verwendet: Nelken, Muskatnuss und Vieles mehr.

Heute gibt es in Trakai nicht nur etliche Restaurants mit karäischer Küche, sondern es werden auch Schulungen

Rezept:

Um traditionelle Kibins zu Hause herzustellen, benötigt man: 350 g Mehl, 200 g Butter, 200 g fetter Sauerrahm, 2 Eier für den Teig und 1 Ei zum Bestreichen, 400 g Nacken (vorzugsweise Lamm oder Rind, aber anderes Fleisch geht auch), 2 mittelgroße Zwiebeln, Salz und Pfeffer nach Geschmack.

Zuerst das Mehl zusammen mit der Butter sieben. Die endgültige Konsistenz sollte nassem Sand ähneln, es sollten keine großen Butterstücke zurückbleiben. Wenn Mehl und Butter vermischt sind, Salz, Eier und Sauerrahm hinzufügen. Mischen, bis der Teig glatt ist, nicht an den Händen klebt und sich kein trockenes Mehl in der Schüssel befindet. Anschließend die Schüssel mit dem Teig mit Frischhaltefolie abdecken und mindestens 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Während der Teig ruht, können Sie die Füllung vorbereiten.

zur Herstellung von Kibins und Verkostungen organisiert. Während Sie den Geschichten über die Traditionen der Stadt Trakai zuhören, bieten wir Ihnen an, die Fingerfertigkeit bei der Herstellung von Kibins zu testen ... Erst dann werden Sie verstehen, wie dank einer speziellen Rezeptur und einem interessanten Garprozess aus der Kombination von Teig und Füllung ein einzigartiger traditioneller Kuchen mit Fleisch entsteht.

Das Fleisch in kleine Stücke schneiden (auf keinen Fall mahlen). Mit fein gehackten Zwiebeln und Gewürzen vermischen. Fertig! Den im Kühlschrank ruhenden Teig in Portionen aufteilen, gleichgroße Pfannkuchen formen und ausrollen. Danach sollte jeder Pfannkuchen etwas länger und etwas größer als Ihre Handfläche sein. Geben Sie die Füllung auf die gerollten Pfannkuchen, falten Sie die Oberseite des Pfannkuchens fest und bestreichen Sie ihn mit verquirltem Ei. Es können ein paar kleine Löcher in die Oberseite gestochen werden, damit der Dampf entweichen kann, aber das ist nicht unbedingt notwendig.

Die vorbereiteten Kuchen im auf 200 °C vorgeheizten Ofen etwa 30 Minuten backen. Lassen Sie es nach dem Backen eine Weile stehen, aber warten Sie nicht, bis die Kibins vollständig abgekühlt sind – sie sollten zumindest warm gegessen werden. Guten Appetit!

Verkostung von Kibins in Trakai:

<https://www.trakai-visit.lt/en/objekto-kategorija/karaimiska-en/>



KIUBETE

Die Karäer-Küche ist nicht nur auf Kibins beschränkt. Die Karäer-Küche ist reichhaltig: Frisch- und Sauerkrautsuppe, Pasteten, Kuchen mit Kohl, Eintöpfe, Salate und natürlich Kiubete – eine fetter Teigkuchen mit Füllung.

Auch in der Karäer-Küche findet man viele Kartoffelgerichte, zum Beispiel Biok – so nennt man eine Kugel. Dieses Gericht wird auf ähnliche Weise wie litauische Kugelis gebacken, jedoch werden kleine Stücke von fettem Rind- oder Lammfleisch auf Kartoffelreiben gegeben. Und Schweinefleisch findet man eigentlich nicht, denn die Karäer essen es nicht.

Tatsächlich weisen die litauische und die karäische Küche viele Gemeinsamkeiten auf – in unserer Kultur ist es üblich, Zeppeline zu essen, und in der karäischen Küche ist es üblich, Kopt zu essen. Das sind Kartoffelreibknödel. Aus Rinder- oder Lammknochen wird eine dicke Suppe zubereitet, dazu werden Graupen und Bohnen oder viele Karotten hinzugefügt. Wenn die Suppe fast gekocht ist, werden rohe Kartoffeln gerieben und fein gehacktes Lamm- oder Rindfleisch auf die Kartoffelreiben gegeben, dann werden Knödel geformt und in die Suppe gegeben. Die gekochte Suppe wird noch zum Schmoren in den Ofen gestellt.

