



Die Zutaten für den Eintopf, quasi zu Füßen des Galdhøpiggen ausgebreitet, nach dem das Gericht benannt ist. (7/2013)

KÅLROT GRYTERETT

Eintopf aus Steckrüben und Roter Beete, gewürzt mit Wacholder, Rotwein, Senf und Speck

In der Schweiz ist die Steckrübe völlig aus der Mode gekommen, keiner der Großverteiler von Gemüse, kein Supermarkt hat sie je im Angebot. Wer Steckrüben finden will, muss sie auf den Wochenmärkten suchen – und auch dort werden sie meist nur von den Produzenten selbst angeboten. Ganz anders sieht die Lage in Norwegen aus, wo man auf alles stolz ist, was unter den klimatischen Bedingungen des Landes wächst: Sogar mitten im Sommer, also außerhalb der eigentlichen Saison, findet man *Kålrot* («Steckrüben») hier in jedem Supermarkt.

Als Wintergemüse passen die Rüben auch gut zu einer harschen Landschaft, wie sie der Nationalpark Jotunheimen («Heim der Riesen») im Herzen von Norwegen bietet. Auf einem Campingplatz in Spiterstulen, am Fuß des Galdhøpiggen, habe ich den hier vorgestellten Eintopf (*Gryterett*) zum ersten Mal gekocht und schließlich im Schutz eines Mietautos genossen, derweilen der Regen mit Wucht gegen die Windschutzscheibe schlug und Dunstschwaden durch das Tal der Visa trieben. Denn wenn es eine Faustregel für das Campen im Norden Europas gibt, dann jene, dass es immer zur falschen Zeit zu regnen beginnt. Der herzhafte Eintopf lebt vor allem vom Aroma von Speck



Der Eiswal | «Auch der Gletscher Styggebrean an der Ostflanke von Norwegens höchstem Berg ist so ein majestätisches Monster, das einem deutlich mehr Ehrfurcht als Mitleid einflößt. Mit seinen Eis-massen krallt es sich in Felsen fest, deren Formen es selbst geschaffen hat, was für eine extreme Verbindung mit der Erde. Der Sonne kehrt dieses urtümliche Tier seine...»

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten Episode vom 30. Juli 2013.



Blick vom «Speisezimmer» aus: Auch die Nachbarn sind vor dem Regen in ihr Fahrzeug geflüchtet.



Es ist angerichtet...

FÜR 2 PERSONEN

- 1 EL Bratfett
- 1 Zwiebel (130 g), fein gehackt
- 80 g Speckwürfel
- 24 Wacholderbeeren, leicht angedrückt
- 1 Lauchstange (120 g), geputzt, halbiert, fein geschnitten
- 1 Steckrübe (600 g), geschält, in Stücken mit einer Kantenlänge von ca. 1.5 cm
- 1 Rote Bete (200 g), geschält und nicht allzu fein geräfelt
- 1 TL Salz
- 2 EL Speisesenf, süßlich oder scharfer Senf und 1 TL Zucker
- 300 ml Rotwein
- 300 ml Wasser
- Etwas Salz zum Abschmecken

und Wacholder, einer wunderbaren Kombination. Zwiebel und Lauch verleihen ihm die nötige Süße, Wein und Senf stellen die Verbindung zur Steckrübe her – und die Rote Bete sorgt für einen erdigen Ton sowie eine schöne Farbe. Ich servieren den Eintopf mit Pellkartoffeln.

Zubereitung (Kochzeit 70 Minuten)

- 1 | Öl erwärmen, Zwiebel und Speck begeben, 5 Minuten sanft braten. Wacholderbeeren zugeben, 2 Minuten mitbraten.
- 2 | Lauch, Steckrübe, Rote Bete und Salz begeben, alles gut vermischen, 5 Minuten dünsten.
- 3 | Senf unterheben, Rotwein und 500 ml Wasser angießen, aufkochen lassen, Hitze reduzieren. Deckel so aufsetzen, dass ein feiner Spalt offen bleibt. 60 Minuten sanft köcheln lassen, gelegentlich rühren und prüfen, ob noch ausreichend Flüssigkeit im Topf ist – wenn nötig etwas Wasser nachgießen. *Zwischendurch kann man den Deckel auch ganz aufsetzen, um die Flüssigkeit im Topf zurückzuhalten. Wie schnell die Flüssigkeit entweicht hängt wie immer auch wesentlich von der Hitzezufuhr und dem verwendeten Kochgeschirr ab.*
- 4 | Kurz vor dem Essen den Deckel ganz abheben und den Eintopf so weit eindicken lassen, dass nur noch wenig dünne Flüssigkeit übrig bleibt. Mit Salz abschmecken.

Die Kochzeit der Steckrübe hängt auch von ihrem Alter und weiteren Faktoren ab. Außerdem mögen sie manche gern mit etwas Biss, derweilen sie anderen besser schmeckt, wenn sie stärker gekocht ist.