

Kulinářské dědictví cisterciáků ve střední Evropě

Culinary Heritage
of the Cistercians in Central Europe

Das Kulinarische Erbe
der Zisterzienser in Mitteleuropa



„KULINÁŘSKÉ DĚDICTVÍ CISTERCIÁKŮ VE STŘEDNÍ EVROPĚ“

Naším cílem je zvýšit přístup veřejnosti k evropskému kulturnímu dědictví - kulinařské kultuře rozvíjené v cisterciáckých klášterech a klášterní krajině - a dlouhodobá aktivní účast veřejnosti na tvůrčím využívání tohoto kulturního dědictví.

Proč právě cisterciáci, jejichž kláštery se dodnes nacházejí po celé Evropě?

Tento řád neprosplával jen duši ... díky základní zásadě „Ora et labora“ a ekonomickým pravidlům řádu kultivoval místní krajinu a usiloval o maximální surovinnou soběstačnost. A to se odráželo i na talíři!

Díky projektu se na veřejnost dostanou původní recepty i jejich moderní podoby.

Vznikla online kuchařka, byly zkoumány historické recepty, část z nich si mohli zájemci v průběhu projektu vyzkoušet nebo výsledné pokrmy ochutnat na řadě eventů, 3D vizualizací klášterních interiérů ukážeme divákům, jak to vypadalo v klášterních kuchyních a jídelnách.

Skutečné kreativní využití kulinařského dědictví je pro nás klíčové, stejně jako propojování lidí se zájmem o živé dědictví regionů a využívání místních zdrojů a samozásobitelství.

Na realizaci projektu se zúčastnily tyto organizace: Landkreis Bamberg – vedoucí partner evropské sítě Cisterscapes (Německo), Paris Lodron Universität Salzburg – odborný garant v oblasti výzkumu a gastronomie (Rakousko), a místní akční skupina MAS Rozkvět jako vedoucí partner projektu, zastupující zde klášterní krajinu a aktivní mnišskou komunitu z Cisterciáckého opatství Vyšší Brod (Česká republika).

A díky databázi receptur máte tuto možnost i Vy! Přejeme hodně dobrodružství při objevování cisterciácké kuchyně ...a dobrou chuť!

„CULINARY HERITAGE OF THE CISTERCIANS IN CENTRAL EUROPE“

The aim is to increase public access to the European cultural heritage - the culinary culture developed in Cistercian monasteries and monastic landscapes - and the long-term active participation of the public in the creative use of this cultural heritage.

Why did we choose the Cistercians, whose monasteries can still be found throughout Europe?

This order did not only benefit the soul. Thanks to basic principle of „Ora et labora“ and the economic rules of the order, the monks cultivated the local landscape with the goal of becoming self-sufficient – and this was clearly reflected in their cuisine!

Thanks to the project, both the original recipes and their modern forms are available to the public.

An online cookbook was created, historical recipes were researched, some of which could be tested by participants during the project or tasted at a number of events. 3D visualisations of monastic interiors will give viewers an idea what the monastery kitchens and dining rooms once looked like.

A truly creative approach to culinary heritage is just as important as connecting people, who are interested in the living heritage of regions and the use of local resources and subsistence farming.

The following organisations participated in the implementation of the project: Landkreis Bamberg – lead partner of the European network Cisterscapes (Germany), Paris Lodron University of Salzburg – expert guarantor in the field of research and gastronomy (Austria), and the local action group MAS Rozkvět as lead partner of the project, representing the monastic landscape and the active monastic community of the Cistercian Abbey of Vyšší Brod (Czech Republic).

And thanks to the recipe database, you too can explore the rich world of Cistercian cuisine. We wish you many enjoyable culinary discoveries - and bon appétit!

„KULINARISCHES ERBE DER ZISTERZIENSER IN MITTELEUROPA“

Ziel ist es, der Öffentlichkeit das europäische Kulturerbe und damit die in den Zisterzienserklöstern und Klosterlandschaften entwickelte kulinarische Kultur näher zu bringen und die Öffentlichkeit langfristig aktiv an der kreativen Nutzung dieses Kulturerbes zu beteiligen.

Warum die Zisterzienser, deren Klöster in ganz Europa zu finden sind?

Der Orden diente nicht nur der Seele, sondern kultivierte dank des Grundprinzips „Ora et labora“ und der wirtschaftlichen Regeln des Ordens die regionale Landschaft. Die Mönche strebten nach maximaler Selbstversorgung mit Rohstoffen. Und das spiegelt sich auch auf dem Teller wider!

Dank des Projekts werden sowohl die Originalrezepte als auch ihre modernen Varianten der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Das Ergebnis ist das Kochbuch und eine öffentlich zugängliche Online-Datenbank mit historischen Rezepten. Einige der Gerichte können bei einer Reihe von Veranstaltungen im Rahmen des Projekts probiert oder verkostet werden. 3D-Visualisierungen der Klosterinnenräume werden dem Publikum zeigen, wie es in den Klosterküchen und Speisesälen aussah.

Ein wirklich kreativer Umgang mit dem kulinarischen Erbe ist ebenso wichtig wie die Verbindung von Menschen, die sich für das lebendige Erbe von Regionen und die Nutzung lokaler Ressourcen sowie Subsistenzlandwirtschaft interessieren.

An der Umsetzung des Projekts waren folgende Organisationen beteiligt: Landkreis Bamberg - federführender Partner des europäischen Netzwerks Cisterscapes (Deutschland), Paris Lodron Universität Salzburg - fachlicher Garant im Bereich Forschung und Gastronomie (Österreich), und die lokale Aktionsgruppe MAS Rozkvět als federführender Partner des Projekts, die hier die Klosterlandschaft und die aktive Klostergemeinschaft der Zisterzienserabtei Vyšší Brod (Tschechische Republik) vertritt.

Und dank der Rezeptdatenbank haben auch Sie diese Möglichkeit! Wir wünschen Ihnen viele Abenteuer bei der Entdeckung der zisterziensischen Küche ... und einen guten Appetit!



PEČENÉ KUŘE VE SLADKOKYSELÉ OMÁČCE NA CISTERCIÁCKÝ ZPŮSOB

Vynikající omáčku k pečenému kuřeti lze připravit několika způsoby: slít výpek či použít tučný masový vývar. Výpek či vývar ochutíme solí, zázvorem, pepřem, „žlutým kořením“ (kurkumou či šafránem) apod. a následně vmícháváme studené máslo, dokud omáčka nezíská krémovou konzistenci. Lze ji též zjemnit přidáním žloutku.

Další varianty:

Omáčku lze okořenit kůrou z citronů, limetek nebo (hořkých) pomerančů, případně kapary, nezralými kuličkami hroznového vína či kuličkami angreštu, zázvorem, pepřem nebo třeba muškátovým květem. Podle chuti lze i přidat ocet a nechat omáčku přejít varem, následně opět vmíchat studené máslo.

ROZMANITOST OBOHACUJE.

Případně lze omáčku připravit na sladko s cukrem, oloupanými mandlemi, malými rozinkami a skořicí, nechat ji přejít varem a kuře jí následně zalít. Právě na tomto receptu Buchinger ukazuje rozmanitost klášterní kuchyně, kterou si dnes představujeme možná prostší a jednodušší, než ve skutečnosti byla. Použití nejrůznějších koření a hlavně spojení sladké a kyselé chuti nám dnes připadá exotické, bylo ale v kuchyni raného novověku zcela běžné – lidé rádi experimentovali s různými chutěmi a jejich kombinacemi, které v dnešních střeoevropských kuchyních už sotva najdeme.

Otestujte je společně s námi!

ROAST CHICKEN IN SWEET AND SOUR SAUCE CISTERCIAN STYLE

A delicious sauce for roast chicken can be prepared in several ways: pour the broth or use fatty meat broth. Season the stock or broth with salt, ginger, pepper, 'yellow spices' (turmeric or saffron), etc., and then stir in cold butter until the sauce is creamy. It can also be softened by adding an egg yolk.

Other variations:

The sauce can be seasoned with the zest of lemons, limes or (bitter) s, or with capers, unripe grape or gooseberry balls, ginger, pepper or perhaps mace. You can also add vinegar to taste and let the sauce come to the boil, then stir in the cold butter again.

DIVERSITY ENRICHES.