Und wir werden sicherlich nicht lügen, wenn wir sagen, dass die Karäer seit alten Zeiten bis heute für ihre Feste berühmt sind. So groß und ehrlich, dass es sogar Legenden darüber gibt. Eine der Legenden erzählt von der Festung der Stadt Tschufut Kale in der Nähe von Bachtshyssaraj, von wo aus angeblich die ersten Karäer nach Litauen kamen. Der Legende nach beschlossen die Bewohner der Stadt, als die Festung vom Feind umzingelt war, nicht mit Waffen, sondern mit Gastfreundschaft zu kämpfen. Die Hausfrauen bereiteten viel Essen zu, und die alten Männer öffneten das Tor zur Festung und luden den müden und hungrigen Feind ein. Die Soldaten des Feindes erkannten, dass sie ein Volk nicht angreifen konnten, das sie nicht mit Waffen, sondern mit Brot und Salz begrüßte.

Legenden erzählen nicht nur um die Gastfreundschaft der Karäer, sondern auch um die Köstlichkeit der Gerichte. Es wird gesagt, dass ein muslimischer Geistlicher sprachlos war, nachdem er den karäischen Eintopf probiert hatte. So entstand Imam Bailydy, der Name für Auberginen-Tomaten-Eintopf. Auf Litauisch würde es so etwas wie „Imam wurde ohnmächtig“ bedeuten.



Kiubete

Aus der karäischen Sprache übersetzt bedeutet kiubete „Schild des Kriegers“, was die Wurzeln der kriegerischen karäischen Nation in der Antike symbolisiert. Eine weitere Bedeutung ist, dass es sich um ein Familiensymbol der Einheit und Harmonie handelt, da der Kuchen zu gleichen Teilen unter allen Familienmitgliedern geteilt wird. Darüber hinaus symbolisiert die runde Form die Sonne, welche im Laufe der Jahrhunderte von allen Nationen verehrt wurde.

Rezept

Wenn Sie es zu Hause nachmachen möchten, benötigen Sie: Mehl, Butter, Sahne und Eier.

Für die Füllung: Hähnchenbrust, Reis, Zwiebeln, Öl zum Braten der Zwiebeln, Brühe, Hühnerfett und verschiedene Gewürze. Sie benötigen außerdem weitere Eier, um den Teig zu bestreichen.

Um den Teig zuzubereiten, warme Butter zum Mehl geben und gut durchkneten, bis keine kleinen Krümel mehr vorhanden sind. Geschlagene Eier, Sauerrahm und etwas Salz hinzufügen. Vorsichtig verrühren, sodass der Teig glatt ist, und in den Kühlschrank stellen.

Für die Füllung die Hähnchenbrust in große Würfel schneiden.

Der Kuchen wird immer heiß und dampfend serviert, mit einem verführerischen und köstlichen Aroma, welches Wellen der Freude und des Glücks verbreitet und den Tag in ein Fest verwandelt. Es wird mit verschiedenen Füllungen gebacken: Lamm, Rind, Huhn oder Fisch. Das Fleisch wird in kleine Stücke geschnitten, mit fein gehackten Zwiebeln gewürzt und mit weiteren Zusätzen wie Reis, Bohnen, Kartoffeln und Vieles mehr versetzt.

Den gekochten Reis abkühlen lassen. Fein gehackte Zwiebeln anbraten. Alle Produkte zusammen mischen und mit Gewürzen, Brühe und Hühnerfett würzen.

Den kalten Teig in zwei Teile teilen. Der untere Teil des Kuchens benötigt etwa 2/3 des gesamten Teigs, der Rest des Teigs bedeckt die Oberseite des Kuchens. Zwei etwa 0,8-1 cm dicke Kreise ausrollen. Die vorbereitete Füllung auf den ausgerollten Teigboden legen und die Teigränder anheben. Mit einem kleineren Teigkreis bedecken, die Ränder gut andrücken, sodass ein Zopfmuster entsteht. Stechen Sie Löcher in den oberen Teig, bestreichen Sie den Kuchen mit dem restlichen Ei und backen Sie ihn im Ofen bei 220-250 °C für 40-50 Minuten.

Verkostung in Trakai:

„Kiubëtė“, Trakų Str. 2D
„Kybynlar“, Karaimų Str. 29



TATARISCHER HUNDERTBLÄTTERTEIGKUCHEN

Die kulinarische Tradition der Tataren wird seit vielen Jahrhunderten mündlich von Generation zu Generation weitergegeben, um Kindern und Enkeln beizubringen, wie man das eine oder andere Gericht zubereitet. So auch das Rezept für den Hundertblätterteigkuchen (*šimtalapis*).

Rezept

Das Backen eines Blätterteigkuchens dauert mehrere Stunden, aber der Geschmack ist die Mühe auf jeden Fall wert.

