Šakotis:ist ein hoher, baumförmiger Festkuchen mit vielen kleinen Spitzen. Er wird aus einem eierreichen Teig schichtweise auf einer rotierenden Walze gebacken – zu Hause braucht man dafür besondere Ausrüstung- vergleichbar mit Baumkuchen.

Für den heimischen Backofen eignet sich **Tinginys**, ein beliebter litauischer Kekskuchen ohne Backen.

Zutaten für eine kleine Kastenform

400 g Butterkekse
200 g Butter
1 Dose gezuckerte Kondensmilch, etwa 400 g
3 EL ungesüßtes Kakaopulver
1 Prise Salz



Zubereitung

1. Kekse in grobe Stücke brechen.
2. Butter in einem Topf bei kleiner Hitze schmelzen. Kondensmilch, Kakao und Salz unterrühren, bis die Masse glatt ist.
3. Kekse gründlich untermischen.
4. In eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform geben und fest andrücken.
5. Mindestens **6 Stunden, besser über Nacht**, im Kühlschrank fest werden lassen. In dünne Scheiben schneiden.

Tinginys bedeutet sinngemäß „Faulpelz“ – passend zur einfachen Zubereitung.



Litauische kalte Rote-Bete-Suppe – Šaltibarščiai

Frisch, leicht säuerlich und mit viel Dill. Dazu werden traditionell **warme Kartoffeln** serviert.

Zutaten für 4 Portionen
500 g gekochte, abgekühlte Rote Bete
1 Salatgurke
1 Liter Kefir
4 Frühlingszwiebeln
1 Bund Dill
2 hart gekochte Eier
Salz und Pfeffer
Optional: etwas Zitronensaft und kaltes Wasser
600–800 g Kartoffeln als Beilage

Zubereitung
Rote Bete grob raspeln. Gurke klein würfeln oder ebenfalls raspeln.
Frühlingszwiebeln und Dill fein schneiden. Etwas Dill zum Garnieren beiseitelegen.
Alles mit dem Kefir verrühren. Falls die Suppe zu dick ist, etwas kaltes Wasser dazugeben.
Mit Salz, Pfeffer und nach Geschmack etwas Zitronensaft abschmecken. **Mindestens 30 Minuten kalt stellen.**
Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen.
Die kalte Suppe mit halbierten Eiern und Dill anrichten. Die warmen Kartoffeln separat dazu reichen.

Tipp: Verwende möglichst ungesäuerte gekochte Rote Bete. Eingelegte Rote Bete machen die Suppe süßer

Geplant und veranstaltet im Rahmen des Bürgervereins Sasel-Poppenbüttel von:
Günther Quaas und Anke Polenz

KULINARISCHE EUROPAREISE



Station 9: Litauen

Restaurant: Teigtasche

HeinHoyer Straße 10



Die **litauische Küche** ist bodenständig, sättigend und von langen Wintern sowie bäuerlicher Vorratshaltung geprägt. Kartoffeln, Roggen, Schweinefleisch, Milchprodukte, Pilze und Randen beziehungsweise Rote Bete spielen zentrale Rollen.

Typisch sind:

- **Kartoffelgerichte:** Besonders bekannt sind *Cepelinai*, große Klöße aus einer Masse aus rohen und gekochten Kartoffeln, meist mit Hackfleisch gefüllt. Dazu kommen Speck und Sauerrahm. *Kugelis* ist ein herzhafter Kartoffelauflauf.
- **Suppen:** Das bekannteste Beispiel ist *Šaltibarščiai*, eine leuchtend rosa, kalte Rote-Bete-Suppe mit Kefir, Gurke und Dill. Dazu serviert man warme Kartoffeln.



- **Dunkles Roggenbrot:** Es hat einen festen Platz im Alltag, oft als kräftiges Sauerteigbrot. Als Snack gibt es *Kepta duona*: in Fett geröstete Brotstücke mit Knoblauch, häufig auch mit Käse.



- **Milchprodukte:** Quark, Kefir und Sauerrahm prägen viele Gerichte. *Varškė*, ein quarkähnlicher Frischkäse, wird sowohl süß als auch herzhaft verwendet
- **Vorräte aus Wald und Garten:** Pilze, Beeren, eingelegte Gurken und Sauerkraut ergänzen die Küche. Räuchern, Salzen und Fermentieren sind traditionelle Konservierungsmethoden.
- **Süßes:** *Šakotis* ist ein auf einer rotierenden Walze gebackener Festkuchen mit charakteristischen Spitzen.

Gewürzt wird eher zurückhaltend, etwa mit **Dill, Kümmel, Knoblauch und Majoran**. Die Küche teilt viele Zutaten mit ihren baltischen und osteuropäischen Nachbarn; besonders charakteristisch sind ihre vielfältigen Kartoffelgerichte und die Verbindung von säuerlichen Milchprodukten mit herzhaften Speisen.









Litauische Kibinai – gebackene Teigtaschen mit Fleischfüllung

Diese Spezialität der karäischen Gemeinschaft Litauens hat einen mürben Teig und eine saftige Füllung.

Zutaten für etwa 12 Stück

Für den Teig:
400 g Mehl, 150 g kalte Butter, 150 g Sauerrahm, 1 Ei
½ TL Salz
Für die Füllung:
400 g Lamm- oder Rindfleisch, sehr fein gewürfelt oder grob gehackt, 2 kleine Zwiebeln, fein gewürfelt, 3 EL kaltes Wasser oder Brühe
¾ TL Salz, Schwarzer Pfeffer, Optional: etwas Majoran – kein Muss bei klassischen Kibinai
Zum Bestreichen: 1 Ei, mit 1 EL Wasser verquirlt.

Zubereitung

Teig machen: Mehl und Salz mischen. Die Butter in Würfeln mit den Fingern einarbeiten, bis eine krümelige Masse entsteht. Sauerrahm und Ei dazugeben und kurz zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt 30–60 Minuten kalt stellen.

Füllung mischen: Das rohe Fleisch mit Zwiebeln, Wasser oder Brühe, Salz, Pfeffer und gegebenenfalls Majoran vermengen.

Formen: Den Ofen auf **190 °C Ober-/Unterhitze** vorheizen. Den Teig in 12 Portionen teilen und jeweils zu einem Kreis von etwa 13 cm ausrollen.

Füllen: Die Füllung auf die Kreise verteilen, dabei einen Rand frei lassen. Zu Halbmonden zusammenklappen, die Ränder fest zusammendrücken und nach Belieben flechten.

Backen: Auf ein Blech mit Backpapier legen, mit Ei bestreichen und oben jeweils ein kleines Dampfloch einstechen. Etwa **30–35 Minuten** goldbraun backen, bis die Fleischfüllung vollständig durchgegart ist.

Dazu passen eine klare Brühe oder ein Gurkensalat mit Dill.