Alternatively, the sauce can be made sweet with sugar, peeled almonds, small raisins and cinnamon, boiled and then poured over the chicken. It is this recipe that Buchinger uses to show the diversity of monastic cuisine, which we now imagine to be perhaps simpler and more monotonous than it actually was. The use of various spices, and especially the combination of sweet and sour flavours, seems exotic to us today, but was quite common in the cuisine of the early modern period - people liked to experiment with different flavours and combinations of flavours that are hardly to be found in today's central European kitchens.

Test them with us!

BRATHUHN SÜSS-SAUER À LA ZISTERZIENSER

Eine hervorragende Sauce zum Brathuhn kann man auf unterschiedliche Weise zubereiten: man fängt den austretenden Bratensaft auf oder verwendet alternativ eine fette Fleischbrühe. Mit Salz, Ingwer, Pfeffer, Gelbwürze (Kurkuma oder Safran), Zimt usw. abschmecken und abschließend mit kalter Butter montieren (d. h. Butter einrühren, bis die Sauce sämig ist). Die Sauce kann auch mit einem Eigelb legiert werden.

Weitere Varianten:

man würzt die Brühe mit Zitruschalen oder mit Kapern; mit unreifen Trauben oder Stachelbeeren, Ingwer, Pfeffer oder auch Muskatblüte. Nach Belieben kann man auch etwas Essig hinzufügen und die Sauce einmal aufkochen lassen, mit kalter Butter montieren.

VIelfalt BEREICHERT.

Oder man bereitet eine süße Brühe zu mit Zucker, geschälten Mandeln, getrockneten kleinen Rosinen und Zimt, lässt das Ganze aufkochen und gießt es dann über das gebratene Huhn. Gerade bei diesem Rezept offenbart Buchinger die Vielfalt der klösterlichen Küche, die wir uns heute möglicherweise karger und eintöniger vorstellen, als sie war. Der Einsatz verschiedenster Gewürze, aber ganz besonders die Verbindung von süß und sauer erscheint uns heute exotisch, war aber in der Frühen Neuzeit in der Küche etabliert. Man hatte Lust am Experimentieren mit unterschiedlichen Geschmäckern und Kombinationen, die so in mitteleuropäischen Küchen heute kaum noch zu finden sind.

Testen Sie sie mit uns!



Bernhard Buchinger (1606–1673) byl cisterciácký mnich, teolog, filozof – a také šéfkuchař. Ve francouzském opatství Lützel získal tento řeholník pocházející z Alsaska všestranné vzdělání. Kromě duchovních povinností zastával i praktické funkce: jako představený kuchyně organizoval stravování konventu – náročný úkol, který vyžadoval jak kulinařské, tak organizační schopnosti. Během třicetileté války opustil válkou těžce poškozený klášter Lützel a roku 1642 byl zvolen opatem kláštera Maulbronn. V roce 1654 se Buchinger vrátil do Lützlu a ujal se zde jak duchovní, tak stavební obnovy kláštera.

Kuchařská kniha, kterou vydal kolem roku 1672, je odrazem jeho bouřlivého života. Pod názvem „Kuchařská kniha pro duchovní i světské domácnosti, velké i malé“ se v ní snoubí barokní kulinařská rozkoš s praktickými znalostmi klášterního života. Nechybějí ani četné masové pokrmy – ty sice odporovaly řeholním pravidlům, ale tehdy se běžně připravovaly i za klášterními zdmi. Významné místo zaujímala také ryba, tehdy označovaná jako „řiční zelenina“ – byla totiž povolena i v době postu.

Buchingerovy recepty působí z dnešního pohledu poněkud záhadně: místo přesných údajů o množství nebo teplotě nabízejí jen stručné pokyny, jako například „nech to jemně zezlátnout“. Měrné jednotky většinou zcela chybí a postup přípravy je jen letmo nastíněn. Zkušeným kuchařům té doby to zcela vyhovovalo. Jeho recepty nebyly určeny začátečníkům – představovaly spíše praktickou pomůcku pro ostřílené kuchaře, a to jak v klášteře, tak na šlechtických dvorech. Chuť barokní doby se v následujících receptech vrací na scénu – také díky použití tehdy i dnes exotického koření, jako je skořice nebo kardamom. Přestože recepty uvádějí postup jen velmi rámcově, mohou být podnětem k tvůrčímu vaření. Zveme Vás na cestu časem: ochutnejte neobvyklé kombinace chutí a vůní – a třeba mezi nimi objevíte recept, který se dá s lehkostí zařadit i do všedního dne.

Bernhard Buchinger (1606–1673) was a Cistercian monk, theologian, philosopher – and also a chef. The Alsatian monk received a comprehensive education at the French abbey of Lützel. In addition to his spiritual duties, he also held practical positions: as head of the kitchen, he organized meals for the monastery – a demanding task that required both culinary and organizational skills. During the Thirty Years' War, he left the war-torn Lützel monastery and was elected abbot of Maulbronn monastery in 1642. In 1654, Buchinger returned to Lützel and took on the spiritual and architectural restoration of the monastery.

The cookbook he published around 1672 reflects his turbulent life. Entitled “Cookbook for Spiritual and Secular Households, Large and Small,” it combines Baroque culinary delights with practical knowledge of monastic life. The book includes numerous meat dishes – although these were contrary to monastic rules, they were commonly prepared even within monastery walls at the time. Fish, then referred to as “river vegetables,” also played an important role, as it was permitted even during Lent.

Buchinger's recipes seem somewhat mysterious from today's perspective: instead of precise information about quantities or temperatures, they offer only brief instructions, such as “let it brown gently.” Units of measurement are mostly absent, and the preparation process is only briefly outlined. This suited the experienced cooks of the time perfectly. His recipes were not intended for beginners – they were more of a practical aid for seasoned cooks, both in monasteries and at aristocratic courts. The taste of the Baroque era returns in the following recipes – thanks in part to the use of spices that were exotic then and now, such as cinnamon and cardamom. Although the recipes only provide a very general outline of the procedure, they can serve as inspiration for creative cooking. We invite you on a journey through time: taste unusual combinations of flavours and aromas – and perhaps you will discover a recipe that can easily be incorporated into your everyday cooking.

Bernhard Buchinger (1606–1673) war Zisterziensermönch, Theologe, Philosoph – und Küchenmeister. In der französischen Abtei Lützel erhielt der aus dem Elsass stammende Ordensmann eine umfassende Ausbildung. Neben geistlichen Aufgaben übernahm er auch praktische Funktionen: Als Küchenmeister organisierte er die Verpflegung des Konvents – ein anspruchsvoller Posten, der kulinarisches wie logistisches Geschick verlangte. Während des Dreißigjährigen Kriegs verließ Buchinger das schwer beschädigte Lützel und wurde 1642 zum Abt von Kloster Maulbronn gewählt. Buchinger kehrte 1654 nach Lützel zurück und leitete dort den Wiederaufbau – geistlich wie baulich.

Sein um 1672 gedrucktes Kochbuch spiegelt diese bewegte Biografie wider. Unter dem Titel „Koch-Buch so wol für Geistliche als auch weltliche grosse und geringe Haußhaltungen“ vereint es barocke Tafelfreuden mit klösterlichem Praxiswissen. Es finden sich darin auch zahlreiche Fleischgerichte – eigentlich ein Bruch mit der Ordensregel, aber damals auch innerhalb der Klostermauern praktiziert. Darüber hinaus spielte der Fisch eine Schlüsselrolle – als sogenanntes „Flussgemüse“ war er auch in der Fastenzeit erlaubt.

Buchingers Rezepte wirken aus heutiger Sicht oft rätselhaft: Statt genauer Mengen oder Temperaturen gibt es nur knappe Anweisungen wie „laß es fein gelb werden“. Maßeinheiten fehlen meist gänzlich, die Zubereitung wird bloß grob umrissen. Für geübte Köche jener Zeit reichte das völlig aus. Seine Texte dienten weniger als Anleitung für Anfänger, sondern als Erinnerungsstütze für erfahrene Küchenkräfte in Klöstern wie in adeligen Haushalten. Die folgenden Rezepte lassen den barocken Geschmack wieder aufleben, auch durch den Einsatz damals und heute exotischer Gewürze wie Zimt und Kardamon. Auch wenn die Rezepte nur ungefähr angeben, wie vorzugehen ist, dienen Sie als Inspirationsquelle. Wir laden Sie ein, die barocke Küche selbst zu entdecken. Probieren Sie die spannenden Geschmackskombinationen aus – vielleicht findet sich das eine oder andere Rezept, das sich sogar in den Alltag integrieren lässt.



