

Vom Essen in alter Zeit

Frau Doris Oberfell aus Buchenberg hat 1982 im Auftrag von Herrn Gerhard Weisser aus St.Georgen Frau Frieda Staiger, geb. Stockburger vom Philippenhof in Langenschiltach über ihre Jugenderinnerungen befragt und darüber Notizen angefertigt. Frau Staiger wurde am 30.08.1902 geboren und war mit Herrn Mathias Staiger aus Buchenberg verheiratet. Unter diesen Notizen befindet sich ein aufschlußreicher Speiseplan, der hier vorgestellt werden und in einen größeren Zusammenhang gestellt werden soll.

Gegessen wurde auf dem Philippenhof täglich fünfmal: Das Morgenessen nach dem Melken gegen 6.30 Uhr, eine Vesper gegen 9.00 Uhr, das Mittagessen gegen 12.30, die Vesper gegen 16.30 Uhr und das Abendessen gegen 19.00 Uhr. Aufgestanden wurde mit aufgehender Sonne, im Sommer gegen 5.00 Uhr, abends gegen 22.00 Uhr ging es zu Bett. Im Winter dagegen war der Arbeitstag entsprechend kürzer.

Während der Woche variierte nur das Mittagessen, alle anderen Mahlzeiten bestanden immer aus dem gleichen Essen. Nur sonntags gab es auch zum Frühstück und zum Abendessen Veränderungen. Das Essen blieb das ganze Jahr gleich, unterbrochen nur von Feier- und Festtagen. Auch gab es geringe Unterschiede im Essen der Männer und Frauen.

Montag:

Morgen

- Hafermehlsuppe mit Pellkartoffeln (im Winter)
mit Bratkartoffeln (im Sommer)
- ab und zu Habermus (dick gekocht, mit Butter und Zwiebeln abgeschmälzt, aus der Pfanne gegessen)

Vesper

- Männer: Speck, Schwarzbrot, Most
(im Sommer)
- Frauen: Kaffee, Schwarzbrot, Butter,
Milch, Johannesbeer- oder Lubeermus (Preiselbeeren)
- Männer und Frauen: (im Winter)
Kaffee, Schwarzbrot, Butter, Milch, Mus

Mittag

- Schwarzbrotsuppe
- Flädle (dünner als Pfannekuchen)
- Milch oder Epfelmus

Vesper

- Brot, Butter
- Bibiliskäs, evtl. auch Backsteinkäs
- Most

Abend

- gebrannte Mehlsuppe
- gesottene Ortepfel (Pellkartoffeln)

Dienstag:

Mittag

- Schwarzbrotssuppe, evtl.abgeschmolzen
- Gschmeis
- Kartoffelsalat
- Milch

Mittwoch:

Mittag

- Flädlesuppe
- Knöpfe
- Sauerkraut
- Milch

Donnerstag:

Mittag

- Reissuppe
- gekochter Speck
- Kartoffelschnitz
- Sauerkraut

Freitag:

Mittag

- Gerstensuppe (abgeschmeckt mit Speckwasser)
- Bratkartoffeln
- Epfelmus
- Milch

Samstag:

Mittag

- Brotsuppe
- Kartoffelsalat
- Milch

Sonntag:

Morgen

- Bratkartoffeln
- Weißbrot
- Milch

Vesper

- wie immer

Mittag

- Waffelsuppe oder Griessuppe
- Rauchfleisch (Ripple, Schinken, Kinnbacke)
- Ortepfelbrei
- Sauerkraut (im Winter)
- Salat (im Sommer)

Vesper

- wie immer

Abend

- Bratkartoffeln
- Weißbrot
- Milch

Besonderes:

Weihnachten: Baßgeigen, Vogelwecke, Ringwecke

Karfreitag: Karfreitagbrezeln

Beerdigung: Wein und Einback (bessere Leute)

Taufe: Mittag:

- Rindfleisch
- Ortepfelbrei

- Gemüse
- Nachmittag:
- Schinke
 - Bratwurst
 - Wein

Während des Pflegedreschens: um 9.00 für die Männer Brot und Schnaps
 Kilwe: Scherbe oder gezogene Kiechle

