



Patrycja Urban

**Wirkochen:
12 polnische
Weihnachtsgerichte**

Inhaltsverzeichnis

Von der Autorin **S. 5**

Pastetchen mit Sauerkraut **S. 8**

Piroggen **S. 10**

Kroketten mit Käse und Pilzen **S. 12**

Kohl mit Erbsen **S. 14**

Heringe auf Kaschubische Art **S. 16**

Rote-Bete-Suppe mit Teigtaschen **S. 18**

Hefe-Zwiebel **S. 22**

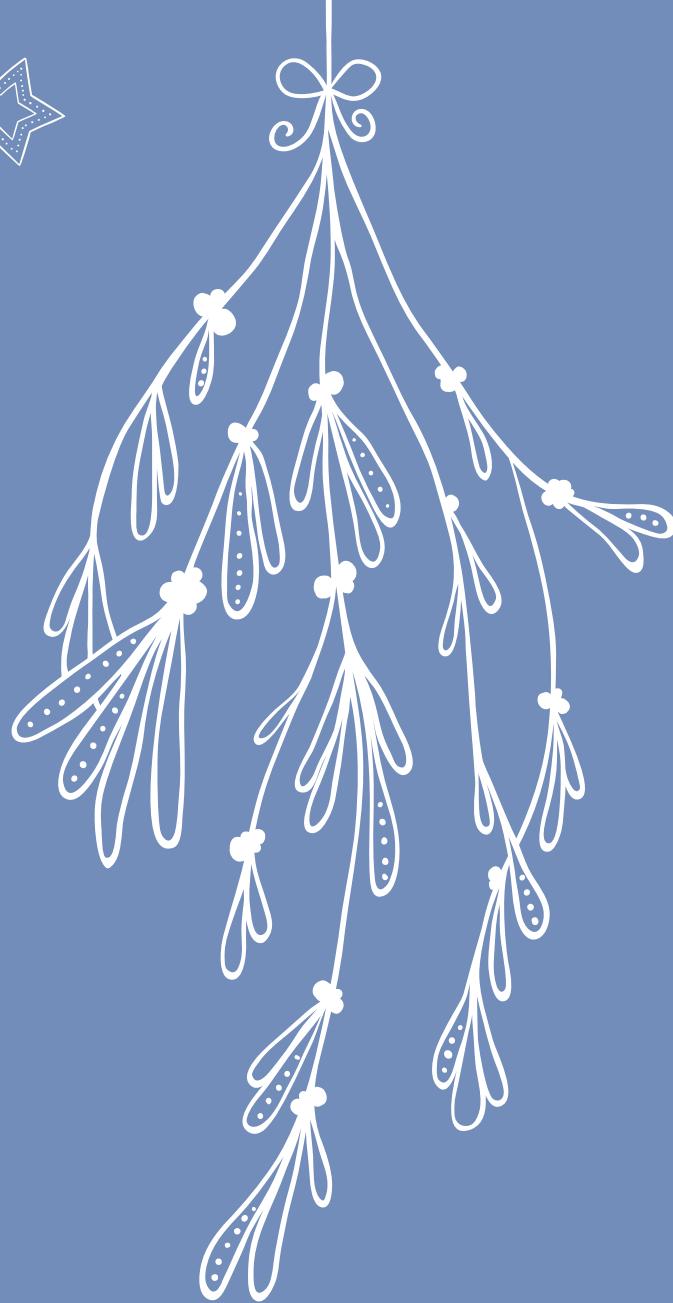
Karpfen **S. 24**

Orangenlikör **S. 26**

Heiligabend-Kompott **S. 28**

Mohnpielen **S. 30**

Lebkuchen mit Backobst und Nüssen **S. 32**







Von der Autorin:

“ Mein Name ist Patrycja Urban und seit 2018 arbeite ich als Journalistin bei PolenJournal.de. Hier kann ich mich nicht nur dem Beruflichen widmen, sondern auch meiner großen Leidenschaft, dem Kochen und Backen, und kann den einen oder anderen mit der polnischen Küche begeistern. Gaumenfreuden, die mir von meiner Oma in die Wiege gelegt wurden, nehme ich gerne auf und würze sie ab und zu mit eigenen Ideen. Die polnische Küche wartet darauf, entdeckt zu werden.

Weihnachten ist in Polen eine sehr wichtige Zeit. Es ist Tradition, dass die ganze Familie zusammenkommt. Die Entfernung spielt dabei keine Rolle und man vergisst sogar den einen oder anderen Familienzwist. Die Hektik des Alltags lässt man an diesen Tagen hinter sich.