Rezeptdatenbank

Klášterní strava cisterciáků byla a stále je odrazem jejich duchovního postoje: umírněná, přísná, ale ne rigidní. Ryby se staly symbolem tohoto postoje – mezi odříkáním světa a moudrým životním stylem.

To, co se u cisterciáků podávalo na stůl, nebylo náhodné. Naopak: klášterní jídla se řídila přesným plánem, který byl stanoven v Řeholi svatého Benedikta – duchovním základu Řádu. Zvláště zajímavé je podívat se na období půstu a na to, jaké místo zaujímala ryba v jídelníčku mnichů.

V kapitolách 35 až 41 Regula Benedicti je přesně stanoveno, kdy, jak často a za jakých podmínek se smělo jíst. V létě – kdy byly dny dlouhé a práce na polích intenzivní – se většinou jedlo dvakrát denně, v poledne a večer. Ve středu a v pátek, tradičních postních dnech, bylo na programu pouze jedno jídlo. V zimě se obecně jedlo pouze jednou denně a v předvelikonočním postním období bylo toto jídlo povoleno až se setměním.

Toto pravidlo pro období půstu mělo za cíl umírněnost a duchovní soustředění. Maso „čtyřnohých zvířat“, tedy hovězí, vepřové nebo jehněčí, bylo zásadně zakázáno. Ryby však nebyly považovány za maso v pravém slova smyslu.

Ryby tedy nebyly v klášterním životě jen povoleny, ale byly důležité. Cisterciáci při zakládání klášterů a osidlování nových míst brzy začali zakládat také rybníky, aby se mohli sami zásobovat – a v době půstu také pokrýt rostoucí poptávku obyvatel.

To, co dnes často působí jako romantická příroda, je ve skutečnosti výsledkem staletého plánování. Rybníky cisterciáků byly technickými stavbami s duchovním pozadím – zdrojem obživy a zároveň vyjádřením ideálu klášterního života. Kolem klášterů vznikly impozantní systémy vodních toků a rybníků, které dodnes utváří krajinu – typickou cisterciáckou klášterní krajinu.

Kláštéry provozovaly opravdové rybníkářství. Chovali kapry, štiky a úhoře, které prodávali a samozřejmě také sami konzumovali.

The Cistercian monastery diet was and still is a reflection of their spiritual attitude: moderate, strict, but not rigid. Fish became a symbol of this attitude – between renunciation of the world and a wise lifestyle.

What was served at the Cistercians' table was not random. On the contrary, monastery meals followed a precise plan laid down in the Rule of St. Benedict, the spiritual foundation of the Order. It is particularly interesting to look at the period of fasting and the place fish occupied in the monks' diet.

Chapters 35 to 41 of the Rule of St. Benedict specify exactly when, how often, and under what conditions food was allowed to be eaten. In summer, when the days were long and work in the fields was intense, meals were usually eaten twice a day, at noon and in the evening. On Wednesdays and Fridays, traditional days of fasting, only one meal was served. In winter, meals were generally eaten only once a day, and during Lent, this meal was not allowed until after dark.

This rule for the fasting period was intended to promote moderation and spiritual concentration. Meat from “four-legged animals,” i.e., beef, pork, or lamb, was strictly forbidden. However, fish was not considered meat in the true sense of the word.

Fish was therefore not only permitted in monastic life, but was also important. When founding monasteries and settling in new places, the Cistercians soon began to establish fish ponds so that they could supply themselves – and also meet the growing demand of the population during Lent.

What often appears today as romantic nature is in fact the result of centuries of planning. The Cistercian fishponds were technical structures with a spiritual background – a source of livelihood and at the same time an expression of the ideal of monastic life. Impressive systems of waterways and ponds sprang up around the monasteries, which still shape the landscape today – the typical Cistercian monastery landscape.

The monasteries practiced real fish farming. They raised carp, pike, and eels, which they sold and, of course, consumed themselves.

Die klösterliche Ernährung der Zisterzienser war und ist immer noch ein Spiegel ihrer geistlichen Haltung: maßvoll, streng, aber nicht starr. Der Fisch wurde dabei zum Sinnbild dieser Haltung – zwischen Weltabkehr und kluger Lebenspraxis.

Was bei den Zisterziensern auf den Tisch kam, war kein Zufall. Im Gegenteil: Die klösterlichen Mahlzeiten folgten einem genauen Plan, der in der Benediktregel – der geistlichen Grundlage des Ordens – festgelegt war. Besonders spannend wird es beim Blick auf die Fastenzeiten und die Frage, wie Fisch seinen festen Platz im Speiseplan der Mönche einnahm.

In den Kapiteln 35 bis 41 der Regula Benedicti ist genau geregelt, wann, wie oft und unter welchen Bedingungen gegessen werden durfte. Im Sommer – wenn die Tage lang und die Arbeit auf den Feldern intensiv war – gab es meist zwei Mahlzeiten am Tag, mittags und abends. Doch mittwochs und freitags, den traditionellen Fastentagen, stand nur eine Mahlzeit auf dem Plan. Im Winter wurde generell nur einmal gegessen, und in der vorösterlichen Fastenzeit durfte diese Mahlzeit erst nach Einbruch der Dunkelheit eingenommen werden. Allerdings: Auch dann sollte das Essen noch bei Tageslicht beendet sein – künstliches Licht am Tisch war nicht vorgesehen.

Diese Regel für die Fastenzeit zielte auf Mäßigung und geistige Konzentration ab. In der Fastenzeit sollten die Mönche über ihre gewohnte Disziplin hinausgehen. Fleisch von „vierfüßigen Tieren“, also Rind, Schwein oder Lamm, war grundsätzlich verboten. Aber: Fisch galt nicht als Fleisch im eigentlichen Sinne.

Fisch war im Klosteralltag sehr wichtig. Als die Zisterzienser Klöster gründeten und neue Orte besiedelten, begannen sie bald, eigene Teiche anzulegen, um sich selbst zu versorgen – und um in den Fastenzeiten auch den wachsenden Bedarf in der Bevölkerung zu decken.

Was heute oft wie romantische Natur wirkt, ist in Wahrheit das Ergebnis jahrhundertalter Planung. Die Fischteiche der Zisterzienser waren technische Bauwerke mit spirituellem Hintergrund – Versorgungsquelle und Ausdruck des klösterlichen Lebensideals zugleich.

Die Klöster waren von einem beeindruckenden Wasser- und Teichsystem umgeben, die bis heute die Landschaft formt – eine typische Zisterzienser-Klosterlandschaft.

Klöster betrieben eine regelrechte Fischwirtschaft. Karpfen, Hechte und Aale wurden gezüchtet, verkauft und natürlich auch selbst verzehrt.



RYBÍ „KNOFLÍČKY“

Uvařené a nasekané maso z ryby nebo krevet smícháme s trochou hladké mouky, soli, s vejci, jemně nasekanými na sádle smaženými jablky nebo hruškami, rozinkami, skořicí, šafránem (nebo kurkumou), petrželí, majoránkou a strouhaným perníkem. Ze vzniklé hmoty vytvarujeme „knoflíčky“ (kuličky), které buď vaříme v hrachové polévce, nebo pečeme na sádle.

Původní receptura „podle Buchingera“ obsahu maso z raka říčního. Použitím „žlutého koření“ získá pokrm nejen zajímavou barvu, ale i chuť.

ŠTIKA NA MODRO

Štika, ať už bez šupin, nebo s šupinami, vcelku nebo nakrájená na kousky: v hrnci smíchejte ve stejném poměru víno nebo ocet s vodou a přiveďte k varu. Do vroucí tekutiny přidejte štika a vařte ji, dokud nezmodrá (tj. dokud není uvařená a nezíská namodralou barvu). Při servírování podle chuti přidáme petrželku a posypeme nahrubo rozdrceným zázvorem a pepřem. Štika podávejte teplou nebo studenou, záleží na vašich preferencích.

Tímto způsobem lze připravit i kapra, pstruha a další ryby.

