

EINE GRUNDLEGENDE UND BELIEBTE SPEISE DES MITTELALTERS WAR BLAMENSIER, ALSO BREI. ES GAB VIELE SÜSSE UND HERZHAFTE VARIANTEN UND DIESE VARIERTEN STARK VON REGION ZU REGION. AM BELIEBTESTEN WAR WAHRSCHEINLICH SÜSSER BREI MIT HONIG. DURCH ZUGABE VON PFLAUMEN, ERDBEEREN, PREISELBEEREN, SAFRAN ODER PETERSILIE ERZIELTE MAN VERSCHIEDENE VERFÄRBUNGEN.

ALLEN MITTELALTERLICHEN BREIEN IST JEDOCH GEMEINSAM, DASS SIE AUS VOLLWERTIGEN LEBENSMITTELN HERGESTELLT WURDEN.

KENNT IHR EUCH AUS?

ICH HABE FÜR EUCH REZEPTE FÜR SÜSSEN UND PIKANTEN BREI. BEVOR IHR DEN BREI ZUBEREITET, MÜSST IHR EUCH ÜBERLEGEN WAS IHR EIGENTLICH ESSEN WOLLT! STELLT EUCH ALLES VOR, WAS FÜR DAS REZEPT BENÖTIGT WIRD UND TEILT DANN DIE LEBENSMITTEL DEN SORTEN NACH EIN.

EINEN GUTEN MITTELALTERLICHEN APPETIT!

Für die süße Variante braucht ihr: *Linsen- oder Weizenmehl, Butter, Rosinen, Hafermehl oder Erbsen, Milch, Dörräpfel oder Dörrbirnen, Honig, frische Preiselbeeren, Buchweizen, Zimt, Quark*

Für die herzhaft Variante benötigt ihr: *Grieß, Zwiebel, Knoblauch, Speck, Milch, 4 Eier, Petersilie*

GETREIDE

1.....

2.....

3.....

HÜLSENFRÜCHTE

1.....

2.....

3.....

MILCHPRODUKTTE

1.....

2.....

3.....

OBST

1.....

2.....

3.....

GEMÜSE

1.....

2.....

3.....

SONSTIGES

1.....

2.....

3.....

Rezept für süßen Blamensier: *Das getrocknete Obst in Wasser mit Zimt weich kochen. Das Obst passieren und mit Mehlschwitze aus Milch und Mehl oder Hirse, gekochten Erbsen oder Linsen binden. Ein bisschen Butter hinzugeben und wer will, kann den Brei mit Honig süßen und mit Quark bestreuen.*



Rezept für herzhaften Blamensier: *In einem Topf Zwiebel anbraten, in Würfel geschnittenen Speck und Knoblauch hinzufügen. Dann die Eier in Milch quirlen und in den Topf gießen. Mit Salz abschmecken und aufkochen. Dann Grieß einrühren und zum Schluss mit Petersilie garnieren.*