Der Speiseplan zeigt eindeutig mit der Art seiner Speisen und seiner geringen Bandbreite: der Schwarzwälder war bis in die erste Hälfte des 20. Jahrhunderts hinein in erster Linie ein Selbstversorger und lebte mit seiner Familie von dem, was der eigene Grund und Boden hergab. Das galt für den Besitzer eines Hofes, eingeschränkt aber ebenso für den Handwerker oder den Bürger einer der Landgemeinden. Und was der Boden hergab, war in der Regel nicht üppig, konnte nur in harter Arbeit erwirtschaftet und nur mit viel Aufwand und Ideenreichtum erhalten und über das Jahr gestreckt werden. Ein Großteil der täglichen Arbeit galt diesem Lebensunterhalt der Familie. Essen diente dem Stillen des Hungers und der Erhaltung von Gesundheit und Arbeitskraft. Nichts verkam, die Kunst der Hausfrau bestand in der ideenreichen Verwertung von Resten. Wegwerfen war Sünde, Wegwerfen von Brot kam einer Todsünde gleich. Es wurden selbst Dinge gegessen, die uns heute mehr als widerstreben würden: „Wer Schimmel isst, kann gut singen“ war ein solcher Spruch unserer Altvorderen, mit dem sie ein grün-schimmeliges Stück vom Brot ausschnitten, nicht mehr als unbedingt nötig, oder die Schimmel-schicht vom ‚Gsälz‘ abhoben. Und ein zweiter Spruch hat sich heute, bei all unseren Kenntnissen von Aflatoxinen und Kanzerogenen, wohl eher in sein Gegenteil verkehrt: „Was bitter dem Mund, ist dem Herzen gesund“!

Und der Speiseplan zeigt deutlich, daß es vor allem auf die Sättigung einer körperlich hart arbeitenden Bevölkerung ankam. Kalorienreiche Gerichte stellten eine ausreichende Versorgung mit Kohlenhydraten aus Mehlspeisen und Kartoffeln, mit Eiweißen und Fetten aus Fleisch- und Milchprodukten sicher, wenn auch durch das Salzen, Räuchern und Rösten nicht unbedingt immer in der gesündesten Form. Auffällig ist aber der Mangel an frischen Produkten, an Gemüse und Obst. Sicher wurden auch diese gegessen, wegen ihrer geringen Haltbarkeit aber nur saisonal. Ihnen wurde wenig Wert beigemessen, und im Winterhalbjahr fehlten sie völlig.

Und dennoch war Essen auch immer etwas mehr als nur Ernährung. Mit oft einfachsten Mitteln, aber oft zeitaufwendigen Verfahren wurde dem Essen mehr Geschmack abgewonnen, Abwechslung geschaffen, etwas Neues ausprobiert. Essen war immer schon nicht nur Ausdruck von Lebenswillen, sondern auch von Lebensfreude. Ein sättigendes und dabei noch schmackhaftes Essen auf den Tisch stellen zu können war oft der tägliche Kampf, aber auch der Stolz einer jeden Hausfrau. (Und auch heute noch ist diese Tugend der beste Kitt einer guten Beziehung.) Und es spricht vom Humor des Schwarzwälders, wenn er sagte: „Bei de Reiche kann mans Spare lerne, bei de Arme s Koche!“

Basis der Ernährung waren Getreide, in den Höhenlagen des Schwarzwaldes vor allem Dinkel, Roggen, Gerste, Hafer und auch Hirse. Der Dinkel und vor allem der Roggen waren als Brotgetreide begehrt, ihre Mehle wie das der Gerste (neben dem Brauen) auch für Mehlspeisen, Hirse für Suppen und der Hafer für das berühmt-berüchtigte ‚Habermus‘ der breiten Bevölkerung. Alle Feldflächen auf besseren Böden wurden zum Anbau dieser Getreide genutzt, nur das Brachland der Feld-Gras-Wirtschaft, unpflegbare Steillagen und zu saure Böden waren Grünland, und das Vieh weidete in den Hutewäldern. Das Klima war für den Anbau von Getreide nicht günstig: Statistisch erbrachte dieser Risikoanbau im Rahmen der Feld-Gras-Wirtschaft in den Höhenlagen über 1.000 m in zwei von drei Jahren eine erfolgreiche Ernte, über 1.200 m nur noch jedes dritte Jahr. Der Grünkern,

eigentlich ein wahres Hungergetreide, erinnert noch daran. Er wurde aus der Not heraus erfunden: unreif geernteter Dinkel aus verregneten, kalten Jahren wurde im Backofen gedörrt, ausgedroschen und geschält. Bei diesem Verfahren betrug der Ertrag weniger als ein Zehntel dessen, was man bei völliger Ausreifung des Getreides hätte erzielen können. Andererseits wäre sonst nur noch die Verfütterung möglich gewesen. Wider Erwarten ergab dieser Grünkern die Grundlage für herzhaft, nahrhaft Suppen. Aber auch unabhängig vom Klima waren die Erträge erschreckend gering, weniger als ein Viertel der heute möglichen Mengen, denn der Dung der eingestellten Tiere reichte gerade einmal für die wichtigen Gärten mit Kohl und wenigen Gemüsen wie Mangold, Schwarzwurzeln, Bohnen, Kürbis und Gurken. Die Böden waren so arm, daß sie erst nach vier bis fünf Jahren als Wiese wieder unter den Pflug genommen werden konnten.