Wenn der erste Stern am Himmel erscheint, darf das lang erwartete Festmahl beginnen. Zur polnischen Tradition gehört ein zusätzlicher Stuhl am Tisch. Bevor man anfängt, die Leckereien zu essen, teilt man sich eine Oblate und wünscht sich alles Gute. Die selbstgemachten Gerichte, auf die man den ganzen Tag wartet, sind von großer Bedeutung. Die Rezepte und Vorbereitungsweise der besonderen Speisen werden von Generation zu Generation weitergegeben. Traditionell

kommen 12 Weihnachtsgerichte auf den Tisch. Diese Zahl symbolisiert die 12 Aposteln. Wichtig ist auch, dass man von jedem Gericht wenigstens ein bisschen probiert, damit man im nächsten Jahr Glück hat.

In meiner Familie hat zusätzlich meine Oma jedes Jahr darauf Wert gelegt, dass sich unter der Tischdecke Heu befand. Später hat sie das den Kühen gegeben, damit sie gut wachsen. An Heiligabend verzichtet man auf Fleischgerichte. Stattdessen serviert man Fischgerichte, eine Suppe und Speisen mit Sauerkraut und Pilzen. Typisch für Polen ist die Rote-Bete-Suppe mit Teigtaschen sowie eine Pilzsuppe. Auf dem Tisch dürfen natürlich auch Piroggen nicht fehlen. Je nach Region unterscheiden sich einige Festgerichte.





Die Rezepte in diesem E-Book habe ich deswegen ausgesucht, weil genau diese Spezialitäten seit Jahren in der Weihnachtszeit bei meiner Familie auf den Tisch kommen. Ich kann mich gut daran erinnern, wie meine Oma am 24. Dezember schon ganz früh in der Küche stand und das Essen vorbereitet hat. Natürlich durfte ich nichts kosten, denn alles war für das Abendessen gedacht. An dem Tag schmeckt alles anders, geradezu magisch. Das ganze Haus duftete immer nach Lebkuchen und genau diesen Geruch spüre ich noch bis heute. Das möchte ich durch dieses Buch weitergeben.

Ich wünsche Ihnen frohe und gesunde Weihnachten!

Patrycja Urban

Pastetchen mit Sauerkraut



für 4 Personen

Zutaten

Teig:

2,5 Gläser Mehl
8 Löffel Butter
4 Löffel Sauerrahm
1 Ei
Salz

Füllung:

500g Sauerkraut
70g getrocknete Pilze
2 Zwiebeln
Brat-Öl oder Olivenöl
Salz
Pfeffer

Zusätzlich:

1 Ei

Zubereitung

1. Mehl durchsieben, Butter und Salz dazugeben, mit einem Messer zerhacken.
2. Dazu Sahne und Ei geben und weiter mit dem Messer hacken, bis alles anfängt zusammenzukleben.
3. Danach den Teig schnell kneten und in ein Tuch legen, das zuvor in kaltes Wasser getränkt wurde.
4. Den eingewickelten Teig für 1 Stunde in den Kühlschrank legen.
5. Zwiebeln schälen und klein schneiden.
6. Pilze 1-2 Stunden in Wasser einweichen. Danach kochen.
7. Sauerkraut abgießen und zerhacken.
8. Sauerkraut mit Zwiebeln und abgegossenen Pilzen anbraten, dazu Brat-Öl oder Olivenöl verwenden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
9. Die Arbeitsfläche mit Mehl bestreuen. Den Teig darauf ausrollen und in Quadrate schneiden. Die Vierecke sollten ca. 10 cm lang sein.
10. In die Mitte der Quadrate die Füllung hineingeben und die Ecken in der Mitte zusammenfalten.
11. Das Ei verquirlen und damit die fertigen Quadrate bestreichen.
12. Bei 180 Grad ca. 10-15 Minuten backen.





Pirrogen



für 4 Personen

Zubereitung

Teig:

1. Mehl und Salz durchsieben.
2. Wasser aufkochen und Butter zum Schmelzen direkt in das Wasser hineingeben. Danach zum Mehl geben und mit einem Löffel vermischen.
3. Ein Ei quirlen, zum Mehl geben und mischen.
4. Den Teig kneten, in Folie einwickeln und für 30 Minuten ruhen lassen.

