

Kultur & Gesellschaft

Wie Ostern zum Fladen kam

Die grosse Verbreitung vieler Festgebäcke hat vergessen lassen, woher sie eigentlich stammen. Albert Spycher geht ihren Ursprüngen nach.

Von Paul Imhof

Im Esszimmer seines Reihenhauses im Basler Gotthelfquartier hat Albert Spycher ein paar österliche Perlen aus seiner Sammlung von Gebäckutensilien aufgestellt. Da sind Blechformen, um Schokoladehasen auszugüssen, Terrinen aus Soufflenheimer Keramik in der Form von Lämmern, eine Tessiner Colomba, zwei Fastenwähen-Stecheisen. «Da kommt halt so einiges zusammen», sagt der pensionierte Lehrer. Ursprünglich hat Spycher als Steuerbeamter sein Geld verdient und dann Anfang der 60er-Jahre einen Umschulungskurs für Berufsleute absolviert. «Der Lehrberuf hat mir die Kultur unserer Umgebung näher- und mich auf den Geschmack gebracht», sagt der 81-Jährige.

Spycher wurde Mitarbeiter des Radios: «Ich berichtete über Begegnungen mit Max Frisch, Golo Mann, Alfred Andersch, Dimitri.» Seine wahre Berufung fand er aber in der volkswissenschaftlichen Forschung, beim alten Handwerk. Als einer seiner Söhne eine Confiseur-Lehre begann, stieg Spycher «aus Freude an seiner Berufswahl» mit in die Welt des Gebäcks ein.

Der Sohn verliess sie nach der Lehre wieder, der Vater konnte nicht mehr loslassen. Mit Geduld und Akkuratess hat er seither Abrechnungen, Rezeptsammlungen und Inserate durchforstet und dabei einen erhellenden Einblick in die Warenkörbe und Vorratskammern vergangener Zeiten erhalten. Er fand ziemlich jungfräuliches Terrain vor, denn «Kulturwissenschaftler haben Essen und Trinken nie ernst genommen», sagt Spycher.

Eier stapeln

Vielleicht hat sich aus purer Nichtbeachtung vorhandener Quellen die Meinung gehalten, dass die Ostereier Reminiszenzen einstiger Fruchtbarkeitswünsche oder -segnungen sind. Dabei ist der Grund, warum an Ostern Eier gegessen werden, profan: Während der Fastenzeit war es verboten, Fleisch und verwandte Produkte von Warmblütern aufzutischen. Die Hühner, für religiöse Vorschriften unempfindlich, legten aber weiter ihre Eier, die man eben stapelte. Mit dem Ende des Fastens war es dann höchste Zeit, die angehäuften Reserven zu verwerten. Man ass die Eier Stück für Stück, oder man verarbeitete sie mit Butter und andern Zutaten zu allerhand Gebäck. Zum Beispiel Osterfladen.

Er mache Forschung «sur le tas», an Ort und Stelle, betont Spycher. «Was nützen mir germanische Opferriten?» Da versenkt er sich lieber in Einkaufslisten, da sieht man schnell, was die Leute geschätzt haben, was ihnen recht und billig war und wo der Geiz sie drückte. Einen frühen Hinweis auf den Osterfladen findet man nicht in einer Rezeptsammlung, sondern im Rechnungsbuch der Basler Münsterbauhütte 1426/27, als 4 Schillinge für Ostereier nebst «11 Schillingen für alerhand Züg zu den Fladen» ausgegeben wurde. «Ziger zu Fladen» ist in den bischöflichen Hofrechnungen von 1475 festgehalten, und im Rechnungsbuch des St.-Clara-Klosters ist 1524 die Besorgung von 300 Eiern für die Fladen der Gemeinschaft vermerkt. Dieser Fladenbrauch, so Spycher, setzte sich auch nach der Reformation und der Säkularisation des Kirchen- und Klosterguts bis in die Mitte des 17. Jahrhunderts fort.

Und es gibt ihn immer noch, den Osterfladen. Dank der Grossverteiler ist er heute im ganzen Land zu kaufen, in verschiedenen Grössen und dekoriert mit österlichen Motiven aus Marzipan oder Schablonenhasen aus Puderzucker. Ein Urheberrecht für den Osterfladen lässt sich nicht eruieren, das Prinzip, kleine gehackte Nahrung auf einem essbaren Teller zu servieren, dürfte so alt sein wie



Gebäckforscher Albert Spycher mit verschiedenen österlichen Backformen. Foto: Doris Fanconi

das Zusammentreffen von Getreidebrei und Feuermachen. Da Backpulver erst Mitte des 19. Jahrhunderts entwickelt wurde, hielt man sich vorher vor allem an flache Kuchenformen - Hauptsache, sie liessen sich mit einem Belag auffüllen, egal ob süss oder salzig.

