



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“)



*Fintopf*



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.