FISH “BUTTONS”

Mix cooked and chopped fish or shrimp meat with a little flour, salt, eggs, finely chopped fried apples or pears in lard, raisins, cinnamon, saffron (or turmeric), parsley, marjoram and grated gingerbread. Form the resulting mass into ‘buttons’ (balls), which are either cooked in pea soup or baked in lard.

The original recipe ‘according to Buchinger’ contains the meat of the river crayfish. The use of “yellow spices” gives the dish not only an interesting colour, but also flavour.

PIKE ON BLUE

Pike, either without scales or with scales, whole or cut into pieces: mix wine or vinegar and water in equal proportions in a saucepan and bring to the boil. Add the pike to the boiling liquid and cook until it turns blue (i.e. until it is cooked and has taken on a bluish colour). When serving, add parsley to taste and sprinkle with coarsely crushed ginger and pepper. Serve the pike warm or cold, depending on your preference.

Carp, trout and other fish can also be prepared in this way.

„FISCHKNÖPFLIN“

Man vermischt gekochte und gehackte Fisch- oder Krabbenfleisch mit etwas gutem Mehl, Salz, Eiern, fein gehackten und in Schmalz gerösteten Äpfeln oder Birnen, Rosinen, Zimt, Safran (oder Kurkumawurzel), Petersilie, Majoran und geriebenem Lebkuchen. Daraus formt man kleine Knöpflein (also kleine Kugeln) und kocht sie in einer Erbsenbrühe oder backt sie in Schmalz aus.

Das Originalrezept „nach Buchinger“ enthält das Fleisch der Flusskrebse. Die Verwendung von „gelben Gewürzen“ verleiht dem Gericht nicht nur eine interessante Farbe, sondern auch Geschmack.

HECHT BLAU

Den Hecht, entweder geschuppt oder ungeschuppt, ganz lassen oder in Stücke schneiden. In einem Topf Wein oder Essig mit ebensoviel Wasser mischen und zum Kochen bringen. Den Hecht in die kochende Flüssigkeit geben und blau kochen lassen (d.h. bis er gar ist und eine bläuliche Farbe annimmt). Nach Belieben Petersilie hinzufügen und grob zerstoßenen Ingwer und Pfeffer darüber streuen. Den Hecht je nach Vorliebe warm oder kalt servieren.

So kann man auch Karpfen, Forellen und andere Fische zubereiten.



cisterscapes.eu

GRILOVANÝ CANDÁT S TEPLÝM SALÁTEM Z ČOČKY BELUGA

Candáty očistíme a osušíme utěrkou. Na hřbetu lehce nařízneme a vložíme půl kolečka citronu. Následně candáty osolíme (zevnitř i zvenčí) a vložíme do marinády z bílého vína, citronové šťávy a rozmačkaného česneku. Necháme hodinu a půl v chladničce odpočinout. Před samotným grilováním vnitřek ryby lehce opepříme a vložíme snítku rozmarýnu. Lehce potřeme olivovým olejem a z každé strany griluje cca 5 minut.

Čočku beluga nasypeme do hrnce, zalijeme studenou vodou, vložíme bobkový list a vaříme na mírném ohni, dokud nebude na skus (zhruba 20 minut). Současně na 2 lžících olivovém oleji velmi, skutečně velmi pozvolna orestujte cibuli nakrájenou na slabé měsíčky (zhruba 20-30 minut, právě doba restování stojí za výslednou nasládlou chutí). Poté přilijte 2 lžíce balzamikového octa a vsypte i uvařenou, scezenou čočku a promíchejte. Přidejte kapary, špetku soli, nasekaný čerstvý tymián (asi 1/3 lžíce), opepřete a promíchejte.

Ihned servírujte na talíře.

PLNĚNÉ PAŠTIČKY

Paštičky byly klenotem barokní kuchyně – daly se přizpůsobit každé příležitosti, podávat teplé i studené, vhodné pro všechny druhy náplní (houby, zvěřina, drůbež, mangold, ryby a jiné).

Dobré a jednoduché těsto na paštičky připravíme následujícím způsobem: 250 g mouky, 125 g studeného másla (nebo nesoleného sádla), 2 vejce, špetka soli; máslo rozdrobit v mouce a všechny ingredience rychle prohníst. Těsto by před dalším zpracováním mělo přibližně hodinu zůstat v lednici. Přebytečné kousky těsta lze použít na ozdobení paštiček.

Jako náplň do paštiček lze zpracovat také maso pstruha lososovitého nebo jiné ryby v závislosti na regionu, může být i uzený – přidáním másla či nesoleného sádla, soli, několika stroužků citronu, pomeranče či limetky, kaparů, nezralých hroznů, zázvoru, pepře, muškátového květu, několika celých hřebíčků a nasekané petrželky.

GRILLED CANDIED WITH WARM BELUGA LENTIL SALAD

Clean and dry the candied clams with a towel. Lightly cut a slit on the back and insert half a lemon wheel. Then salt the candied salad (inside and out) and place in a marinade of white wine, lemon juice and crushed garlic. Leave to rest in the fridge for an hour and a half. Before grilling, lightly pepper the inside of the fish and add a sprig of rosemary. Brush lightly with olive oil and grill for about 5 minutes on each side.

Place the beluga lentils in a pot, cover with cold water, add the bay leaf and cook over low heat until tender to the bite (about 20 minutes). At the same time, sauté the onion, cut into small marigolds, very, very slowly in 2 tablespoons of olive oil (about 20-30 minutes, it is the sautéing time that accounts for the resulting sweet taste). Then add 2 tablespoons of balsamic vinegar and add the cooked, drained lentils and stir. Add the capers, a pinch of salt, chopped fresh thyme (about 1/3 tablespoon), pepper and stir.

Serve immediately on plates.

STUFFED PASTRIES

Pastries were the jewel of Baroque cuisine – they could be adapted to any occasion, served hot or cold, and filled with all kinds of ingredients (mushrooms, game, poultry, Swiss chard, fish, and more).

A good and simple pastry for pasties can be prepared as follows: 250 g flour, 125 g cold butter (or unsalted lard), 2 eggs, a pinch of salt; crumble the butter into the flour and quickly knead all the ingredients together. The dough should be left in the fridge for about an hour before further processing. Excess pieces of dough can be used to decorate the patties.

The filling for the pastries can also be made from salmon trout or other fish depending on the region, and can also be smoked – with the addition of butter or unsalted lard, salt, a few cloves of lemon, or lime, capers, unripe grapes, ginger, pepper, nutmeg, a few whole cloves and chopped parsley.

GEGRILLTER ZANDER MIT WARMEM BELUGA-LINSENSALAT

Die kandierte Zander säubern und mit einem Handtuch trocknen. Auf der Rückseite einen leichten Schlitz einschneiden und eine halbe Zitronenscheibe hineinstecken. Dann den Zander salzen (innen und außen) und in eine Marinade aus Weißwein, Zitronensaft und zerdrücktem Knoblauch legen. 1-2 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen. Vor dem Grillen das Innere des Fisches leicht pfeffern und einen Zweig Rosmarin hinzufügen. Leicht mit Olivenöl einpinseln und etwa 5 Minuten auf jeder Seite grillen.

Die Beluga-Linsen in einen Topf geben, mit kaltem Wasser bedecken, das Lorbeerblatt hinzufügen und bei schwacher Hitze kochen, bis sie bissfest sind (etwa 20 Minuten). Währenddessen die in kleine Ringelblumen geschnittene Zwiebel in 2 Esslöffeln Olivenöl sehr, sehr langsam anbraten (ca. 20-30 Minuten, die Anbratzeit ist für den süßen Geschmack verantwortlich). Dann 2 Esslöffel Balsamico-Essig und die gekochten, abgetropften Linsen dazugeben und umrühren. Die Kapern, eine Prise Salz, den gehackten frischen Thymian (ca. 1/3 Esslöffel) und Pfeffer hinzufügen und umrühren.

Sofort auf Tellern servieren.

GEDECKTE PASTETEN

Pasteten waren ein Highlight der barocken Küche – sie konnten auf jeden Anlass abgestimmt werden. Sehr beliebt, weil sie warm oder kalt serviert und für alle Arten von Füllungen (Pilze, Wild, Geflügel, Mangold, Fisch, usw.) geeignet.