Deshalb war Brot eine Kostbarkeit. Es wurde auf den Höfen selbst gebacken, das Backhaus gehörte zu den Nebengebäuden des Hofes. Gebacken wurde auf Vorrat, in der Regel für ein bis zwei Monate. Der Backtag war Großkampftag. Allein das Kneten des Teiges in den großen Teigmulden erforderte Kraft und Ausdauer und begann schon am Vorabend, wenn alle Zutaten bereitgestellt und der Sauerteig angesetzt wurde. Wie wir alle von unseren Backhausfesten wissen, ist das Anschüren eine Kunst. Nach dem Herunterbrennen des Holzfeuers wird die Glut gleichmäßig verteilt, bei Erreichen der Backtemperatur, ersichtlich an der Verfärbung des Gewölbes, entfernt man die Glut mit einer ‚Kruke‘ und wischt die Aschenreste mit einem feuchten ‚Hudelwisch‘, einem Lappen an einer Stange, aus. Die wenigsten wissen noch, daß daher auch der Spruch „nur it huddle“ stammt. Es verbleibt eine dünne Ascheschicht, die erwünscht ist, da sie dem Brot die richtige Würze verleiht. Die Brote werden den strohenen Laib-Körbchen entnommen und mit dem ‚Schieber‘ eingeschossen. Sie kommen zuhinterst in den Ofen. Danach konnten noch Weißbrote und Kuchen eingeschossen werden. In der Türnähe konnten sie so besser beobachtet, gegebenenfalls umplaziert und bei Bedarf rasch entnommen werden. In einer Kochkachel konnten auch noch Fleischgerichte dazu gestellt werden und die Abwärme wurde bei manchen Backöfen durch ein extra Fach auch zum Trocknen von Dörrobst verwendet.

Nach dem Backen wurde das noch heiße Brot mit einer Bürste und kaltem Wasser abgerieben, damit es schön glänzt. Auch das Bestreichen mit kaltem Kaffe verhalf dem Roggenbrot zu einer guten Kruste. Weißmehlgebäck wurde vor dem Einschießen dagegen mit Eigelb bestrichen.

Das Schwarzbrot, das ja je nach Größe des Haushaltes ein oder zwei Monate reichen sollte, mußte vor Feuchtigkeit und vor allem vor Mäusen geschützt aufbewahrt werden. Dafür gab es die ‚Brothenken‘, Holzgestelle, die wie Schaukeln an der Decke der Keller oder Vorratsräume angebracht waren. Auch gut abschließbare Schränke mit Türfüllungen aus hölzernen Gitterstäben zur besseren Belüftung waren verbreitet. In diesen Fällen war dann zwar nicht „der Brotkorb höher gehängt“, aber dennoch unzugänglich für alle möglichen Leckermäuler oder Hungerleider.

Fast so sicher wie der Brotschrank sicherte eine alte Mär das frisch gebackene Brot vor einem allzu frühen Ende. Über Generationen hinweg erzählte man den Kindern von den bösen gesundheitlichen Folgen des Genusses von frischem Brot und konnte die zu erwartenden fürchterlichen Magenschmerzen nicht ausführlich genug demonstrieren. Viele ließen sich auch wirklich davon abschrecken, obwohl ein Biß ins ‚Knäusle‘, den frischen Anschnitt eines Brotlaibs, immer schon zu den großen Verlockungen gehörte. Wenn dann das Brot ein paar Wochen alt war, dann war es relativ sicher, dann aß man es bestimmt nur noch gegen den Hunger. Das ‚Riebele‘, das trockene und zähe Gegenstück zum ‚Knäusle‘, wanderte dann oft noch in eine Suppe.

Aus der Backstube stammen auch die Ausdrücke „it ganz bache“ für ein wenig dumm, „obache“, also ungebacken als Ausdruck der Empörung und „allbache“, also altbacken, für altmodisch.

