

Rezepte aus dem Hessenpark



Falsche Mett- und Leberwurst – Kochen in Notzeiten

Aus einem Kriegs- und Notrezeptbüchlein von Ruth van Nederbrok stammen die Rezepte zur „falschen Leberwurst“ und zur „falschen Mettwurst“. „Falsch“ daher, weil man in Notzeiten nach Ersatz für Fleischgerichte suchte. Fett und Fleisch waren besonders knapp, so ist es wenig verwunderlich, dass viele Kriegsrezepte besonders auf die Fleischreduktion abzielten und stattdessen der Verbrauch von Nahrungsmitteln förderten, die in Deutschland angebaut wurden und nicht aus dem Ausland importiert werden mussten.

Falsche Leberwurst

5 Esslöffel Haferflocken
250 Milliliter Wasser
Salz
1 Zwiebel
1 Tomate
etwas Majoran, Thymian und Pfeffer

zusammen mit
und etwas
zu einem dicken Brei kochen.
und
klein schneiden und mit
gut durchkochen. In sterilisierte Gläser füllen
und erkalten lassen.

Falsche Mettwurst

1 Zwiebel
3 Tassen Brühe
1 Tasse Graupen
etwas Salz
1 Tasse roh geriebenen Sellerie
1 Esslöffel Tomatenmark
etwas Pfeffer

fein hacken und in heißem Fett anrösten.
hinzugeben.
hineinstreuen und mit
alles so lange kochen, bis es fast weich ist.
mit
und
einrühren und nochmals kurz aufkochen lassen.
Nun die Masse in eine kalt ausgespülte Form oder
in sterilisierte Gläser füllen und darin erkalten las-
sen.