Füllung:

5. Kartoffeln schälen, waschen und kochen. Danach abgießen, in den Topf zurück geben, zerstampfen und dann abkühlen lassen.
6. Quark mit einer Gabel zerkleinern, mit den kalten Kartoffeln mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
7. Zwiebeln klein schneiden und anbraten. Danach zu den Kartoffeln geben und mischen.
8. Den Teig in 4 Portionen teilen. Jedes Stück ausrollen und dann mit einem Glas ausschneiden.
9. Auf jede ausgestochene Form einen Löffel Füllung geben und den Teig zusammenfalten.
10. Einen Topf Wasser mit Salz aufkochen und die Pirogen hineingeben. Sobald die Pirogen an der Oberfläche schwimmen noch ca. 2 Minuten weiter kochen und sie dann herausholen.
11. Die fertigen Pirogen mit angebratenen Zwiebeln servieren.

Zutaten

Teig:

600g Mehl
1 Teelöffel Salz
250ml Wasser
2 Eier
40g Butter

Füllung:

400g Quark
550g Kartoffeln
2 Zwiebeln
Salz
Pfeffer

Kroketten mit Käse und Pilzen



für 4 Personen

Zutaten

Teig:

300g Mehl
4 Eier
500ml Milch
1 Teelöffel Salz
3 Löffel Öl
Ungefähr 1 Glas Wasser mit Kohlensäure

Füllung:

500g Pilze
1 Zwiebel
100g gelben Käse
Salz
Pfeffer

Zusätzlich:

Öl
2 Eier
Paniermehl

Zubereitung

1. Mehl durchsieben, mit Eiern, Milch und Salz mischen, dann für 30 Minuten ruhen lassen.
2. Danach Öl und Wasser dazugeben. Nicht zu viel Wasser verwenden, damit der Teig nicht zu flüssig wird.
3. Öl in einer Pfanne heiß machen und dann mit einer Kelle eine Portion Teig hineingeben. Den Pfannkuchen von beiden Seiten anbraten.
4. Pilze und Zwiebeln klein schneiden, anbraten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen.
5. Käse reiben und mit den kalten Pilzen mischen.
6. Auf die fertigen Pfannkuchen die Füllung geben und zusammenrollen.
7. Kroketten im Ei und Paniermehl wälzen.
8. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kroketten braten.





Kohl mit Erbsen



Zutaten

150g geschälte gelbe Erbsen
400g Sauerkraut
½ Bouillonwürfel
Öl
1 Zwiebel
1 Lorbeerblatt
1 Pimentkorn
Salz
Pfeffer

Zubereitung

1. Am Vorabend Erbsen in 1 Liter Wasser einweichen.
2. Am Folgetag die Erbsen in einen Topf geben und aufkochen. Den Schaum abnehmen, Bouillonwürfel dazugeben, rühren und wieder aufkochen, ca. 30 Minuten kochen, bis die Erbsen weich sind.
3. Sauerkraut klein schneiden, in einen Topf geben und mit ein wenig Wasser ca. 20 Minuten kochen.
4. Erbsen und Sauerkraut abgießen.
5. Zwiebeln klein schneiden und in einer Pfanne mit Lorbeerblatt und Piment anbraten. Danach Sauerkraut dazugeben und weitere 10 Minuten braten. Das Ganze mit Pfeffer und Salz abschmecken. Erbsen dazugeben und ca. 5 Minuten braten.

Heringe auf Kaschubische Art



für 4 Personen

Zutaten

1kg frische Heringe
2 Zwiebeln
1 Glas Öl
 $\frac{1}{4}$ Glas Essig
1,5 Löffel Salz
1 Lorbeerblatt
 $\frac{1}{2}$ Teelöffel Pfefferkörner
 $\frac{1}{2}$ Teelöffel Pimentkörner
 $\frac{1}{2}$ Teelöffel Gewürznelken

Zubereitung

1. 1,5 Glas Wasser aufkochen. Essig, Salz und die Gewürze dazugeben und erneut aufkochen. Danach abkühlen lassen.
2. Frische Heringe waschen und filetieren. Als nächstes in die kalte Marinade geben und für mindestens 24 Stunden stehen lassen. Die Heringe dürfen nicht roh sein.
3. Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden.
4. Heringe aus der Marinade nehmen und abtropfen. Danach in kleine Stücke schneiden und in einem Glas mit der Zwiebel schichten.
5. Das Ganze mit Öl aufgießen und 2-3 Tage stehen lassen.