Ein guter und einfacher Pastetenteig wird folgendermaßen gemacht: 250 g Mehl, 125 g kalter Butter (oder ungesalzenes Schmalz, auch „Anken“ genannt), 2 Eiern und einer Prise Salz. Butter in Mehl abbröseln und alle Zutaten rasch verkneten. Den Teig sollte man vor der weiteren Verarbeitung für etwa eine Stunde in den Kühlschrank stellen. Überschüssige Teigreste können zur Verzierung der Pasteten verwendet werden.

Auch Lachsforelle oder anderer Fisch je nach Region (kann auch geräuchert sein) werden in Pasteten verarbeitet – unter Zugabe von frischer Butter oder ungesalzenem Schmalz, Salz, Zitronen-, Pomeranzen- oder Limettenzesten, Kapern oder unreifen Trauben, Ingwer, Pfeffer, Muskatblüte, einigen ganzen Nelken und gehackter Petersilie.

Chov ryb má v středoevropských klášterech dlouhou tradici, stejně jako v dolnorakouském klášteře Zwettl, kde se tento způsob hospodaření praktikuje dodnes. Původně sloužil k zajištění stravy během půstu, dnes spojuje staleté know-how s moderními standardy kvality.

Zápis v Bärenhaut, nadační knize kláštera Zwettl, naznačuje, že chov kaprů ve rybníkářské oblasti ve Waldviertlu má téměř 900letou historii. Waldviertel byl za svůj tradiční, přírodě blízký chov kaprů oceněn mezinárodním certifikátem GIAHS. GIAHS je zkratka pro „Globally Important Agricultural Heritage Systems“ (globálně významné zemědělské systémy), program Organizace OSN pro výživu a zemědělství (FAO), který chrání celosvětově jedinečné, historicky vyvinuté zemědělské systémy. Klášter Zwettl je tak součástí živého kulturního dědictví, které spojuje regionální kvalitu s globálním významem.

V rybnících kolem kláštera se dodnes chovají kapři a pstruzi udržitelným a lokálním způsobem. Ryby se pomalu vyvíjejí v přírodních vodách – bez intenzivního chovu, s ohledem na životní prostředí a dobré životní podmínky zvířat. Tato forma chovu ryb zaručuje kvalitní ryby s prokazatelným původem. Obzvláště žádaný je každoroční prodej ryb přímo z rybníků, který začíná vždy na podzim. Zákazníci dostanou čerstvé kapry a pstruhy – na přání celé nebo filetované. Nabídku doplňují uzené ryby a speciální delikatesy, jako je oblíbená domácí uzená kapří paštika.

Podobný příběh bychom mohli vyprávět o „značkovém“ kaprovi ze Žďáru nad Sázavou (ČR), regionu Tirschenreuth a kláštera Waldsassen - „krajíně tisíce rybníků“ (Bavorsko) nebo znovuoobnovovaném rybníkářství kláštera Vyšší Brod (ČR). Tato opatství i celé regiony navazují svým chovem ryb na staré klášterní tradice a zároveň jsou velmi dobrým příkladem regionální produkce potravin, která sází na kvalitu místo kvantity.

Fish farming has a long tradition in Central European monasteries, as in the Lower Austrian monastery of Zwettl, where it is still practised today. Originally used to provide food during Lent, today it combines centuries-old know-how with modern quality standards.

An entry in the Bärenhaut, the foundation book of the Zwettl monastery, indicates that carp farming in the Waldviertel pond area has a history of almost 900 years. The Waldviertel has been awarded the international GIAHS certificate for its traditional, nature-friendly carp farming. GIAHS stands for 'Globally Important Agricultural Heritage Systems', a programme of the Food and Agriculture Organisation (FAO) that protects globally unique, historically developed agricultural systems. Zwettl Monastery is thus part of a living cultural heritage that combines regional quality with global significance.

Carp and trout are still farmed sustainably and locally in the ponds around the monastery. The fish develop slowly in natural waters - without intensive farming, with respect for the environment and animal welfare. This form of fish farming guarantees quality fish with proven provenance.

The annual sale of fish directly from the ponds, which always starts in autumn, is particularly popular. Customers receive fresh carp and trout - whole or filleted on request. Smoked fish and special delicacies such as the popular homemade smoked carp pate round off the range.

A similar story could be told about the “branded” carp from Žďár nad Sázavou (Czech Republic), the region of Tirschenreuth and the Waldsassen Monastery - “a landscape of a thousand ponds” (Bavaria) or the restored fishery of the Vyšší Brod Monastery (Czech Republic).

These abbeys and entire regions continue the old monastic traditions of fish farming and is a good example of regional food production that focuses on quality over quantity.

Fischzucht hat in mitteleuropäischen Klöstern eine lange Tradition, so auch im niederösterreichischen Stift Zwettl, wo diese Wirtschaftsform bis heute praktiziert wird. Ursprünglich diente sie der Selbstversorgung in Fastenzeiten, heute verbindet sie jahrhundertealtes Know-how mit modernen Qualitätsstandards.

Ein Eintrag in der Bärenhaut, dem Stiftungsbuch des Klosters Zwettl, legt nahe, dass die Waldviertler Karpfenteichwirtschaft auf eine fast 900jährige Geschichte verweisen kann. Für seine traditionelle, naturnahe Karpfenteichwirtschaft ist das Waldviertel mit dem internationalen GIAHS-Prädikat ausgezeichnet worden. GIAHS steht für „Globally Important Agricultural Heritage Systems“, ein Programm der UN-Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation (FAO), das weltweit einzigartige, historisch gewachsene Agrarsysteme schützt. Das Stift Zwettl ist somit Teil eines lebendigen Kulturerbes, das regionale Qualität mit globaler Bedeutung verbindet.

In den Teichen rund um das Stift werden heute noch Karpfen und Forellen nachhaltig und regional produziert. Die Tiere wachsen langsam in naturnahen Gewässern auf – ohne Massentierhaltung, mit Rücksicht auf Umwelt und Tierwohl. Diese Form der Fischzucht garantiert hochwertige Speisefische mit nachvollziehbarer Herkunft.

Besonders gefragt ist der jährliche Fischverkauf ab Teich, der jeweils im Herbst beginnt. Kundinnen und Kunden erhalten frische Karpfen und Forellen – auf Wunsch im Ganzen oder filetiert. Ergänzt wird das Angebot durch geräucherten Fisch und besondere Spezialitäten: etwa die beliebte hausgemachte Räucherkarpenpastete.

Eine ähnliche Geschichte könnte man über den „gebrandmarkten“ Karpfen aus Žďár nad Sázavou (Tschechische Republik), die Region Tirschenreuth und das Kloster Waldsassen - „ein Land der 1000 Teiche“ (Bayern) oder die restaurierte Fischerei des Klosters Vyšší Brod (Tschechische Republik) erzählen.

Diese Abteien und ganze Regionen knüpfen mit ihrer Fischzucht an alte klösterliche Traditionen an und liefert gleichzeitig ein gutes Beispiel für regionale Lebensmittelproduktion, die auf Qualität statt Masse setzt.

MANGOLD S VAJEČNOU NÁDIVKOU

Velké blanširované mangoldové listy naplníme nádivkou připravenou podle následujícího receptu:

Najemno nasekanou cibulku nebo čerstvou pažitku, petržel a podle chuti další bylinky orestujeme na sádle a másle. Následně přidáme vejce, sůl, zázvor a pepř či kurkumu. Směs nad plamenem mícháme, dokud mírně nezhoustne. Volitelně můžeme do směsi zamíchat i nasekaný čerstvý mangold a strouhanku. Tuto směs lze použít jako nádivku pro různá jídla. Naplněné mangoldové listy následně spolu s máslem, trochou vody a kořením dusíme v pekáči v troubě nebo zapečeme.

Tento i další recepty vyzkoušeli naši kuchaři v gastroprovozu.

Cisterciáci se během 12. a 13. století záměrně odpoutali od benediktinů a vůbec světsky žijících kleriků – také tím, že odmítali lov, pozlátko a reprezentativnost. Prameny z pozdější doby přesto ukazují, že v mnohých kláštorech se přece jen lovilo – lov zvěřiny pro vlastní potřebu pomocí např. pastí či sítí byl povolen. Směli se též chránit před škodami, které by jim zvěř způsobila či samotný lov přenechávat bratřím laikům, případně lovcům „zvenčí“.