Ein Fladenrezept aus dem 14. Jahrhundert enthält Elemente des Osterfladens, könnte aber auch als erste Fastenpizza auf der Alpennordseite gelten: Um einen Fischfladen mit Hecht oder Barsch zu machen, musste man die zerkleinerten Fische in eine Masse aus dicker, mit Reismehl vermengter Mandelmilch, einem gewürfelten Apfel und Schmalz geben, würzen und auf ein «blat von teyge» geben. Mandelmilch wurde aus gemahlenden Mandeln gewonnen, die man mit Wasser aufkochte und durch

ein Sieb drückte; sie diente in der Fastenzeit als Ersatz für richtige Milch, die ja von Tieren stammte.

Reis als frühes Importgut

Im berühmten «Köstlich new Kochbuch» (1600) der Baslerin Anna Wecker wird für ein Fladenrezept erstmals «reiss» als Zutat genannt. Das klingt überraschend, doch nicht nur Gewürze sind früh in Europa angekommen, auch der Reis - den kannten schon die Griechen und Römer, brauchten ihn aber eher für medizinische Zwecke. Als Getreidesorte führten ihn die Mauren im 8. Jahrhundert in Spanien und Sizilien ein. Im 13. Jahrhundert gelangte er auf die Alpennordseite. «Reis war ein frühes Importgut», erklärt Albert Spycher, und rasch ein sicherer Wert im Osterfladen, zusammen mit

Griess. Seither ist die Rezeptur des Osterfladens nicht mehr entscheidend verändert worden.

«Wo gibts den besten Osterfladen?», hat sich Marianne Kaltenbach in ihrem Klassiker «Aus Schweizer Küchen» gefragt. Und erwidert: «Alte Kochbücher widersprechen sich. Wird der traditionelle Osterfladen mit Reis, mit Griess, mit einer Mischung aus Weggli und Mandeln oder sogar mit Quark und Rosinli gefüllt? Alle Varianten sind lecker, und bei jeder bedauert man, dass sie nur an Ostern aufgetischt werden.»

Albert Spycher: *Back es im Öfelin oder in der Tortenpfann - Fladen, Kuchen, Fastenwähen und anderes Gebäck.* Schwabe-Verlag, Basel 2008. 160 Seiten, ca. 38 Franken.

Rezepte

Ruthenischer Ostereierkäse

Rezept aus dem Baltikum, 6 Personen

1,25 l Vollmilch
10 Eier von Freilaufhühnern
1 TL Salz
1 Ei zum Bestreichen

Die Milch aufkochen; in der Zwischenzeit die Eier mit dem Salz aufschlagen. Sobald die Milch kocht, die verquirlten Eier dazugeben und mit dem Schneebesen unterrühren. So lange schlagen, bis die gestockte Masse ungefähr so feinklumpig wie Hüttenkäse ist.

Die Masse in ein Passiertuch geben, an einem warmen Platz aufhängen und eine Schüssel darunterstellen, welche die austropfende Flüssigkeit auffängt.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Wenn nichts mehr aus dem Passiertuch austritt, die Eiermasse auf ein feuerfestes Geschirr kippen, mit geschlagenem Ei bestreichen und im Ofen rund 10 Minuten lang glacieren.

Das Resultat sollte wie ein grosses, glänzendes Osterei aussehen.

Aus: Elisabeth Luard: *Sacred Food - Cooking for Spiritual Nourishment.* Chicago Review Press, 2001.

Fastenrollen

Das Rezept soll von einem Zürcher Zuckerbäcker stammen, der in Nürnberg einiges gelernt hatte.

Teig:

300 g Mehl
200 g Butter
50 g Zucker
1 Prise Salz
1 EL Essig

Füllung:

170 g geriebene Mandeln
150 g Zucker
1 TL Zimt
1 dl Milch
Eigelb

Aus Mehl, Butter, Zucker, Salz und Essig einen fein geriebenen Teig zubereiten. Ruhen lassen.

Für die Füllung Mandeln, Zucker, Zimt und Milch gleichmässig vermengen.

Teig zu einem oder mehreren Rechtecken auswallen, mit Füllung bestreichen, aufrollen, mit dem Eigelb bepinseln und bei 180 Grad kurz backen. Man kann die Rollen auch mit Konfitüre füllen.

Aus: Marie-Louise Roth: *Das Kochbuch aus Zürich.* Verlag Wolfgang Hölker, 1977.

Osterfladen

Teig:

180 g Butter, 250 g Mehl
3 EL Zucker, 2 Prisen Salz, 1 Ei
2 EL Rahm, 1 TL abgeriebene Zitronenschale

Füllung:

5 dl Milch, 1 dl Wasser, ¼ TL Salz
125 g Reis
120 g Zucker, 3 Eier
1 TL abgeriebene Zitronenschale
1 dl Rahm,
120 g geschälte, geriebene Mandeln
3 EL Rosinen oder Sultaninen

Teig: Butter schaumig rühren. Alle Zutaten ausser dem Mehl begeben, 2 bis 3 Minuten rühren. Mehl dazusieben. Rasch mischen. Teig mindestens eine Stunde kalt stellen.