Nahrhafte Suppen oder Breie waren die eigentliche Grundlage der Ernährung weiter Bevölkerungskreise, sogar die einzige vor der Einführung der Kartoffel. Sich hieran einmal richtig satt essen zu können, war der Traum unzähliger Menschen. Der Brei galt als ein Symbol des Schlaraffenlandes, zu dessen Zutritt man sich durch einen Breiberg essen mußte, bevor einem die gebratenen Tauben in den Mund flogen. Man teilte die Suppen nach ihrer Grundlage in Wasser-, Milch-, Wein- und Biersuppen und in Brühen ein. Zu den Wassersuppen gehörte der Brei oder das Mus, wobei der schwarze Brei vorherrschte: Hierzu wurden Getreidekörner geröstet und anschließend grob zermahlen. Hierzu gehörte auch das bei uns weitverbreitete Habermus. Das Musmehl oder Schrot konnte lang aufbewahrt werden. Die davon gekochten dicken Breie waren nahrhaft und konnten sogar, in Strümpfen oder Saubladern bruchsfest verpackt, aufs Feld oder zur Arbeit im Wald mitgenommen werden. Für das häusliche Mahl wurde er mit Salz und etwas Fett zubereitet, je nach Geschmack und Vermögen auch mit Zwiebel oder Speckwürfel. Es gab auch süße Varianten mit Dörrobst. Vor dem Auftischen wurde gern noch mit etwas Butter oder Butterschmalz abgeschmälzt. Die heiße Muspfanne wurde auf dem Pfannenknecht, einem dreibeinigen Eisengestell, auf dem Tisch abgestellt und gemeinsam daraus gegessen. Die Löffel, neben dem Sackmesser das einzige individuelle Eßgeschirr, wurden im Hosensack mitgebracht oder waren mit Lederriemen unter dem Tisch befestigt. Der lange Stiel der Pfanne konnte gut verwendet werden, jemandem Mißgunst zu erweisen: Auf ein unbeliebtes Mitglied der Tafelrunde ausgerichtet, konnte dieses nur mit Mühe von seinem Platz aus den Pfanneninhalt erreichen. Und wenn der Hausvater seinen Löffel weg legte, hatten auch alle anderen genug gegessen.

Aus ungerösteten Körnern gemahlenes Mehl ergab die weißen Breie, die oft mit Milch gekocht und abgeschmälzt, auch gesüßt vor allem für Kinder und Kranke zubereitet wurden. Brühen von Gemüse oder Knochen wurden als Grundlage für Suppen mit Einlagen gekocht. Beliebt waren ‚Flädle‘, beidseitig gebackene, dünne Eierkuchen aus viel Mehl und wenig Ei, die in dünne Streifen geschnitten wurden, oder ‚Knöpfle‘, kleine Klößchen aus Mehl oder Gries mit fein gehacktem Mark oder Leber, oft auch Quark. ‚Riebele‘ entstanden aus hartem Nudelteig, den man entweder mit der Hand zu dann größeren Bollen zerkrümelte oder an einem Reibeisen abrieb. Dann hatte man nur feine Teigklümpchen in der Suppe. Aber auch geröstete Würfel alten Brotes, gewürfelte Speck- und andere Reste wurden als Einlage verwendet. Fast vergessen ist der Sago. Der echte Sago von der Sagopalme war viel zu teuer, der deutsche Sago wurde aus Kartoffelstärke hergestellt. Den Stärketeig drückte man durch ein Sieb in kochendes Wasser. Diese Suppen wurden nicht nur von Kindern auch als ‚Froschlaichsuppe‘ bezeichnet, was den Appetit nicht gerade förderte. Und das vor allem dann nicht, wenn diese Suppen zu oft auf den Tisch kommen mußten.

Nicht mit diesen einfachen Suppen verwechselt werden sollten die berühmten Tauf- und Hochzeitssuppen. Hierbei handelte es sich um komplette Festmahle, die oft so üppig ausfielen, daß sich die Obrigkeit veranlaßt fühlte, einzugreifen. Die württembergische Landesordnung von 1515 untersagte solcherlei Gelage und schrieb vor: „Item niemand soll mer touffsuppen oder kindbetmahle geben by gebot zwaier guldin, außgenommen die personen so by der geberung des kinds entgegen werden und den gevattrigen, so das kind vom tauff gehebt hond.“ Eine andere Verordnung reglementierte die Hochzeitsfeiern. Nicht mehr als vier Gänge sollten die Untertanen sich leisten. Aus dem Oberamt Hornberg wird eine Speisefolge aus dem Jahr 1871 berichtet: Nudelsuppe, Rindfleisch mit roten Rüben und Senf, gesottenes Rauchfleisch, Blutwurst und Sauerkraut. Aus dem Oberamt Backnang im Schwäbischen wird berichtet: „...es wird so reichlich aufgetragen, daß dem Gast sofort zwei Teller vorgesetzt werden. Auf dem einen verspeist er so viel als

