

Rezeptvorschlag



Geschäftsstelle Monika Pöhlmann, Postfach 100 344, 91207 Lauf,
Tel. 09123 184 174
IBAN DE28 7605 0101 0240 1140 09 bei der Sparkasse Nürnberg
<http://www.altstadtfreunde-lauf.de>
e-Mail: info@altstadtfreunde-lauf.de



Zutaten für ca. 4 Personen:

300 g bis 400 g Weißkraut
300 g Zwiebeln
300 g Gemüsemischung zu gleichen Teilen aus:
Gelbe Rüben, Sellerie, Porree
150 g Kartoffeln
1- 2 Knoblauchzehen (nach Größe und Geschmack)
300 g Laufer Stadtwurst (Hausmacher Art)
150 g geräuchertes Bündle
2 EL Öl
1 TL Salz-Pfeffer-Gemisch (2/3 Salz, 1/3 Pfeffer)
½ TL Zucker
½ TL Majoran
½ Ltr. Fleischbrühe (aus Brühwürfel)
2 EL saure Sahne

Und etz goiht döi Kocherei lous:

1. *Mir schneidn des ganze Gmöis mitsamt die Zwiebeln und Kartoffeln in net zu klanne Stickle oder Würfl. Bis aff die Zwiebln mischn mea alles gout durchanande.*
2. *Aff anner Untertassn machn mir a Mischung ass alle unsere Gwürze*
3. *Zum Kochn nehme mir an Toupf mit an houchn Rand und an Deckl. (Den Deckl derfn mir erscht aff den Toupf tou, wenn in dem Topf scho alles drinne ist!)*
4. *Zerscht loun mir des klaagschnietne Bündle im haaßn Toupf aus. Damit nix aobrennt, ist gout, wenn mea nu zwa Eßlöfl Öl zougibt. (Jeds Öl ist gout fir den Suppnsgmack, blouß es Dieslöl net! A Freind hout amoal Dieslöl mit Distlöl verwechselt. Des woar schlimm, oaber er is scho widder vom Krankenhaus daham!)*
5. *In dem haaßn Fett loun mir dann döi Zwiebl und döi klaa-ghacktn Knoblauchzäihe „glasig“ wern.*
6. *Dann göißn mir alles mit der Hälft von unserer Fleischbröih aaf und legn unser ganz Gmöis in drei Schichtn in den Toupf nei. Zwische jede Schicht streie mir an Taal vo unserer Gwürzmischung.*

7. *Nouche schittn mir den Rest vo unserer Fleischbröih aff des Gmöis und warth, bis es Kochn aofängt.*
8. *Wenn des Zeich kocht, dann legn mir den Deckl aff den Toupf und schaltn den Herd, des Elektrische oder die Gaas zruck, daß ohne grouße Hitz weiterköchln koa. (Ba den Deckel ist wichtich, daß mea an nimmt, der größer als der Toupf ist! Wenn er nemle klenner ist, fällt der in die Suppn nei!)*
9. *Von dou aus langt mastns nur a Kochzeit vo 45 Minutn. Dazwische gout, wenn mea manchmal umröihern tout, damt nix aobrennt. (Mea soll oaber nett zu oft umröihern, damits ka Brei, sondern a Suppn gibt, in der mea nu a jeds Gmöisstickle erkenne koa.)*
10. *Nouch 20 Minuten kummt dann die gsticklte Stadtwurscht in des Gmöis dazou.*
11. *Wenn alles waach ist, bsonders der Sellerie verrät uns des, röihern mir zwa Eßlöfl Sahne in des nu köchlnde Gmöis. (Die saure Sahne braucht ma net unbedingt, oaber sie verfeinert den Gschmack vo der Krautsuppn.)*
12. *Zum Schluss wird aobgschmeckt und nouchgwürzt, wöi mers halt hobn will! Des is ganz wichtich!*
13. *Wenn die Suppn zu dick ist, dann mou mers halt mit Wasser verdinne. (Des Verdinne mit Wasser is aa gout, wenn iberraschnd mehr als väier Leit zum Suppnnessn kumme.)*
14. *Wenn mea die Suppn net glei vom Herd runter ißt, sondern a poar Stundn stöihläßt, kenn die Gwürze länger durchzöign und den goutn Gschmack nu besser machn.*
15. *Zur Laffer Krautsuppn schmeckt a gouts, frisch Schwarzbrot und a Bäier, natirli ass Laff!*

Das Rezept wurde entnommen aus: „Wos ich Eich nu vo Laff derzühl“ von Hans Gröschl, Fahner-Verlag Lauf, 1990. Hans Gröschl schreibt dazu noch: „Diese Krautsuppn kochte meine Tante Kochler gerne, wenn sie bei uns in der Nürnberger Staße an Waschtagen, beim Karoffelgrben und an Großbacktagen suw. Aushelfen mußte. Meine Mutter hat das Rezept dann aufgeschrieben. Ich habe es wiederholt gekocht und alle die die Suppe essen durften, haben das gut überstanden – bis jetzt.“

Das Bild wurde ebenfalls diesem Buch entnommen und von Monika Pöhlmann als Aquarell nachgemalt.