JELENÍ PEČÍNKA NA PEPŘI NEBO JABLKÁCH

Jelení maso připravujeme v nálezu z vody a vína (1:1) a troše octa. Průběžně sbíráme pěnu a solíme. Zahustíme zápražkou (tmavou jíškou) a okořeníme pepřem a zázvorem – tak vznikne hustá pepřová omáčka. Necháme ještě jednou přejít varem. Podáváme posypané kostičkami restované slaniny a trochou strouhaného zázvoru.

Jablečná omáčka: sladká jablka nakrájíme, přidáme trochu mouky a opečeme na sádle. Přidáme vývar z masa, trochu vína, zázvor, skořici, cukr a šafrán a necháme povařit. Lze též přimíchat loupané mandle a rozinky. Vznikne vynikající omáčka, hodící se jak ke zvěřině včetně srnčí kýty, tak k zaječí pečince.

MANGOLD WITH EGG FILLING

Fill large blanched chard leaves with the stuffing prepared according to the following recipe:

Sauté finely chopped scallions or fresh chives, parsley and other herbs to taste in lard and butter. Then add the eggs, salt, ginger and pepper or turmeric. Stir the mixture over the heat until it thickens slightly. Optionally, chopped fresh chard and breadcrumbs can also be stirred into the mixture. This mixture can be used as a stuffing for various dishes. The stuffed chard leaves are then simmered in a baking dish in the oven or baked together with butter, a little water and spices.

This and other recipes have been tried by our chefs in restaurants.

During the 12th and 13th centuries, the Cistercians deliberately distanced themselves from the Benedictines and the secular clergy in general - also by rejecting hunting, glitter and representativeness. Nevertheless, sources from a later period show that hunting was still practiced in many monasteries - hunting of game for personal use using, for example, traps or nets was permitted. They were also allowed to protect themselves from damage caused by game or to leave the hunting itself to lay brothers or to hunters from "outside".

DEER ROAST ON PEPPER OR APPLES

Deer meat is prepared in a brine of water and wine (1:1) and a little vinegar. We continuously collect the foam and salt it. Thicken with a roux (dark roux) and season with pepper and ginger - this makes a thick pepper sauce. Allow to come to the boil once more. Serve sprinkled with cubes of fried bacon and a little grated ginger.

Applesauce: cut up the sweet apples, add a little flour and fry in lard. Add the meat stock, a little wine, ginger, cinnamon, sugar and saffron and leave to simmer. Peeled almonds and raisins can also be added. The result is a delicious sauce that goes well with both game, including venison, and roast hare.

MANGOLD MIT EIERFÜLLE

Große blanchierte Mangoldblätter werden mit folgender Farce gefüllt: man schwitzt fein gehackte Zwiebeln oder frischen Schnittlauch, Petersilie sowie verschiedene wohlschmeckende Kräuter in Butterschmalz an. Anschließend werden Eier, Salz, Ingwer, Pfeffer oder Kurkuma hinzugefügt. Die Mischung sollte über dem Feuer ständig gerührt werden, bis sie etwas eindickt. Optional kann man unter diese Füllung auch gehackten frischen Mangold und Semmelbrösel mischen. Diese Mischung kann als Füllung für verschiedene Gerichte verwendet werden.

Anschließend werden die gefüllten Mangoldblätter mit frischer Butter, etwas Wasser und Gewürzen auf einem Blech ins Backrohr schieben.

Im 12. und 13. Jahrhundert grenzten sich die Zisterzienser bewusst von Benediktinern und weltlich lebenden Klerikern ab – auch durch die Ablehnung von Jagd, Prunk und Repräsentation. Trotzdem zeigen spätere Quellen, dass in manchen Klöstern gewisse Jagdformen durchaus zum Einsatz kamen. So war es erlaubt, Wild zur eigenen Versorgung bspw. mit Fallen oder Netzen zu fangen. Sie durften sich auch vor Wildschäden schützen oder die Jagd Laienbrüdern und externen Jägern überlassen

HIRSCHBRATEN IN PFEFFER - ODER APFELSAUCE

Hirschfleisch wird in halb Wein, halb Wasser und etwas Essig gekocht, laufend abgeschäumt und gesalzen. Gebunden wird die Sauce mit einer Einbrenn (einer dunklen Mehlschwitze). Gewürzt mit Ingwer und Pfeffer wird so eine dicke Pfeffersauce zubereitet. Das Ganze lässt man vollständig durchkochen. Beim Anrichten streut man geröstete Speckwürfelchen und etwas geriebenen Ingwer darüber.

Apfelsauce: süße Äpfel werden gehackt und mit etwas Mehl in Schmalz gut angeröstet. Dann gibt man Fleischbrühe, etwas Wein, Ingwer, Zimt, Zucker und Safran dazu und lässt die Sauce aufkochen. Man kann auch geschälte Mandeln und Rosinen untermischen. Das ergibt eine ausgezeichnete Brühe oder Sauce, die zu Wildbret, Rehschlegel oder Hasenbraten gereicht werden kann.



ŠKUBÁNKY

Brambory nakrájené na drobno o uvaříme v osolené vodě doměkka. Polovinu vody slijeme, brambory rozštouháme lžící a do hmoty uděláme důlky. Do nich nasypeme hrubou mouku (asi 150 g na 1 kg brambor, rozpis pro 4 osoby). Hrnec zakryjeme pokličkou a necháme v teple 20 minut odstát, aby se mouka spařila a nabobtnala. Případnou přebytečnou vodu slijeme, hmotu promícháme na hladké husté těsto. Dle chuti dosolíme. Lžící namočenou v rozpuštěném sádle (nebo másle) vykrajujeme škubánky. Podáváme posypané mletým mákem s cukrem nebo s tvarohem, zakápneme máslem.

Chutově nejlepší mák je z dolnorakouského Waldviertelu (klášter Zwettl), kde má tato tradiční rostlina skvělé podmínky.

SVATBERNARDSKÝ PERNÍK

- RECEPT INSPIROVANÝ SV. BERNARDEM - „MEDOVÝM DOKTOREM“

Přísady na 15 závinů: 3 kg hladké mouky, 1 kg moučkového cukru, 50 g jedlé sody, 20 vajec, 20 lžic medu, 0,5 kg másla (nebo ztuženého tuku, ideálně Hera), 10 lžic perníkového koření

(pozn.: těsto na 1 závin à 400 g)

Do těsta přimísíme sušené švestky nakrájené nadrobno a kandovanou pomerančovou kůru. Pečeme při 185 °C cca 25 minut. Upečený perník pokropíme rumem, potřeme povidly a nakrájíme. Přelijeme čokoládou nebo vanilkovým šodó.

Receptura p. Jiřího France, Hotel Šumava, Vyšší Brod (ČR)

DESSERT DUMPLINGS

Boil the potatoes cut into small pieces in salted water until tender. Drain half of the water, mash the potatoes with a spoon and make indentations in the mass. Sprinkle coarse flour into them (about 150 g per 1 kg of potatoes, for 4 people). Cover the pot with a lid and leave to stand in the heat for 20 minutes to allow the flour to swell. Drain off any excess water and stir the mixture into a smooth, thick dough. Add salt to taste. Use a spoon dipped in melted lard (or butter) to cut out the jerky. Serve sprinkled with ground poppy seeds and sugar or with cottage cheese, drizzle with butter.

The best-tasting poppy seeds come from the Lower Austrian Waldviertel (Zwettl Monastery), where this traditional plant enjoys excellent conditions.

ST. BERNARD'S GINGERBREAD

- A RECIPE INSPIRED BY ST. BERNARD - THE 'HONEY DOCTOR'

Ingredients for 15 strudels: 3 kg of plain flour, 1 kg of icing sugar, 50 g of baking soda, 20 eggs, 20 tablespoons of honey, 0,5 kg of butter (or fat), 10 tablespoons of gingerbread spice

(note: dough for 1 strudel à 400 g)

Stir the prunes, finely chopped, and the candied peel into the batter. Bake at 185 °C for approx. 25 minutes. Sprinkle the baked gingerbread with rum, spread with the plum jam and cut. Top with chocolate or vanilla schodo.