s möglich, auf den anderen türmt er ganze Schichten, besonders von Fleischstücken, aufeinander, die er alsdann nach Hause der Familie bringt.“ Es war also nicht immer nur Schmalhans Küchenmeister, und Feste verstand man vortrefflich zu feiern. Wie lautete es doch gleich so schön am Schluß der Sauerkrautkantate des Bezirkskantors Emil Kübler aus dem, allerdings schwäbischen, Musberg:

Drum o Erbauer der Natur,
Erhalt uns die drei Dinge nur:
Das Kraut, den Most, das fette Schwein,
So woll'n wir allzeit dankbar sein!

Ebenfalls nicht wegzudenken vom Schwarzwälder Speiseplan ist die Kartoffel. Diese nahrhafte Knolle verträgt seine Höhenlagen und Sandböden gut und zeichnet sich neben einer einfachen Lagerung durch die Vielfalt seiner Verwendung aus. Gebraten oder gekocht, als Brei, als Teig, als Salat oder als Suppe, lang ist die Liste der Möglichkeiten. 1701 hatte der Waldenser Pfarrer Henri Arnaud die ersten 200 Knollen im württembergischen Schönenberg ausgepflanzt. Im Herbst erntete er „2.000 Knollen in 3 verschiedenen Sorten und Farben“. Von diesen Urknollen wurden je 100 Stück an jede Waldenser-Kolonie in Baden und Württemberg verteilt. Von da aus traten sie ihren Siegeszug auch im Schwarzwald an, obwohl ihr Anbau bis 1710 in Württemberg offiziell verboten war. In Preußen wurde der Kartoffelanbau erst 1763 durch allerhöchsten Befehl des Preußenkönigs angeordnet.

Futter war knapp, vor allem im Winter. Nur das wertvollste und gesündeste Vieh wurde mit in den Winter genommen, alles andere wurde verkauft oder geschlachtet und durch Salzen, Räuchern, Einlegen und Einmachen konserviert. Leichter Verderbliches wurde auf Schlachtfesten reihum gemeinsam mit den Nachbarn verzehrt, einer der wenigen Anlässe sozialen Kontaktes im größeren Kreis.

Mindestens ein Schwein im Jahr mußte es möglichst sein. Dieses mußte dann aber oft auch ein ganzes Jahr reichen. Bratwürste, Blut- und Leberwurst sowie der Schwartemagen dienten eigentlich der Verarbeitung der Abfallstücke. Die edleren Teile wie die Schinken wurden am Stück im eigenen Saft gepökelt, wie die Würste kalt geraucht und an der frischen Luft getrocknet. Je höher die Berglage, umso trockener war die Luft und umso würziger der Schinken. Das ‚Schäufele‘, das beste Schulterstück vom Schwein, war ein Festtagsessen, das nur ein bis zweimal im Jahr auf den Tisch kam, ebenso die ‚Kinnbäckle‘. Wenn die Schlachtung erfolgreich abgeschlossen war, hingen dem Hausvater und seiner Familie sprichwörtlich „der Himmel voller Flöten und Geigen“, der Kamin oder die Rauchkammer nämlich voller Würste und Schinken, und dem Winter konnte gelassen entgegen gesehen werden.

Mit zunehmender Lagerdauer allerdings wurde auch der beste Schinken einmal alt, ranzig und zäh, der Genuß ging merklich zurück, und manches Reststück war dann nur noch nach langem Kochen in Suppe oder Kraut, oder im Speckknödel eßbar.