Füllung: Milch, Wasser und Salz aufkochen, Reis hineingeben. 40 bis 50 Minuten zu einem dicken Brei kochen. Zucker und Eigelb sämig rühren. Mit Zitronenschale, Rahm, Mandeln und Rosinen unter den erkalteten Reisbrei rühren. Steif geschlagenes Eiweiss darunterziehen. Mittlere Springform ausbuttern. Mit Teig auslegen, dabei 4 cm hohen Rand hochziehen. Füllung hineingeben. Etwa eine Stunde bei 200 Grad backen.

Aus: Marianne Kaltenbach: *Aus Schweizer Küchen.* Echterzeit-Verlag, 2009.

Leser fragen

Schwemmt Bier tatsächlich auf?

Ein Kollege sagte, dass übertriebenes Biertrinken den Körper aufschwemme. Stimmt das? Und kommt das Wort Bierschwemme vom Aufschwimmen?
F. M.

Lieber Herr M., Schwemme und Schwemmen sind sicher verwandte Wörter, aber dass die Bierschwemme ihren Namen vom Aufschwimmen des Körpers erhalten hat, möchte ich bezweifeln. Wenn das Bier so richtig in Strömen fliesst, wird die Bierhalle, der Biergarten zur Bierschwemme. Tatsächlich aber fördert Biergenuss die Leibesfülle, nicht nur durch das Anheften von Kalorien. Viele passionierte Biertrinker bilden mit den Jahren einen sichtbaren, schwammigen Brustansatz. Stören da Sexualhormone das Trinkvergnügen? «Hopfen enthält ebenso wie sein nächster Verwandter, der Hanf, reichlich Phytoöstrogene», schreibt der Ernährungswissenschaftler Udo Pollmer im «Lexikon der populären Ernährungsirrtümer», «also Pflanzeninhaltsstoffe mit östrogenähnlicher Wirkung».

Das sind keine neuen Erkenntnisse, nur etwas anders ausgedrückt als frühes volksmedizinisches Wissen. Bei den Hopfenpflückerinnen setzte angeblich kurz nach Erntebeginn die Monatsregel ein;

Paul Imhof

Der TA-Experte beantwortet Fragen zum leiblichen Wohl, zu Völlerei und Fasterei, zu festlichen und alltäglichen Tafeln, Küchen und Kellern.



Senden Sie uns Ihre Fragen an gesellschaft@tagesanzeiger.ch

Jugendliche hielt man an, Hopfentee zu trinken, um nicht der Onanie zu verfallen (Hopfen dämpft den Sexualtrieb), und stillende Mütter genehmigten sich gerne ein Halbes, um den Milchfluss anzuregen. Pollmer: «Bei weiblichen Sexualhormonen sind die anabolen Effekte, der «Muskelfleischaufbau», nur schwächer als bei den männlichen. Dafür erhöhen sie die Einlagerung von Fett ins Gewebe und schwemmen ein wenig auf. Den unfreiwilligen Mastochsen sei zum Trost gesagt: Bauch und Brüste schrumpfen, wenn die Hormone abgesetzt werden - was allerdings den Verzicht auf den schäumenden Gerstensaft voraussetzt.» Das könnte dazu ermuntern, von Bier auf Wein umzustellen.

Die umgekehrte Umstellung erfolgte um 1885, als Bier den Wein als schweizerisches Nationalgetränk verdrängte. Der Grund dafür dürfte im Alkoholgehalt gelegen haben. Mit vier bis fünf Volumenprozent Alkohol bietet Bier längeren Trinkgenuss als Wein (11 bis 15 Prozent). Technische Entwicklungen wie die Entdeckung der Mikroorganismen durch Louis Pasteur, die Reinzucht der Bierhefe, der Baubeginn des Bahnnetzes, die Erfindung der Kältemaschine 1873 durch Carl von Linde sowie die Abfüllung in Flaschen Ende des 19. Jahrhunderts erhöhten die Qualität des Biers und beschleunigten seine Verbreitung.

Rasch erfasste ein Konkurrenzkampf die damals 530 Brauereien landesweit. Zu Beginn des 21. Jahrhunderts gehören die grössten Brauhäuser zwei internationalen Konzernen. Doch wurden - in einer Gegenbewegung - in den letzten Jahren zahlreiche Kleinbrauereien gegründet. Die Brauerei Monstein ob Davos ist die höchstgelegene Kleinbrauerei der Schweiz, Uelbier in Basel eine der tiefstgelegenen. Ende 2012 haben 389 Brauereien einen biersteuerpflichtigen Ausstoss gemeldet.

So schlimm wird also die Verbreitung aufgeschwemmter Körperteile, verursacht durch Biergenuss, nicht sein. Als kleine Prävention: vor jedem Schluck den gefüllten Humpen zehnmal langsam auf- und niederheben, sodass auch die Brustmuskeln ihr Fett weg bekommen.