Rote-Bete-Suppe mit Teigtaschen



Zutaten

für die Rote-Bete-Suppe

2 Liter Gemüse Bouillon
500g rote Bete
3 Zehen Knoblauch
1 Teelöffel Essig
Ein paar getrocknete Pilze
Majoran
Ein paar Pfefferkörner
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Rote-Bete-Suppe

1. Rote Bete schälen und in nicht zu dicke Scheiben schneiden.
2. Boullion aufkochen und die Rote Bete mit einem Teelöffel Essig dazugeben. Dann noch trockene Pilze, zerdrückten Knoblauch und Pfefferkörner dazugeben, 1 Stunde bei geringer Hitze kochen.
3. Die fertige Suppe durch ein Sieb gießen und mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Rote-Bete-Suppe mit den gekochten Teigtaschen servieren.

Rote-Bete-Suppe mit Teigtaschen



Zutaten

für die Teigtaschen:

300g Mehl
200ml kochendes Wasser
30g Butter
Eine Prise Salz
40g getrocknete Steinpilze
1 Glas Wasser
1 Zwiebel
2 Löffel Butter
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Teigtaschen

1. Getrocknete Pilze am Vorabend ins Wasser legen.
2. Mehl durchsieben und Salz dazugeben.
3. In kochendem Wasser Butter auflösen, langsam zum Mehl geben und mit einem Löffel vermischen.
4. Den Teig dann gut kneten, in eine Schüssel geben, mit Folie bedecken und für 30 Minuten ruhen lassen.
5. Die Pilze in einem Topf ca. 30 Minuten bei geringer Hitze kochen.
6. Zwiebeln schälen, kleinschneiden und anbraten.
7. Die fertigen Pilze abtropfen und kleinschneiden.
8. Danach Pilze und Zwiebeln anbraten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen.
9. Den Teig in 3 Portionen teilen.
10. Jedes Stück ausrollen und den Teig mit einem kleinen Glas aussstechen
11. Auf jede ausgestochene Form ein wenig Füllung geben und danach zusammenfalten. Den Teig so zusammenfalten, dass ein Halbkreis entsteht. Dann die zwei Spitzen zusammendrücken.
12. Gesalzenes Wasser aufkochen und dann die fertigen Teigtaschen hineingeben und ca. 4 Minuten bei geringer Hitze kochen.







Hefe-Zwiebel

Zutaten

Teig:

2 Gläser Mehl
½ Glas Milch
25g Hefe
1 Eigelb
2 EL Butter
4 EL Margarine
60g gelben Käse
Süße Paprika
Salz
Pfeffer

Füllung:

2 Zwiebeln
1 EL Butter
Salz
Pfeffer

Zubereitung

1. Mehl durchsieben.
2. Butter schmelzen und stehen lassen.
3. In der lauwarmen Milch Hefe schmelzen und dann zum Mehl geben.
4. Geschmolzene Butter, Eigelb und Salz zum Mehl geben und das Ganze durchkneten.
5. Den Teig in eine Schüssel geben, mit einem Tuch bedecken und an einen warmen Ort stellen.
6. Zwiebeln schälen, in Streifen schneiden und anbraten.
7. Den Teig ausrollen und in Quadrate schneiden.
8. Auf jedes Viereck einen Teelöffel Zwiebeln geben und zusammenfalten. Die 2 gegenüber liegenden Ecken aufeinander legen.
9. In einem kleinen Topf 3 Löffel Margarine schmelzen. Die Hefe-Zwiebeln in die Margarine eintauchen und dann auf ein Backblech mit Backpapier legen.
10. Die Hefe-Zwiebeln mit süßer Paprika und Käse bestreuen. Zusätzlich kann man in die Mitte einen Zahntocher geben, damit die Hefe-Zwiebeln nicht zerfallen.
11. Bei 160 Grad 20 Minuten backen.

Karpfen



Zutaten

1 kg Karpfen
Ein paar Knoblauchzehen
Pfeffer
Salz
2 Eier
Paniermehl

Zubereitung

1. Karpfen waschen, abtrocknen und in breite Streifen schneiden.
2. Den Fisch von allen Seiten mit Salz einreiben und für 1 Stunde beiseite stellen. Danach das Salz abspülen.
3. Knoblauch pressen und damit den Karpfen einreiben. Pfeffer mahlen und einreiben.
4. Die Fisch-Streifen im Ei und dann in Paniermehl wälzen.
5. Öl erwärmen und dann den Karpfen braten.





