

Einfach, sächsisch, gut

Bruetsupp und Zucchini-Puffer: Bei den Landfrauen kommt nichts in die Tonne. In einem Buch verraten sie ihre Rezepte.

VON SUSANNE PLECHER

Die Zucchini, die Iris Claassen zum Schaukochen anschleppt, wiegt mehr als zwei Kilo. „So viel brauchen wir gar nicht“, sagt sie, und plant flink noch eine Vorspeise ein, um den Rest zu verarbeiten: Ein Zucchini-Cremesuppchen mit Kartoffeln, Buttermilch und Kräutern. Umkommen soll schließlich nichts. „Die Menge an Lebensmitteln, die pro Jahr weggeworfen wird, ist enorm. Wir versuchen, es anders zu machen“, sagt sie und schält vier Zwiebeln. „Was da ist, wird vertan.“

Iris Claassen führt die Geschäfte des Regionalbauernverbandes Döbeln-Oschatz und ist seit fünf Jahren Mitglied im Verband der Sächsischen Landfrauen. Von ihr stammen mehrere der insgesamt 120 Rezepte, die die Frauen für ein neues Kochbuch zusammengetragen haben. Ein Schwerpunkt ist die Frage, was sich aus Resten zubereiten lässt.

Den Hobbyköchinnen fällt da eine ganze Menge ein: Nudelpfanne mit Ruccola, Kartoffelkuchen oder ein bunter Wurstsalat zum Beispiel. Für Brotreste finden die Landfrauen aus dem vogtländischen Irfersgrün Verwendung und steuern die traditionelle Vogtländische Bruetsupp bei. Dabei kommt trockenes Brot mit anderen Zutaten auf die Teller – und nicht in die Tonne. Das Rezept stammt aus einer Zeit, in der kaum jemand in Überfluss lebte, und man es sich schließlich nicht leisten konnte, Lebensmittel zu verschwenden. Wer es gehaltvoller mag, kann auf ein anderes Rezept aus Irfersgrün zurückgreifen und das Brot auch mit Nüssen, Zucker und Sahne zu einer Schwarzbrotortote anreichern. Was für eine kulinarische Aufwertung!

Während Iris Claassen die Suppe mit Kartoffeln, Ingwer, Knoblauch und Gewürz ansetzt, reibt Janine Klinge die Zucchini in schmale Scheiben. „Das ist bereits das zweite Kochbuch, das wir herausgeben“, erklärt sie. Janine Klinge ist Bildungsreferentin der Landfrauen und ihre Sprecherin. Auf ihrem Schreibtisch in Frankenberg landet eine Menge, unter anderem die Verantwortung für das Buch – und immer wieder neue Rezepte. Nicht nur die Nachfrage nach dem ersten Kochbuch sei groß gewesen, sagt sie, sondern auch das Interesse, an einem neuen mitzuarbeiten. Und das setzt sich fort: Nummer drei ist schon in Planung, während Nummer zwei noch, in Kartons verpackt, auf die Auslieferung wartet.

Aber die sächsischen Landfrauen kochen nicht nur. Sie treffen sich in 32 Orts- und einem Kreisverein, organisieren Workshops, bilden sich weiter, treiben Sport, veranstalten Feste. Sie diskutieren darüber, was das Leben auf dem Land ist und wie



Bloß nicht mit frischen Kräutern sparen! Iris Claassen (links) hat für das Omelette nicht nur die Zucchini, sondern auch Knoblauchkraut, Schnittlauch, Petersilie und Thymian gepflückt. Janine Klinge hat die Kräuter klein gehackt.



Die meisten Zutaten stammen aus dem Garten.



Verschiedenfarbige Zucchini sorgen für mehr Pep.



Mehr als Deko: Kresse, Ringelblume und Boretsch. FOTOS: JÜRGEN LÖSEL

es sein sollte. Es kommt vor, dass sie dabei Federn schleifen oder Erntekränze flechten. Sie packen an.

Das altbackene Klischee von der Bäuerin in Schürze und Kopftuch, das mancher mit der Vorstellung einer Landfrau verbinden mag, passt hier nicht. Das zeigt sich in der Bereitschaft, sich für Neues zu öffnen. Der Thiendorfer Ortsverein Land-Leben führt sogar eine eigene Kita. „Landfrauen machen nicht viel Aufheben um ihr Tun, sind eher bescheiden und sehen sich selbst nicht im Mittelpunkt“, sagt Monika Michael. Sie ist die Präsidentin der derzeit 836 sächsischen Landfrauen. In Deutschland sind es eine halbe Million. Ohne ihr Engagement würde den Dörfern einiges fehlen. „Sie fördern den Zusammenhalt in unserer Gesellschaft, sie vermitteln Erfahrung und Wissen und sind für das Leben auf dem Lande unverzichtbar“, hat Angela Merkel sie auf dem Deutschen Landfrauentag 2016 gewürdigt.

Iris Claassens Brille ist angelaufen. Die Suppe köchelt im Topf, das Gemüse schmort in der Pfanne. Es duftet nach Liebstöckel und Knob-

lauch. In ihrem Garten gibt es nur eine einzige Zucchini-pflanze. Die aber ist so produktiv, dass die Bäuerin sich etwas einfallen lassen muss. Und so gibt es bei den Claassens im Spätsommer und Herbst nicht nur Zucchini-Omelette und Zuchinisuppe. Auch Zuchnipuffer und mit Hackfleisch oder Kartoffelbrei gefüllte Zucchini kommen auf den Tisch. Oder Zuchnipfannen und Gemüsegerichte mit Zucchini. Sie werden eingelegt wie Senfgurken, wie Schüttelgurken oder süß-säuerlich mit Kurkuma.

25 Jahre gibt es den Verband in Sachsen inzwischen. Zu Spitzenzeiten haben ihm um die 1000 Landfrauen angehört. Nun sind es eher die älteren, die sich darin organisieren. „Aber wir sind für alle da, die im ländlichen Raum leben, auch wenn sie aus der Stadt zugezogen sind“, wirbt Janine Klinge um junges Blut. Sie pustet auf ein Stück Zucchini-Omelette auf ihrer Gabel. Viel Zeit zum Essen hat sie nicht.

Am Wochenende lädt Burgstädt zum 20. Sächsischen Landeserntedankfest ein. Die Landfrauen werden ihre schönsten Erntekronen zei-

gen – Kunstwerke aus Getreide, Blüten und Früchten. Es gibt viel zu tun.

DAS LANDFRAUENKOCHBUCH (180 Seiten, Eigenverlag, 9,50 Euro) gibt es beim 20. Sächsischen **Landeserntedankfest** und bei den 2. Europäischen Agrolympics vom 29. September bis 1. Oktober in Burgstädt oder im Direktvertrieb über das Internet.

» www.silfv.de/Landfrauenkochbuch

Zucchini-Omelette

Zutaten: 2 mittelgroße Zucchini, 3 bis 4 Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 5 Eier, 200 g Fettkäse, 1 Esslöffel Öl, Salz, Pfeffer, frische oder getrocknete Kräuter.

Zubereitung: Zwiebeln und Knoblauch schälen, schneiden und im Öl in der Pfanne erhitzen. Zucchini in Scheiben oder Stifte raspeln, in die Pfanne geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Unter Wenden das Gemüse dünsten, bis die Flüssigkeit verdunstet ist. Eier verquirlen, würzen, Kräuter einstreuen. Die Eimasse über das Gemüse geben und den gewürfelten Feta in der Pfanne verteilen. Zugedeckt stocken lassen.