

Patrick Rosenthal

Das inoffizielle Kochbuch zu TOLKIENS WELT

Eine kulinarische Reise
nach Mittelerde



riva

Patrick Rosenthal

Das inoffizielle
Kochbuch zu
TOLKIENS
WELT

Patrick Rosenthal

Das inoffizielle
Kochbuch zu
TOLKIENS
WELT

A horizontal scroll with a textured, parchment-like appearance. The scroll is unrolled in the center, with the ends rolled up. The text is written in a black, serif font on the unrolled portion.

Eine kulinarische Reise
nach Mittelerde

riva



INHALT

9 Vorwort

11 FRÜHSTÜCK

12 Porridge

14 Bacon Jam

16 Overnight Oats

18 Hobbit Style Mushroom Toast

20 Frühstücksauflauf für Bilbo

22 Speck-Eier-Muffins

24 Bilbos Orangenmarmelade



27 BROTE UND SNACKS

28 Bilbos Kümmelkuchen

30 Eingelegte Tomaten

32 Beorns kleine Honigbrote

34 Rosinen-Scones

36 Bannock-Brot



- 38 Dinkel-Apfel-Babka
- 40 Cram
- 42 Lembas
- 44 Kartoffelbrot
- 44 Kartoffelpüree

47 WÄRMENDE MAHLZEITEN UND STÄRKENDE SUPPEN

- 48 Sams Kanincheneintopf
- 50 Farmer Maggots Kohl-Wurst-Suppe
- 52 Wirsingintopf
- 54 Grillgemüse mit Zitronen-Joghurt-Dressing
- 56 Warmer süßsaurer Zucchinisalat
- 58 Saftige Knoblauch-Kräuter-Putenbrust
mit roten Trauben aus dem Ofen
- 60 Wintergulasch
- 62 Vegetarischer Gemüseintopf
- 64 Forellen-Rote-Bete-Eintopf
- 66 Waldpilzsuppe
- 68 Tomatensuppe mit frittierten Tomaten
- 70 Rote-Bete-Suppe
- 72 Herbstsuppe mit Lauch,
Fenchel und Blauschimmelkäse





- 74 Zucchinisuppe
- 76 Kartoffelsuppe
- 78 Birnen-Linsen-Eintopf
- 80 Biersuppe
- 82 Speck-Kartoffel-Eintopf
- 84 Rotwein-Rindfleisch mit Serviettenknödel
- 86 Gefüllte Kürbisse
- 88 Senf- und Kräutersoße mit Kartoffeln
- 90 Hähnchen mit Honig-Nuss-Kruste, Gemüse und Salsa

93 LECKERES AUS DEN OBSTGÄRTEN

- 94 Knackiger Apfel mit Quarkfüllung in Blätterteig
- 96 Apfelkrapfen-Kuchen
- 98 Apfelkuchen prall gefüllt mit Äpfeln
- 100 Schokoladenkuchen mit ganzen Birnen
- 102 Haselnuss-Apfel-Dessert
- 104 Apfelkuchen-Kekse
- 106 Kleine Apfelkuchen
- 108 Birnen-Apfel-Taschen

111 GETRÄNKE

- 112 Stärkungstrunk Miruvor
- 114 Orangenpunsch
- 115 Orangenwein
- 116 Aragorns Kräftigungstee
- 118 Merrys Chai
- 119 Ingwer-Met
- 120 Alkoholfreier Honig-Met
- 122 Honigwein
- 122 Weinansatz
- 124 Zutatenregister





Vorwort



Als ich den Namen »Tolkien« das erste Mal gehört habe, war das der Beginn meiner großen Liebe. Das hatte aber in diesem Fall nichts mit Hobbits, Elben, Zwergen oder Drachen zu tun. Ich habe schlichtweg meine große Liebe im Internet kennengelernt, und da diese ein echter Herr-der-Ringe-Fan ist, war der Username in einem Internet-Forum eben »Tolkien«. Ihr könnt euch vorstellen, wie oft ich danach die Filme anschauen musste. Gut, der Ring – der Hochzeitsring – blieb zwar aus, doch ein Herr-der-Ringe-Ring wurde natürlich verschenkt. Und als ich das erste Mal Galadriel sah, war es um mich geschehen.

Viele Jahre später sitze ich hier und schreibe ein Herr-der-Ringe-Kochbuch. Gibt es wirklich Hinweise auf Kulinarisches in Tolkiens Werk? Nicht viele, aber bekannt ist, dass Hobbits Pilze lieben und alles, was das Auenland hervorbringt, also Forellen, Wild, Obst, Kräuter und Gemüse. Daher findest du in diesem Buch nicht nur leckere Rezepte mit Pilzen vom Feld, sondern auch vegetarische Gemüsemahlzeiten und Fisch (wir wissen alle, wie Gollum seinen Fisch am liebsten mag).

Aber auch von den Elben habe ich mich inspirieren lassen, die ebenso gerne essen und trinken (besonders Wein schätzen die Elben aus dem Dürerwald). Und da die Zwerge besonders viel verspeisen, findest du sättigende Eintöpfe genauso wie frisches Brot (ich mag Lembas, auch wenn es nicht von Elben aus Lothlórien gebacken wurde) und Cram.

Was mir aber richtig gut gefällt, sind die Essgewohnheiten der Hobbits: Frühstück um 7 Uhr, um in die Gänge zu kommen, dann das zweite Frühstück um 9 Uhr und als Nächstes der 11-Uhr-Imbiss, um sich eine kleine Pause zu gönnen. Es folgt ein stärkendes Mittagessen um 13 Uhr. Klar, dass der Nachmittags-Tee um 15 Uhr nicht fehlen darf, bevor es um 18 Uhr an das Abendessen geht. Und da man nicht hungrig ins Bett gehen sollte, gibt es um 21 Uhr noch das Nachtmahl. Klingt doch super, oder? Also: »Mado vae«! (Guten Appetit)





FRÜHSTÜCK

Hier findest du eine feine Auswahl an Frühstücksideen, die sich als erstes Frühstück um 7 Uhr genauso gut eignen wie als zweites Frühstück um 9 Uhr. Und da es für einen Hobbit auch mal deftig sein darf, dürfen Pilze, Speck und Käse natürlich nicht fehlen. Hobbits sind ja bekannt dafür, dass sie gerne gut und oft essen. Da muss der Tag einfach mit einem sättigenden Frühstück beginnen.