Für den Teig benötigt man: 335 g Mehl, eine Prise Salz, 95 ml Milch, 2 Esslöffel Zucker, 18 g frische Hefe, 2 Eier und 30 ml Sonnenblumenöl zum Einfetten des Teigs und der Tischplatte.

Für die Füllung benötigt man: 335 g zerlassene Butter, 225 g Zucker, 1 Teelöffel Zimt, 130 g Mohn, 250–300 ml kochendes Wasser, 70 g Rosinen und 120 ml Brandy.

Zucker in eine Schüssel geben und frische Hefe hinzufügen. 1-2 Esslöffel warme Milch hinzufügen und verrühren. Mit einem Handtuch abdecken und etwa 10 Minuten an einem warmen Ort aufgehen lassen, bis eine leichte Schaumbildung zu erkennen ist. Die Eier in eine Schüssel geben. Die restliche warme Milch dazugeben und mit einer Gabel oder einem Backpinsel glattrühren.

Mehl und Salz in eine große Schüssel geben und vermischen. In die Schüssel mit Mehl und Salz die Ei-Milch-Mischung und die aufgeschäumte Hefe geben. Mischen, bis ein glatter Teig entsteht. Wenn der Teig glatt ist, die Arbeit auf einer Arbeitsfläche fortsetzen. Kneten Sie den Teig etwa 30–40 Minuten lang mit den

Die tatarischen Hausfrauen lassen den Teig aufgehen, indem sie ihn unter ein Kissen legen. Dann rollen sie die Tortenteigblätter aus, bis sie so dünn wie Zeitungspapier sind.

Händen. Der Teig sollte weich genug sein, aber nicht am Tisch kleben. Teilen Sie den gekneteten Teig in fünf Teile. Nehmen Sie einen Teil des Teigs, dehnen Sie ihn mit den Händen ein wenig (sodass ein Kreis entsteht) nehmen Sie eine Seite des Kreises, dehnen Sie ihn ein wenig und falten Sie ihn zur Mitte des Kreises. Dann leicht andrücken. Machen Sie dasselbe mit den restlichen drei Seiten. Decken Sie die Teigkugeln mit einem Handtuch ab und lassen Sie sie etwa 50-60 Minuten an einem warmen Ort zu Hause.

Den Mohn in eine Schüssel geben und mit kochendem Wasser begießen. Umrühren und etwa 50-60 Minuten stehen lassen. Lassen Sie das restliche Wasser aus dem eingeweichten Mohn ab und mahlen Sie sie den Mohn mit einer Küchenmaschine.

Geben Sie die Rosinen in eine Schüssel und gießen Sie den ein wenig Brandy darüber. Mindestens 30 Minuten stehen lassen. Nachdem die Rosinen eingeweicht sind, den restlichen Brandy hinzufügen.

Den Zucker in eine Schüssel geben. Einen Teelöffel Zimt hinzufügen und vermischen.



Für einen Blätterteigkuchen verwenden Sie am besten geschmolzene Butter – schmelzen Sie diese, bis eine flüssige Konsistenz entsteht.

Ölen Sie die Tischplatte. Legen Sie eine der Kugeln des aufgegangenen Teigs darauf. Die Oberseite des Teigs mit etwas Öl bestreichen. Beginnen Sie mit den Fingern, leicht auf die Oberfläche des Teigs zu drücken. So machen Sie den Teig langsam dünner und verteilen Sie die Oberfläche ein wenig. Den Teig auf der Arbeitsfläche ausdehnen, sodass der Teig hauchdünn wird, aber ohne zu reißen. Langsam ziehen und den Teig jeweils um einige Millimeter zu den Seiten hin, um ihn auszudehnen. Den Teig mit zerlassener Butter bestreichen und mit der Zucker-Zimt-Mischung bestreuen. Nehmen Sie dann die zweite Teigkugel und wiederholen Sie alle Schritte, nur heben Sie diesmal den Teig vom Arbeitstisch, wenn er noch etwas dicker ist, und übertragen Sie ihn auf das erste Teigblatt. Dann den Teig vorsichtig zu Ende dehnen. Den Teig nochmals mit Butter bestreichen und mit der Zucker-Zimt-Mischung bestreuen. Wiederholen Sie dies mit allen Teigkugeln. Die letzte und fünfte Schicht mit Butter bestreichen und mit dem restlichen Zucker bestreuen. Den Mohn entlang der langen Teigkante verteilen. Streuen Sie die in Brandy getränkten Rosinen über die gesamte Teigfläche.