Orangenlikör



Zutaten

4 Orangen
2 Zimtstangen
4 Löffel Honig
500ml Spiritus
300ml Wasser
Kaffeebohnen und Gewürznelke

Zubereitung

1. Orangen mit kochendem Wasser aufgießen, einige Minuten stehen lassen und danach trocknen.
2. Die getrockneten Orangen anschneiden, sodass in jeder Orange Löcher sind.
3. In die Löcher Kaffeebohnen, Gewürznelke und klein geschnittene Zimtstangen geben.
4. Ein paar Kaffeebohnen und Gewürznelken in ein großes Glas geben, danach die Orangen.
5. Spiritus mit Wasser und Honig mischen und die Orangen in dem Glas damit aufgießen.
6. Das Glas schließen und für mindestens 1 Woche wegstellen. Je länger es steht, desto besser.
7. Den Likör durch ein Tuch abgießen.

Heiligabend-Kompott



für 4 Personen

Zutaten

250g getrocknete Äpfel
250g getrocknete Birnen
250g getrocknete Pflaumen
250g getrocknete Aprikosen
3 L Wasser
5 EL Zucker

Zubereitung

1. Getrocknetes Obst waschen, in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und ca. 30 Minuten stehen lassen.
2. Zusätzlich kann man je nach Geschmack Zimtstangen, Gewürznelken und einen Anis-Stern dazugeben.
3. Danach das Ganze kochen und Zucker dazugeben. Bei geringer Hitze so lange kochen, bis das Obst weich ist.
4. Das fertige Kompott abkühlen lassen.





mohnpielen



Zutaten

500g gemahlenen Mohn
3 Löffel Honig
1,5 Gläser Zucker
 $\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz
200g Rosinen
200g Wallnüsse
200g Mandeln
1 Mandelaroma
1 Hefezopf
7 Gläser Milch
4 Löffel Butter

Zubereitung

1. Rosinen waschen und abtropfen lassen.
2. Mandeln mit kochendem Wasser aufgießen und ca.10 Minuten ruhen lassen. Danach abgießen und die Mandeln schälen.
3. Mandeln und Nüsse klein schneiden.
4. Backobst und Nüsse mit Butter, Zucker und Honig anbraten. Mohn dazugeben und kurz braten.
5. Dann 4 Gläser Milch und die Mandelaroma zum Mohn geben und alles mit einem Löffel verrühren.
6. Hefezopf in Scheiben schneiden.
7. Die restliche Milch in einem Topf aufkochen und süßen. Scheiben des Hefezopfs in Milch einweichen.
8. Die eingeweichten Scheiben in einer Schüssel in Schichten mit Mohn legen.
9. Das fertige Gericht in den Kühlschrank stellen und abkühlen lassen.

Lebkuchen mit Backobst und Nüssen



für 4 Personen

Zutaten

3 Gläser Mehl
½ Glas Mehl
1 Glas Zucker
100g weiche Butter
5 Eier
3 Löffel Sahne
Orangenschale aus 1 Orange
½ Glas Milch
1 Teelöffel Soda
1 Packung Lebkuchengewürze
100g Nüsse
100g Mandeln ohne Schale
100g Rosinen
100g kandidierte Orangenschale
100g Schokolade
100ml Sahne

Zubereitung

1. Mehl durchsieben.
2. Honig in einem Topf erwärmen, Orangenschale und kandidierte Orange dazugeben und noch 10 Minuten erwärmen. Danach kurz abkühlen lassen.
3. Mehl mit Butter, Milch, Lebkuchengewürzen und kaltem Honig mischen.
4. Backobst und Nüsse klein schneiden und in 1-2 Löffel Butter wälzen.
5. Eigelb mit Zucker verrühren. Mit der Honigmischung vermengen und 3 Löffel Sahne dazugeben. So lange rühren, bis eine gleichmäßige Masse entsteht. In der Zwischenzeit Soda in 1-2 Löffeln Wasser mischen und zu dem Teig geben.
6. Eiweiß schlagen und am Ende 3 Löffel Zucker dazugeben.
7. Backobst und Nüsse zum Teig dazugeben und mischen. Dazu Eiweiß geben und mit einem Löffel verrühren.
8. Die Backform mit Backpapier auslegen und den Teig darauf geben.
9. Bei 160 Grad 50 Minuten backen.
10. Schokolade in Sahne auflösen und damit den Lebkuchen bedecken. Zusätzlich kann man den Kuchen mit Nüssen oder Mandeln dekorieren.



© 2019

P O L E N
Journal.de