Ein Rind gab früher nur wenige Liter am Tag, wesentlich weniger als heute. Und ihre Milchleistung hing stark vom Futter ab, ging also im Winter nochmals erheblich zurück. Diese Milch wurde vor allem für die Butter benötigt. Hierzu trennte man den Rahm von der Milch, sammelte ihn und schlug ihn in Butterfässern verschiedenster Konstruktionen, bis er fest wurde. Anschließend wurden die verfestigten Butterklumpen mit kaltem Wasser gewaschen und dieses durch Kneten wieder ausgepreßt, ein hartes Stück Arbeit. Die fertige Butter wurde gesalzen oder zu Butterschmalz geschmolzen in Steingutkrügen aufbewahrt. So hielt sie sich monatelang. Die entrahmte Milch wurde getrunken oder für Suppen verwendet. Wurde Milch sauer oder hatte man genug davon, konnte man Käse herstellen, meist aber nur Weichkäse wie den ‚Bibeleskäs‘. Im Gegensatz zu den Hartkäsen wie z.B. dem ‚Backsteinkäs‘ konnte man damit aber keinen Wintervorrat anlegen. Gesäuerte Milch trennt sich in Quark und Molke. Meist trennte man einfach den

gen. Gesäuerte Milch trennt sich in Quark und Molke. Meist trennte man einfach den Quark von der Molke und ließ ihn von allein in Weichkäse übergehen. Er ist dann ohne Geschmack und Aroma, gesalzen oder mit Kräutern gewürzt aber kann er vorzüglich schmecken. Dieser ‚Bibeleskäs‘ hat seinen Namen von den ‚Bibele‘, den Küken, die man ebenfalls mit Quark fütterte, bevor sie Körnerfutter bekamen. Milch, Quark und Käse waren die wichtigsten Lieferanten für Mineralstoffe wie Calcium, an dessen Mangel Kinder, junge Mütter, aber auch viele Ältere damals wesentlich mehr litten als heute.

Ein weiteres unentbehrliches Lebensmittel und Alltagsgericht war das Kraut, vor allem das Sauerkraut. In großen Mengen gekocht, reichte es für die ganze Woche und unterschied sich am Sonntag nur durch die Beigabe eines Stücks Bauchspeck, eines Ripples, einer Wurst oder anderer fetter Fleischstücke. Je öfter es gewärmt wurde, desto besser schmeckte es und umso fetter wurde es durch die mit gekochten Fleischteile. Satt wurde der Schwarzwälder in normalen Jahren. Was aber vor allem in den langen Wintern fehlte, waren die Vitamine, vor allem das lebensnotwendige Vitamin C. Deshalb waren Vitamin-Mangelkrankheiten wie die berüchtigte Skorbut verbreitet und kosteten die Menschen nicht nur vorzeitig ihre Zähne. Durch die Milchsäuregärung erhalten sich viele dieser Vitamine im Sauerkraut, wenn auch durch das lange Kochen vieles davon wieder verloren ging. Aus all diesen Gründen ist es kein Wunder, daß dem Kraut im Garten und der Zubereitung des Sauerkrautes große Aufmerksamkeit galt. Geschnitten und gesalzen wurde das Kraut in Schichten in die Krautstände, oft große aus Sandstein gehauene Tonnen, eingestampft und sorgsam durch Nachstampfen und Nachsalzen gepflegt.

Auch Bohnen wurden als grüne Bohnen, ebenso wie die ‚Gugommer‘, die Gurken, durch Milchsäuregärung konserviert, soweit sie nicht wie die Feuerbohnen bis zur Reife an den Stöcken blieben und dann getrocknet wurden. Ebenso verfuhr man mit Linsen und Erbsen, die aber nicht verbreitet waren. Gerade im Winter waren diese Gemüse wichtige Nahrungsergänzungen, ebenso wie die in Strängen getrockneten Zwiebeln.

Zu den wichtigen Wintervorräten gehörte neben dem Dörrobst von Apfel und Birne, den ‚Schnitz‘, vielfältiges ‚Gsälz‘. Neben dem kostbaren Honig, der nur so zum Essen eigentlich viel zu schade war und für Festtage, z.B. Weihnachtsgebäck, oder als Heilmittel bei Erkrankungen aufgehoben wurde, war ‚Gsälz‘ eines der wenigen süßen Lebensmittel und deshalb nicht nur bei Kindern hoch begehrt. Dabei stammt der Name eigentlich von Gesalzenem, von durch Salz haltbar gemachten Lebensmitteln. Auch im Geselchten, d.h. dem gepökelten, also in Salz eingelegten und gerauchten Schweinefleisch steckt diese Wortwurzel. Im Mittelalter taucht der Name ‚Gsälz‘ auch für die Gesamtheit der Wintervorräte auf. Daß dieser Ausdruck sich ausgerechnet für den Teil des Vorrates erhalten hat, der durch und durch süß ist, ist ein Kuriosum unserer Sprache.