Anschließend den Teig zu einer steifen Rolle ausrollen. Drücken

Sie auf die Enden der Teigrolle. Nehmen Sie einen größeren Topf und legen Sie ihn mit mehreren Lagen Backpapier aus. Platzieren Sie den Blätterteigkuchen, indem Sie ihn zu einem Kreis drehen. Ein hitzebeständiges Glas in die Aussparung in der Mitte des Blätterteigs stellen. Wenn noch etwas Butter übrig ist, bestreichen Sie die Oberfläche des Kuchens damit. Decken Sie den Teig mit einem Handtuch ab und lassen Sie den Teig 50-60 Minuten aufgehen.

Den Kuchen im Backofen bei 180 °C (Umluft) 55-60 Minuten backen. Backen Sie den Kuchen in den ersten 15 bis 18 Minuten ohne Deckel, um die Oberseite zu bräunen, und den Rest der Zeit mit Folie abgedeckt. Nach dem Backen das Glas entfernen und den Teig oben mit Puderzucker bestreuen. Lassen Sie den gebackenen Kuchen am besten zwei bis drei Tage nach dem Backen stehen, erst dann kosten Sie – dann schmeckt der Kuchen am besten. Schneiden Sie ihn und genießen Sie einen unvergleichlichen Geschmack!

Um die Geheimnisse der Kuchenherstellung kennenzulernen, laden wir Sie ein, das Zentrum für traditionelles Handwerk der Region Trakai (Karaimų Str. 41, Trakai) oder die „Karališka senoji kibininė“ (Autobahn Vilnius – Kaunas 23 km, Dorf Sausių, Kreis Trakai) zu besuchen. Hier bieten wir Ihnen die Teilnahme an dem Lernprogramm zum Backen eines Hundertblattkuchens an, die für Gruppen ab 10 Personen organisiert wird.

Eine Voranmeldung ist erforderlich:
www.trakukrastas.lt trakukrastas@gmail.com
www.kibinas.lt info@kibinas.lt

Sie können dieses Gericht in „Senoji kibininė“ kosten:
Karaimų Str. 65, Trakai



URAHNEN - EINTOPF

Köstliche Erinnerungen an alte Zeiten!

Litauen besteht aus fünf Regionen, deren Bewohner sich sowohl in ihrem Charakter als auch in ihren traditionellen Gerichten unterscheiden. Die Region Trakai gehört zu den ethnografischen Regionen Dzūkija und Aukštaitija. Dzūkija ist berühmt für seine Pilze und Beeren. In Aukštaitija ist ein herzhaftes Mittagessen ohne Kartoffel- und Fleischgerichte undenkbar. Der „Urahneintopf“ gehört zu den Gerichten, die so viele Variationen haben, wie es Hausfrauen gibt.

Rezept

Die Zubereitung des Gerichts dauert mehr als 1 Stunde.

Zutaten (für 4 Portionen): 600 g Fleischfilet, 6 Kartoffeln, 200 g Champignons oder andere Pilze, 3 Karotten, 1 Lauch, eine halbe Zucchini, 1 Stange Sellerie, 1 grüne Paprika, 1 Zwiebel, 3 Knoblauchzehen, 2 Esslöffel Butter, 200 ml heiße Brühe oder Wasser, Salz, gemahlener schwarzer Pfeffer, 100 ml Sauerrahm und anderes Gemüse wie Dill, Zwiebelblätter und Petersilie.

Zubereitung: Fleisch, Kartoffeln, Karotten, Zucchini und Paprika in Stücke schneiden. Das Fleisch sollte in kleinere Stücke geschnitten werden, das Gemüse in größere Stücke. Dies liegt daran, dass das Fleisch länger gegart wird. Außerdem gibt fein gehacktes Fleisch mehr Fett im Topf ab.

Lauch, Sellerie und Knoblauch hacken. Das Fleisch sollte in einer Pfanne vorgebraten werden, bis es goldbraun ist. In

Wir genießen jeden einzelnen Tropfen dieses Gerichts. Dies ist ein universelles Gericht, das für jeden Geschmack zubereitet werden kann! Mit Fleisch oder Gemüse der Saison.

Durch das Kochen in Tontöpfen bleiben alle Aromen erhalten und das Gericht ist mit einem reichen Geschmack und einem einzigartigen Aroma gesättigt, welches auf andere Weise nicht erreicht werden kann.

hitzebeständige Tontöpfe geben.

Zwiebeln und Champignons fein hacken, in Butter anbraten und auf das Fleisch legen. Alles mit Salz und gemahlenem Pfeffer abschmecken.