Recipe by Mr. Jiri Franc, Hotel Šumava, Vyšší Brod (Czech Republic)

DESSERT DUMPLINGS

Die Kartoffeln kochen wir in Salzwasser weich, dann die Hälfte des Wassers abgießen, mit Kochlöffel bohren wir einige Löcher (Strafen) in die Kartoffeln und in diese Öffnungen streuen wir das griffige Mehl (ca. 150 g pro 1 kg Kartoffeln, für 4 Personen) und decken alles mit einem Deckel zu. Wir lassen sie etwa 20 Minuten stehen, bis das Mehl dampft. Dann gießen das überflüssige Wasser ab und machen zu einem dickflüssigen glatten Teig an. Je nach Gusto salzen wir ihn. Mit einem in Schmalz getunktenen Löffel schneiden wir Sterne aus. Mit gemahlenem Mohn und Zucker bestreut servieren, mit Butter beträufelt.

Der wohlschmeckendste Mohn kommt aus dem niederösterreichischen Waldviertel (Stift Zwettl).

ST. BERNARD'S GINGERBREAD

- EIN REZEPT INSPIRIERT VOM HEILIGEN BERNHARD - DEM „HONIGDOKTOR“

Zutaten für 15 Strudel: 3 kg glattes Mehl, 1 kg Puderzucker, 50 g Backpulver, 20 Eier, 20 Esslöffel Honig, 0,5 kg Butter (oder Fett), 10 Esslöffel Lebkuchengewürz

(Hinweis: Teig für 1 Strudel à 400 g)

Die feingehackten Pflaumen und das at unter den Teig rühren. Bei 185 °C ca. 25 Minuten backen. Den gebackenen Lebkuchen mit Rum beträufeln, mit der Powideln (Pflaumen-, Zwetschgenmarmelade) bestreichen und anschneiden. Mit Schokoladen- oder Vanilleschokolade überziehen.

Rezept von Herrn Jiri Franc, Hotel Šumava, Vyšší Brod (Tschechische Republik)

Cisterciáci jako reformní řád benediktinů byli známí odloučeným způsobem života, který se vyznačoval modlitbou a prací (ora et labora), ale také svými zemědělskými úspěchy. Prokázali pozoruhodného ducha inovací, zejména v oblasti pěstování ovoce. Klášterní zahrady se staly místy cíleného pěstování, množení rostlin a někdy i botanické exotiky.

Cisterciáci se při navrhování zahrad řídili osvědčenými postupy. Ovoce, zelenina a bylinky se pěstovaly odděleně, často podél vodního toku, který sloužil speciálně k zavlažování.

Cisterciáci od samého počátku zdůrazňovali význam zachování a předávání znalostí o rostlinách. Při zakládání nových hospodářství s sebou vždy přinášeli semena, sazenice a vyzkoušené plány výsadby. Díky tomu se odrůdy a techniky rychle rozšířily po celé Evropě. Ovocnářství sloužilo nejen k přímému zásobování, ale také ke skladování potravin a léčebným účelům. Konzervované nebo sušené ovoce, jako jsou jablka, hrušky a třešně, bylo v klášterní kuchyni nepostradatelné.

Kromě tradičního ovoce se pěstovalo také okrasné ovoce. Oranžerie byly zvláštním projevem klášterní zahradní architektury. V těchto chráněných budovách se pěstovaly citrusové plody, jako jsou hořké pomeranče, citrony a granátová jablka, a to i v chladnějších oblastech severně od Alp.

Ve stínu gotických zdí opatství Pforta dozrálo ovoce, které dosáhlo nadregionálního významu: Borsdorfské jablko, jedna z nejstarších dodnes pěstovaných odrůd jablek ve střední Evropě. Již ve 13. století byl v klášteře jmenován magister pomerii - mistr sadař. Borsdorfské jablko však nebylo jen jídlem, ale i kulturním přínosem. Svou lhou dozrávání v pozdním podzimu, dobrou trvanlivostí a sladkokyselou chutí splňovalo všechny požadavky na žádané dezertní jablko, a to jak pro vlastní potřebu kláštera, tak pro prodej. Jeho šíření lze vysledovat až do 19. století.

Borsdorfské jablko je tedy ukázkovým příkladem klášterní inovace - plodné v tom nejlepší slova smyslu. To, co kdysi vznikalo v klášterních zahradách, žije doposud v mnoha regionech Evropy a je produkováno - s jasnou filozofií: nejvyšší kvalita, málo cukru, žádné konzervanty.

The Cistercians, as a reformist Benedictine order, were known for their secluded lifestyle, characterized by prayer and work (ora et labora), but also for their agricultural success. They demonstrated a remarkable spirit of innovation, especially in the cultivation of fruit. The monastery gardens became places of purposeful cultivation, plant propagation and sometimes botanical exoticism.

The Cistercians followed best practice in designing their gardens. Fruits, vegetables and herbs were grown separately, often along a watercourse that was used specifically for irrigation.

From the very beginning, the Cistercians stressed the importance of preserving and passing on knowledge about plants. They always brought seeds, seedlings and tried and tested planting plans with them when establishing new farms. As a result, varieties and techniques spread rapidly throughout Europe. Orchards were used not only for direct supply but also for food storage and medicinal purposes. Preserved or dried fruits such as apples, pears and cherries were indispensable in the monastery kitchen.

In addition to traditional fruit, ornamental fruit was also grown. The ries were a particular manifestation of the monastery's garden architecture. Citrus fruits such as bitter s, lemons and pomegranates were grown in these sheltered buildings, even in the colder regions north of the Alps.

In the shadow of the Gothic walls of Pforta Abbey, a fruit ripened that has reached supra-regional importance: the Borsdorf apple, one of the oldest apple varieties still grown in Central Europe. As early as the 13th century, a magister pomerii - master orchardist - was appointed in the abbey.

However, the Borsdorf apple was not only a food but also a cultural asset. With its ripening period in late autumn, its good shelf life and its sweet and sour taste, it met all the requirements for a desirable dessert apple, both for the monastery's own use and for sale. Its spread can be traced back to the 19th century.

The Borsdorf apple is therefore a prime example of monastic innovation - fruitful in the best sense of the word. What was once produced in the gardens of a monastery still lives on in many regions of Europe and is produced with a clear philosophy: top quality, low sugar, no preservatives.

Die Zisterzienser als Reformorden der Benediktiner waren für die abgeschiedenen, vom Beten und Arbeiten (ora et labora) geprägten Lebensformen bekannt, sondern auch für ihre landwirtschaftlichen Leistungen. Besonders beim Obstanbau zeigten sie einen bemerkenswerten Innovationsgeist. Klostergärten wurden zu Orten des gezielten Anbaus, der Pflanzenverbreitung und manchmal sogar der botanischen Exotik.

Die Zisterzienser folgten bei der Gestaltung ihrer Gärten bewährten Strukturen. Obst, Gemüse und Kräuter wurden getrennt angebaut, oft entlang eines Wasserlaufs, der gezielt zur Bewässerung genutzt wurde.

Von Anfang an legten die Zisterzienser Wert darauf, ihr Pflanzenwissen zu bewahren und weiterzugeben. Bei Neugründungen brachten sie stets Samen, Ableger und bewährte Pflanzpläne mit. So verbreiteten sich Sorten und Techniken rasch über ganz Europa. Der Obstanbau diente nicht nur der Ernährung, sondern auch der Lagerhaltung und medizinischen Versorgung. Eingemachte oder getrocknete Früchte wie Äpfel, Birnen und Kirschen waren in der klösterlichen Küche unverzichtbar.

Neben dem klassischen Nutzobst wurde gezielt Zierobst angebaut. Ein besonderer Ausdruck klösterlicher Gartenkunst waren die rien. In diesen geschützten Gebäuden wuchsen Zitrusfrüchte wie Pomeranzen, Zitronen oder Granatäpfel selbst in kühleren Gegenden nördlich der Alpen.

Im Schatten gotischer Mauern ins Kloster Pforta reifte eine Frucht heran, die es zu überregionaler Bedeutung brachte: der Borsdorfer Apfel, der eine der ältesten heute noch kultivierten Apfelsorten Mitteleuropas darstellt. Schon im 13. Jahrhundert hatte das Kloster eigens einen magister pomerii - einen Obstgartenmeister - eingesetzt.

Der Borsdorfer Apfel war jedoch mehr als nur Nahrung: Er war Kulturgut. Mit seiner Reifezeit im Spätherbst, seiner guten Lagerfähigkeit und seinem süß-säuerlichen Aroma erfüllte er alle Anforderungen an einen begehrten Tafelapfel sowohl für den klösterlichen Eigenbedarf als auch für den Verkauf. Seine Verbreitung lässt sich bis ins 19. Jahrhundert nachweisen.