Und das ‚Gsälz‘ gab es umsonst! Jeder, vor allem aber jeder, der nur ein kleines Stück Land besaß, war dankbar für alles, was es umsonst an Hecken und Zäunen, an Waldrändern und im Wald selber gab. Himbeeren und Brombeeren, Blaubeeren, Preiselbeeren und Walderdbeeren, Hagebutten fürs Hägemark, Holunderbeeren und die Früchte der Eberesche wurden in großen Mengen gesammelt und ergaben, ebenso wie Zwetschge und Kirsche, eingekocht in Steinguttöpfen, Gläsern und Flaschen den heimlichen Schatz der Hausfrau. Durch langes Einköcheln mußte der Wasseranteil soweit reduziert werden, daß die in den Früchten enthaltenen Fruchtzucker und Fruchtsäuren die Haltbarkeit gewährleisten konnten. Dabei ging viel vom Fruchtgeschmack, aber auch von den Inhaltsstoffen verloren. Dennoch waren diese ‚Gsälze‘ immer noch wichtige, wenn nicht einzige Lieferanten vieler Vitamine in den langen Wintermonaten. Das Aufkommen des finanziell leistbaren Rübenzuckers ermöglichte dann neben einer schonenderen Verarbeitung die Vielzahl von Gelees, Marmeladen, Sirupen, Säften und eingemachten Früchten, die, in einem wohl gefüllten Regal angeordnet, das beruhigende Gefühl vermitteln haben, daß nun der Winter kommen könne. Und diese Schätze waren gefährdet und

deshalb wohl gehütet! Nicht nur, daß sich sogar Explosionen in der Vorratskammer ereignen konnten. Mancher Schlaukopf wußte durch Manipulieren der Verschlüsse vorzeitiges Schimmeln herbei zu führen, so daß das Glas ausgemustert und gegessen werden mußte. Andererseits wird sich auch mancher aus Kindheitstagen erinnern, daß ‚historische Gsäße‘ auf den Tisch kommen konnten, deren krissilig-kristalline Beschaffenheit verriet, daß sie älter sein konnten als der Esser.

Ein Gutteil der so gesammelten Früchte ging allerdings auch einen anderen Weg: ins Faß! Als Beerenweine, mehr allerdings, um aus der Maische Schnaps zu brennen. Nicht umsonst ist der Schwarzwald bekannt für seine Brenntadition, die nicht so leicht zu über treffen ist. Das Chriesi- oder Kirschwasser aus den kleinen, bittersüßen Vogelkirschen, die mit den Kernen zerstampft wurden und durch das dabei frei werdende Bittermandelöl das charakteristische Aroma bekamen, wurde oft schon am Morgen getrunken. „Morgens kein Schnaps, des ischs helle Gift!“ Vor allem aber bei der schweren und monotonen Arbeit des Dreschens mit dem Flegel war es unentbehrlich und hielt bei Laune und bei Kräften.

Und Bestandteil jeder Vesper war der Moscht. Er ist ein ganz besonderer Saft, doch wenn er nur aus Äpfeln vergoren wird, kann man ihn getrost vergessen. Die oft ungenießbaren bitterlich süßen, steinkernigen Mostbirnen geben ihm erst den richtigen Geschmack und machen ihn mit ihren Gerbstoffen vor allem viel haltbarer als den leichtlebigen Apfelwein. Eine weitere wichtige Zutat war der heute fast ausgestorbene Speierling, eine halbwilde Sorte der Eberesche, die früher mit ihren rötlichweißen Blüten und pflaumengroßen gelben, rotbackigen Früchten auf keiner Streuobstwiese fehlen durfte. Und mit dem Speierling verschwanden eine Vielzahl von Mostobstsorten, die sich zwar nicht zum Tafelobst eigneten, aber bedürfnislos und resistent gegen Pilz und Insektenfraß regelmäßig ihre stattlichen Erträge lieferten, nach denen unter lebensgefährlichen Bedingungen zu klettern oder sich vielhundertfach zu bücken sich früher Groß und Klein nicht zu schade war. Jeder Bauer und jeder Handwerker hatte selbstverständlich früher mehrere Eimer Most im Keller, wobei man beim Lesen dieser Zahlen wissen muß, daß es sich bei diesen ‚Eimern‘ um ein altes Hohlmaß handelte, das immerhin 300 Liter faßte...! Den Most trank man mit Wasser vermischt oder pur ganztägig gegen den Durst oder zum Vesper, der Wein blieb, auch aus Kostengründen, festlichen Anlässen vorbehalten. Und der Most war nicht nur preiswert, er war auch noch gesund: Ohne Zucker vergoren kam er nur auf 4-5 % Alkohol, enthielt aber etliche wertvolle Mineralstoffe, besonders wenn er viel Hefe enthielt.

