

Lettische Küche und Traditionen

Lettische Küche

Lettland hat sehr reiche Esstraditionen, weil das Land sich am Kreuzweg Europas befindet und in den vorigen Jahrhunderten Völker aus dem Osten und Westen es beeinflusst haben. Die lettische Küche hängt von der Saison ab, weil hier die vier Jahreszeiten intensiver erlebt werden, von denen jede ihre eigenen besonderen Produkte und Genüsse anbietet.

Auf der Speisekarte sind viele Gerichte mit Zutaten aus Wald, Gewässern, Wiese oder dem heimischen Anbau, z.B. Kartoffeln mit Hering und Quark, geräuchertes Fleisch und geräucherte Fische, gemischter Salat Rasols, kalte Suppe, Fischsuppe oder Sauerkrautsuppe, Waldpilzsoße, Blutwurst, Graupenbrei mit Kartoffeln, Schweineschenkel mit Sauerkraut, einer Quiche ähnliches Gericht Sklandu rauši und ein geschichtetes Roggenbrot-Dessert. Der Eintopf wird ebenfalls oft in den lettischen Kochtöpfen zubereitet. Und gerne schmecken die Letten ihre Gerichte mit viel Sahne ab.



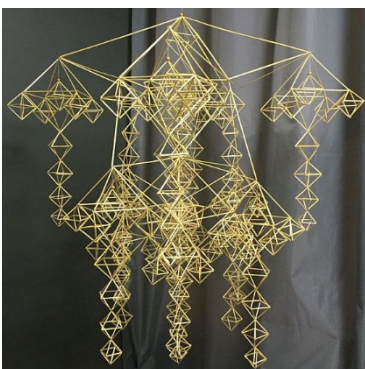
Dies ist natürlich nur eine kurze Auswahl der möglichen Vielfalt der köstlichen Speisen. Traditionelle Rezepte werden heute angepasst: Fettanteil in der Ernährung wird reduziert und die Gerichte werden leichter.

Lettische Traditionen

Weihnachten in Lettland wird ebenso traditionell gefeiert wie in Deutschland. Das Wichtigste an diesem Feiertag ist die gemeinsame Zeit mit der Familie. Der Tisch zu Weihnachtszeit ist der reichste, denn uns wird berichtet, dass bei einer traditionellen lettischen Mahlzeit zwölf verschiedene Gerichte auf dem Tisch stehen sollten.

Eines der Gerichte sollte in jedem Falle „**Graue Erbsen mit Speck**“ sein – je mehr Sie davon essen, desto weniger Tränen und Leiden erwarten Sie im nächsten Jahr. Dann werden **Speckpiroggen**, **Schweinskopf mit gelben Erbsen**, dazu gibt es Kartoffeln, meist als Pell- oder Salzkartoffeln. Es werden Pfefferkuchen und Braten gebacken, sowie Sauerkraut gekocht.

Wir haben für Sie drei Gerichte zusammengestellt, die Sie gerne herunterladen können.



Die Räume werden mit Gestecken aus Stroh, genannt „Puzuri“, geschmückt. Diese werden an der Decke aufgehängt und manchmal wird auch eine Feder angebracht, um eine Rotation auszulösen, die Schattenspiele auf dem jeweiligen Hintergrund erzeugt.

Am Silvesterabend wird ein Fisch vorbereitet, dessen Schuppen im Geldbeutel gelegt werden, damit man Geld erhält oder noch mehr bekommt. Es gibt einen Volksglauben, dass man am Silvesterabend wenigstens neun Gerichte essen muss und auf dem Tisch nichts fehlen darf, dann wird das nächste Jahr gut sein.