Der Borsdorfer Apfel ist damit ein Paradebeispiel für klösterliche Innovationskraft - fruchtbar im besten Sinne.

Was einst in Klostergärten entstand, lebt bis heute weiter in vielen Regionen Europas und produziert man mit einer klaren Philosophie: höchste Qualität, wenig Zucker, keine Konservierungsstoffe.



PLNĚNÁ PEČENÁ JABLKA

Z dobrých, tvrdých jablek odřízneme vršek a jemně vyjmeme dužinu. Dužinu nasekáme najemno a spolu s roztlučenými mandlemi, cukrem, šafránem, zázvorem a skořicí a opražíme na sádle. Touto hmotou jablka naplníme, uzavřeme odříznutým vrškem jablka a upečeme na sádle. Přidáme trochu vína, medu a skořice. Nebo můžeme naplněná jablka napíchnout na rožeň a opéct je na ohni. Případně napíchnout na jeden rožeň několik jablek a opéct je na roštu, následně je lze posypat skořicí. Nebo je naplníme nasekanými a opraženými hruškami nebo kdoulemi, cukrem, skořicí a pepřem a spaříme se sádlem. Nebo je naplníme rozinkami, cukrem, skořicí, šafránem a strouhanou lékořicí – velmi dobré proti kašli a dušnosti.

Neobvykle na tomto receptu působí dietetické pokyny u poslední varianty přípravy. Potraviny byly – v souladu s tehdy převládajícím názorem učenců – považovány současně za léčiva. Proto i Buchingerově kuchaře občas najdete lékařská doporučení.

A ZÁVĚREM... TO NEJSŁADŠÍ: CUKROVÍ MANUS CHRISTI

MANUS CHRISTI TÄFFELIN (MANUS CHRISTI „PLÁTKY“).

Cukrový sirup povaříme s třetinou objemu růžové vody / dokud cukr nezhoustne/ následně z něj na mramorovém nebo cínovém válu vykrajujeme pomocí cukrářské lžice malé tabulky – Manus Christi. Zdroj: *Koch-Buch für Geistliche* (1672), 1017. Mramorovou nebo cínovou desku shánět samozřejmě nemusíte – zvládne to i pečící papír. Manus Christi (latinsky „Ruka Kristova“) bylo ve středověku a raném novověku označení pro obzvláště jemné bílé cukroví. Bylo považováno za léčivé, cenné a téměř za relikvii, neboť cukr byl tehdy drahý a cukroví mělo svou čistě bílou barvou a sladkou jemností chuti podle tehdy běžné představy odkazovat na Boha jako na něco, co nás přesahuje. Často nebylo používáno jen jako sladkost, ale i jako lékařský prostředek například pro posílení organismu nebo k léčbě srdeční slabosti, náhlého oslabení organismu či melancholie.

Tip: Cukroví lze podle chuti ozdobit například lístkovým zlatem, sušenými květy nebo „kořením“ jako levandule nebo fialkový cukr – přesně ve stylu barokních mistrů cukrářů.

STUFFED BAKED APPLES

Cut the top off good, firm apples and gently remove the flesh. Finely chop the flesh and fry it with the smashed almonds, sugar, saffron, ginger and cinnamon in lard. Fill the apples with this mixture, close the cut top of the apple and bake in the lard. Add a little wine, honey and cinnamon. Or you can skewer the filled apples on a spit and roast them over the fire. Alternatively, skewer several apples on one spit and roast them on the spit, then sprinkle them with cinnamon. Alternatively, fill them with chopped and roasted pears or quinces, sugar, cinnamon and pepper, and scald with lard. Or fill them with raisins, sugar, cinnamon, saffron and grated liquorice - very good for coughs and shortness of breath.

What is unusual about this recipe is the dietary instructions for the last preparation option. The foods were - in accordance with the prevailing opinion of scholars at the time - considered at the same time to be medicines. Hence, even Buchinger's cookbook occasionally contains medical recommendations.

AND FINALLY... THE SWEETEST: CANDY MANUS CHRISTI

MANUS CHRISTI TÄFFELIN (MANUS CHRISTI “SLICES”).

Boil the sugar syrup with a third of the volume of rose water / until the sugar thickens / then cut out small tables - Manus Christi - on a marble or tin roll using a pastry spoon. Source: *Koch-Buch für Geistliche* (1672), 1017. Of course, you don't have to find a marble or tin plate - baking paper will do the job. Manus Christi (Latin for “Hand of Christ”) was the name given to a particularly delicate white confection in the Middle Ages and early modern period. It was considered medicinal, precious and almost a relic, as sugar was expensive at the time and the candy, with its pure white colour and sweet delicacy of flavour, was thought to refer to God as something beyond us. It was often used not only as a sweet, but also as a medical remedy, for example, to strengthen the body or to treat heart weakness, sudden weakness of the body or melancholy.

Tip: The candy can be decorated to taste with, for example, gold leaf, dried flowers or ‘spices’ such as lavender or violet sugar - exactly in the style of the Baroque master confectioners.

GEFÜLLTE BRATÄPFEL

Von guten, festen Äpfeln (mit oder ohne Schale) schneidet man einen Deckel ab und höhlt sie aus. Das entnommene Fruchtfleisch wird fein gehackt und mit gestoßenen Mandeln, Zucker, Safran, Ingwer und Zimt in Schmalz geröstet. Die Äpfel werden mit dieser Masse gefüllt und mit dem Deckel verschlossen. Anschließend brät man sie in Schmalz und gibt etwas Wein, Honig und Zimt dazu. Oder man steckt die gefüllten Äpfel auf Spieße und brät sie über dem Rost. Oder man steckt mehrere Äpfel hintereinander auf einen Spieß und brät sie am Rost, danach bestreut man sie mit Zucker. Oder man füllt die Äpfel mit gehackten und gerösteten Birnen oder Quitten, Zucker, Zimt und Pfeffer und dämpft sie in Schmalz. Oder man füllt sie mit Rosinen, Zucker, Zimt, Safran und geraspelttem Süßholz. Das ist besonders gut gegen Husten und Atemnot.

Außergewöhnlich an diesem Rezept erscheinen heute die diätetischen Hinweise bei der letzten Zubereitungsvariante. Nahrungsmittel wurden – der damals vorherrschenden medizinischen Lehrmeinung entsprechend – immer auch als Heilmittel verstanden. Daher finden sich auch in Buchingers Kochbuch immer wieder medizinische Anwendungsempfehlungen.

UND ZU GUTER LETZT... DAS SÜSSESTE: MANUS - CHRISTI-TÄFELCHEN (KONFEKT)

MANUS CHRISTI TÄFFELIN.

Werden auß clarificiertem Zucker mit zusatz deß dritten theil Roßwasser gesotten / bis der Zucker dick worden / vnd sich laßt auff einem Marmor oder Zinnen Plat durch ein Confect Löffel zu Täffelin giesen.

Aus: *Koch-Buch für Geistliche* (1672), 1017.

Für dieses Rezept müssen Sie sich natürlich keine Marmor- oder Zinnplatte besorgen – Backpapier tut es auch.

„Manus Christi“ – lateinisch für „Hand Christi“ – war im Mittelalter und der frühen Neuzeit eine Bezeichnung für ein besonders feines weißes Zuckerkonfekt. Es galt als heilsam, kostbar und fast schon sakral, da Zucker damals ein teures Gut war und dieses Konfekt mit seiner reinen weißen Farbe und der süßen Sanftheit an das Göttliche erinnern sollte. Häufig wurde es nicht nur als Süßigkeit, sondern auch als medizinisches Mittel verwendet – etwa zur Stärkung oder zur Behandlung von Herzschwäche, Schwächeanfällen und Melancholie.

Tato brožura byla realizována v rámci projektu „Kulinářské dědictví cisterciáků ve střední Evropě“ podpořeného z programu Kreativní Evropa.
@MAS Rozkvět, z.s.

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však pouze názory a stanoviska autorů a nemusí nutně odrážet názory a stanoviska Evropské unie nebo Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani orgán poskytující dotaci za ně nemohou nést odpovědnost.

The project is supported by the Creative Europe Programme of the European Union. Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Project number: 101099194

Project acronym: CulHerCis22

Project name: Culinary Heritage of the Cistercians in Central Europe

Call: CREA-CULT-202

