

#GKRUS8

## Einblick in die Köstlichkeiten der russischen Küche

### Typische russische Speisen -

Auf dem russischen Speiseplan stehen Gerichte aus vielen Teilen des Landes und aus Regionen der ehemaligen Sowjetunion. Moskauer Piroggen, sibirische Pelmenis, ukrainischer roter Borschtsch, Chatschapuri - ein Käse-Fladenbrot aus Georgien - und Schaschliks mit Gewürzen aus dem Kaukasus bereichern die russische Küche.

Die Gerichte sind nicht nur vielfältig, sondern auch nahrhaft, da man in dem oft kalten Klima gern warme Speisen isst. Schon zum Frühstück wird häufig etwas Gekochtes verzehrt, z.B. gebackene Quarkplinsen (syrniki) oder ein Getreidebrei (kascha) oder Wurstchen mit Spiegelei. Ein Toast mit Marmelade ist eher unüblich. In Großstädten und bei der Jugend setzt sich jedoch der Trend zu einem leichterem Frühstück durch.

Sind Sie zum Essen eingeladen, dann wird Ihnen ein richtiges Mahl mit vielen Gängen vorgesetzt - unabhängig von der Tageszeit. Auch nachmittags um 16.00 Uhr gibt es nicht nur Torte und Tee. Die strenge Bindung der Speisenfolge an bestimmte Uhrzeiten ist in Russland nicht üblich.

Zu einem traditionellen Essen mit der Familie oder mit Freunden gehören mehrere Gänge: Vorspeisen, Suppe, Hauptgericht und Nachtisch.



## **Vorspeisen - Sakuski - &#1079;&#1072;&#1082;&#1091;&#1089;&#1082;&#1080;**

Die kalten und warmen Vorspeisen sind ein Highlight der russischen Küche. Sie sind prachtvoll dekoriert, vielfältig und sehr lecker. Man reicht oft so viele Sakuskis, sodass man als Ausländer Gefahr läuft, sich schon bei den Vorspeisen den Bauch vollzuschlagen.

Typische Sakuskis sind marinierte oder in saurer Sahne gebackene Pilze, geräucherter Fisch, warme Piroggen (Teigtaschen mit unterschiedlichen F llungen), kalte Salate aus Kartoffeln, Gemüse und Fleisch sowie phantasievoll verzierte Eier, Zunge und Schinken, saure Gurken, Radieschen ! Zu vielen Salaten wird Smetana gereicht, eine fetthaltige saure Sahne. Zu besonderen   Anlässen gibt es auch roten oder schwarzen Kaviar (das Original stammt vom Stör), Bliny (dünne Eierkuchen),   Salzhering im Pelzmantel (seljodka pod schuboj).  

## **Suppe - Sup - &#1089;&#1091;&#1087;**

Suppen sind ein zentraler Bestandteil der russischen Küche und gelten in der Speisenfolge als erster Gang nach den Vorspeisen (pervoe). Es gibt sie im Winter gehaltvoll mit viel Fleisch oder Fisch oder im Hochsommer auch als kalte Variante mit leichten Gemüseinlagen. Ursprünglich wurden sie im Tontopf serviert und mit kunstvoll verzierten Holzlöffeln gegessen. Zar Peter I. hat die ursprüngliche russische Bezeichnung "pochljobka" durch das deutsche Wort "Suppe" ersetzt. Typisch russische Suppen sind: Borschtsch (Rote-Beete-Suppe mit Weißkohl und Fleisch); Schtschi (mit Weißkohl, Sauerampfer oder Sauerkraut und Fleisch); Soljanka (scharf-säuerliche Fleisch oder Fischsuppe), Ucha (Fischsuppe), Lapscha (Nudelsuppe mit Pilzen), Rassolnik (Salzgurkensuppe mit Fleisch), Okroschka (kalte Kwassuppe).

### **Hauptgericht - второе -**

**1075; 1086; 1088; 1103; 1095; 1077; 1077;**

Die russische Küche setzt beim Hauptgericht auf Fisch- Fleisch- oder Geflügelgerichte. Beliebt sind Stör, Lachs, Zander, Hering, Gans und Ente, Rentier (Sibirien), Lamm und Hammel, Kalbsbraten, Schweine- und Rindersteaks und natürlich Bratklopse (Buletten), die man hier als kotlety bezeichnet. Auch Krautrouladen werden gern gegessen, wie überhaupt Sauerkraut und alle Kohl- und Rübenarten viel verwendet werden.

Das international als russisches Gericht berühmte Boeuf Stroganoff ist eigentlich gar keine traditionell russische Speise, sondern entspringt der Phantasie des französischen Leibkochs des russischen Grafen Alexander G. Stroganov (1795 - 1891).

### **Dessert - sladkoe - 1089; 1083; 1072; 1076; 1082; 1086; 1077;**

Nach einer Pause zur Hauptspeise trinken Russen gern Schwarzen Tee. Dazu gibt es mit Creme gefüllte Kuchenstückchen oder Torte oder Konfekt. Diese süßen Beigaben zum Tee werden nebst Blumen oft von den Gästen als Mitbringsel beige-steuert.

Eine beliebte Süßspeise ist das leckere russische Sahneeis, das leider durch Westimporte fast verdrängt wurde. Im Park um den Moskauer Kreml wird auch heute noch das

beliebte "Lakomka" (Leckerei) an mobilen Eisständen verkauft. Zum Nachtisch serviert man auch Obst, besonders Melonen, Weintrauben, Orangen, Bananen und Äpfel. Kinder lieben süße Pfannkuchen oder Watruschki (wie Quarktaschen).

### **Getränke**

Alkoholfreie, typisch russische Getränke sind Schwarztee oft gesüßt mit Warönje (flüssige Konfitüre); Kwas (ein gesäuertes Brotgetränk); Mors (ein Fruchtsaft aus Moosbeeren), Kompott (wenig Früchte, viel Wasser) und Tomatensaft. Natürlich gibt es auch überall die im Westen bekannten Softdrinks zu kaufen.

Und zum Feiern trinkt man Sekt ("Schampanskoje"), Wein, Kognak, Bier und natürlich Wodka.

### **Was hat Brot mit Gastfreundschaft zu tun?**

Dem Brot kommt in der gesamten slawischen Kultur eine zentrale Stellung zu. Gilt es doch zusammen mit Salz als Willkommensgruß und Symbol der berühmten russischen/slawischen Gastfreundschaft (xleb da solâ€™™). Mit Brot und Salz auf einem rot bestickten Tuch begrüßt man im folkloristischen Stil offizielle Gäste und Delegationen. Das rote Ornament bedeutet Leben, der Brotlaib Wohlstand und das Salz soll vor Feuer und Unglück schützen.



#### **Hinweis**

Die aktuelle Fassung dieser Seitnotiz ist abrufbar unter: [www.seitnotiz.de/GKRUS8](http://www.seitnotiz.de/GKRUS8)