



VIRTUELLER
STAMMTISCH

KÜCHE DER RUSSLANDDEUTSCHEN





VIRTUELLER
STAMMTISCH

Die Russlanddeutschen haben die Traditionen ihrer Vorfahrer aufbewahrt.



- Kartoffel!
- Wurst
- Kohl
- Milch und -produkte
- Getreidekulturen
- Gebäck
- Kaffee
- Bier („flüssiges Brot“)



Eintopf



VIRTUELLER
STAMMTISCH

Zwei Haupttendenzen



Innovationen in der
Küche

Konservation der
ursprünglichen
Rezepten



VIRTUELLER
STAMMTISCH



Suppe

Jede Suppe ist vor allem eine Vielzahl von wertvollen Zutaten, die sogar nach der Wärmebehandlung bleiben. Das ist die Quelle von Gemüse und Flüssigkeit, die das Immunsystem unterstützt.

- Fleischsuppe
- Gemüsesuppe
- Getreidesuppe usw.





VIRTUELLER
STAMMTISCH

Zweiter Gang war auch ziemlich unterschiedlich: Eintöpfe, Strudel, Kraut und **P**rei, Braten, Kartoffel und Kleis.

Auch Milchprodukte (Schmand, Putter, Dickmilch, Rosemilch, Käs/Frischkäs, Kochkäs) waren die Basis vieler Gerichte: Monnekritz, Reisprei, oder man trank Kaffee oder Tee mit Milch.