Gemüse- oder Fleischbrühe aufgießen (wer keine Brühe hat, Wasser) und gut zugedeckt im Backofen bei 180 - 200 °C (von oben, ohne Umluft) ca. 45 Minuten schmoren.

In einem Tontopf servieren, fein gehacktes Gemüse über den Eintopf streuen und mit einem Löffel Sauerrahm würzen. Den Eintopf vor dem Verzehr gut umrühren und etwas abkühlen lassen. Ein tolles Gericht für kalte Tage. Guten Appetit!

Dieser Eintopf war einer der ersten in der Geschichte und auf der Speisekarte in „Senoji Kibininė“ und wird noch heute zubereitet.

Verkostung in „Senoji kibininė“:

Karaimų Str. 65, Trakai
www.kibinas.lt



KÖNIGLICHE KOHLSUPPE

Die Litauer bereiten seit langem verschiedene Suppen zu: fleischig, milchig und süß, welche nicht nur vor dem Hauptgericht, sondern auch als Dessert gegessen werden. Die beliebtesten Kohl-, Rote-Bete-, Buchweizen-, Erbsen-, Kartoffel- und andere Gemüsesuppen werden mit Fleisch gewürzt, während die süßen Suppen aus Beeren und Früchten zubereitet werden. Im Sommer essen wir kalten Borschtsch mit Brat- oder Salzkartoffeln.

Kohl kann mit Sicherheit nach Kartoffeln als das zweitbeliebteste Gemüse in Litauen bezeichnet werden. Wussten Sie, dass es Zeit ist, nach Hause zu gehen, wenn bei einer Hochzeit Kohlsuppe serviert wird? Nun wäre es schwer, sich Kohlsuppe bei einer solchen Feier

vorzustellen. Kohlsuppe ist eines der wenigen Gerichte, welches über die Jahrhunderte hinweg weitgehend unverändert geblieben ist. Und wenn es Änderungen gab, waren diese sehr geringfügig und bezogen sich auf die Verarbeitung der Zutaten. Wenn früher das Gemüse für die Suppe nicht gebraten wurde, werden jetzt oft Karotten und Zwiebeln hinzugefügt und goldbraun gebraten.

„Königliche Kohlsuppe“ – Sauerkrautsuppe mit geräucherter Speck und Steinpilzen, serviert in einer Schüssel aus Schwarzbrot. Ein knuspriger Topf aus Brot, gefüllt mit Kohlsuppe, gewürzt mit gebratenem geräucherter Schweinefleischspeck und Pilzen... Kurz gesagt, ein Märchen!

Rezept

Für 4 Portionen Suppe benötigt man: 1.5 Liter Gemüsebrühe oder Wasser, 4 mittelgroße Kartoffeln, 500 g Sauerkraut, 200 g geräucherter Schweinespeck, 200 g frische Steinpilze (kann eingefroren werden), 1 große Karotte, 5 mittelgroße Schalotten, 4 Knoblauchzehen, Olivenöl nach Bedarf, Salz nach Geschmack, gemahlener schwarzer Pfeffer, Rosmarin, fein gehackter Dill und Petersilie und 100 ml fetter Sauerrahm.

Zubereitung: Olivenöl in einen 3-Liter-Topf gießen, in kleine (0.5 cm) Stücke geschnittenen Speck dazugeben und zusammen

mit den Pilzen anbraten. Anschließend Zwiebeln, Knoblauch und Karotten hacken und in den Topf geben. Dann noch Sauerkraut und in mittelgroße Würfel geschnittene Kartoffeln dazugeben. Brühe oder Wasser aufgießen. Mit Salz, Pfeffer und frischem Rosmarin würzen. Bei schwacher Hitze eine Stunde lang kochen lassen.

Mit Sauerrahm und fein gehackten Kräutern abschmecken. Guten Appetit!

„Königliche Kohlsuppe“ kann in speziellen Brottellern in „Senoji kibininė“ verkostet werden

Karaimų Str. 65, Trakai
www.kibinas.lt

Trakai Tourism Information Center

ÜBERSETZER
„Vertimų karaliai“

FÜR DIE HILFE BEI DER VORBEREITUNG
DER AUSGABE DANKE WIR DEN

Trakai Zentrum für traditionelles Handwerk
„Karališka Senoji Kibininė“
„Kybynlar“
„Kiubėtė“
„Aį Šokoladas“
Vladas Ščiavinskas

KOSTENLOSE AUSGABE



www.trakai-visit.lt
www.exploretrakaivilnius.lt