Entdeckt wurde der Most nebenbei erst während des Dreißigjährigen Krieges, als die Weinberge zerstört waren oder nicht mehr gepflegt wurden. Die Apfel- und Birnbäume trugen auch unter diesen Bedingungen ihre Frucht. Und so nutzte man deren (süßen) Most zum Verlängern des wenigen Weines, um den drängenden Forderungen der Soldateska nachzukommen. Von da war es nicht mehr weit zum Most als eigenständigem Getränk.

Während der Most mehr den Männern vorbehalten war, löschten die Frauen eher mit Milch und vor allem Kaffee ihren Durst. Aber auch hier war echter Bohnenkaffee unerschwinglich. So verwendete man Malz oder gebrannte Gerste und die von Wiesen und Wegrändern gesammelte Zichorienwurzel als gewöhnungsbedürftigen Ersatz.

Auch sonst gab es auf den Wiesen, in Hecke und Wald noch einiges umsonst. Dort fanden sich Hasen- oder Geißenfutter, Pilze und Kräuter für mancherlei Zwecke. Auch mancher gewilderte Sonntagsbraten, heimlich gefangene Fische und Krebse gehörten zu den ‚umsonstigen‘ Genüssen. Hierbei mußte man sich allerdings sehr in Acht nehmen vor Feldhüter und Jäger. Und die Wiesen lieferten, besonders wichtig im Frühjahr nach den an der Gesundheit zehrenden langen Wintern, Wildgemüse wie Sauerampfer und Schafgarbe, Wegerich und Frauenmantel, Guntermann, Scharbockskraut, Löwenzahn

und selbst Gänseblümchen, der Bach lieferte die Kresse, die alle für Salate, grüne Soßen und andere Gerichte verwendet wurden und den Vitaminmangel der einseitigen Winternahrung ausgleichen halfen.

Zur Zufriedenheit der Menschen mit ihren aus unserer Sicht damals so kargen Lebensbedingungen mag nicht nur beigetragen haben, daß sie es nicht anders kannten, sondern auch daß sie wußten, daß es anderen nicht besser ging. Das belegt ein Ausflug zum Hof Hutsteiner bei Wegscheid im Landkreis Passau im Jahre 1930, veröffentlicht im Lehrbuch für den Geographie-Unterricht der Klassen 12/13 des Seydlitz-Verlages. Dort berichtet der Altbauer aus seiner Jugend:

„...um 1930 mußte die Milch morgens um 4.30 Uhr zum Bahnhof nach Wegscheid gebracht werden. Eine halbe Stunde brauchte man dazu auf dem steilen, steinigen Weg. Zuvor aber hatte man die Kühe melken müssen. Leichter wurde es, als man anfang, die Milch selbst zu verarbeiten und zu buttern. Hart genug blieb der Alltag dennoch mit 15 Stunden Arbeit täglich. Sonntags arbeitete man 7 Stunden. Jeden Morgen um 4.00 Uhr und zum Frühstück um 9.00 Uhr aß man Mehlsuppe und Brot. Zu Mittag gab es Sauerkraut und Kartoffelknödel mit gekochtem Rauchfleisch, zur Brotzeit das, was vom Mittagessen übrig geblieben war, und Wasser. Das Abendbrot bestand aus warmer oder ‚gestöckelter‘ (= saurer) Milch und Brot. Der Speiseplan wechselte nur am Freitag. Da gab es mittags Mehlspeise. Zu Ostern, nach der Heuernte und vor Weihnachten gab es Krapfen. „An Ei ham mir net kriegt, wenn wir’s ham mögen“. Die brachten der Bäuerin ihr Geld....“

Und dabei handelte es sich bei dem Hof Hutsteiner um einen Hof, der damals schon 25 ha Landnutzungsfläche und 15 ha Wald besaß!

Das Wissen um die Vergangenheit soll angeblich helfen, die Zukunft zu gestalten. Bei diesen Berichten würde es genügen, wenn neben Respekt vor dem Leben und der Lebensleistung der Menschen in der sogenannten „guten alten Zeit“ wieder mehr Zufriedenheit und Dankbarkeit empfunden würde über die eigenen Lebensumstände in dieser unserer Gegenwart.

Bernd Möller
Waldau 4
78126 Königsfeld – Buchenberg
07725 – 2275