



*Drei  
Länder  
Schmeck*

# Das Kochbuch

Eine kulinarische Reise durch  
das Dreiländereck

Ein Produkt aus dem

**MEDIENHAUS**  
AACHEN

MEYER  
& MEYER  
VERLAG

## Das Kochbuch

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Obwohl der Inhalt dieses Buches sorgfältig recherchiert wurde, erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder der Herausgeber noch der Verlag haften für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus diesem Buch entstehen.



# Das Kochbuch

Eine kulinarische Reise durch  
das Dreiländereck

Ein Produkt aus dem

**MEDIENHAUS**  
AACHEN

Meyer & Meyer Verlag

**Das Kochbuch** – Eine kulinarische Reise durch das Dreiländereck

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Details sind im Internet über <[www.dnb.de](http://www.dnb.de)> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie das Recht der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form – durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren – ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, gespeichert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 2020 by Medienhaus Aachen GmbH und Meyer & Meyer Verlag, Aachen  
Auckland, Beirut, Dubai, Hügendorf, Hongkong, Indianapolis, Kairo, Kapstadt,  
Manila, Maidenhead, Neu-Delhi, Singapur, Sydney, Teheran, Wien



Member of the World Sport Publishers' Association (WSPA)

9783840313783

E-Mail: [verlag@m-m-sports.com](mailto:verlag@m-m-sports.com)

[www.dersportverlag.de](http://www.dersportverlag.de)

# INHALT

<b>Das Dreiländereck für Genießer .....</b>	<b>8</b>
<b>Regionale Rezepte mit Geschichte .....</b>	<b>10</b>
<b>Vorspeisen und Salate .....</b>	<b>14</b>
Forelle „Ardenner Art“ .....	16
Lütticher Salat .....	18
Fruchtiger Chicoréesalat mit Flusskrebse .....	20
Frikadellen nach Lütticher Art .....	22
Spargel mit Kaiser Karls Kräutersoße .....	24
Gebratener Spargel mit Erdbeeren .....	26
Resi Oheims Kartoffelsalat .....	28
„Salade Russe“: Roter Heringssalat aus Malmedy .....	30
Rote-Bete-Salat .....	32
Fingerfood nach Oecher Art: Puttes-Pralinen .....	34
<b>Die Küche des Dreiländerecks .....</b>	<b>36</b>
<b>Hauptgerichte .....</b>	<b>40</b>
Ein Original aus Flandern: Waterzooi .....	42
Ein Klassiker aus Limburg: Zuurvlees .....	44
Ellis Kappeskuchen .....	46
Sauerkraut mit Apfelschnitzen .....	48
Ketteschlooteintopf .....	50
Typisch Eifel: Döppekooche .....	52
Eifeler Knudeln .....	54
Himmel und Ääd aus dem Johannistal .....	56
Himmel und Ääd als Gourmetvariante .....	58
Schweinefilet aus dem Ofen mit feiner Senfnote .....	60
Rote Bete mit Zwiebeln und Apfel .....	62
Oma Gertruds Sauerbraten .....	64
Schmor-Kaninchen à la Oma Sissi .....	66
Rinderrouladen .....	68
Entenbrust mit Honig, Senf und Orangenjus .....	70
Chicoréepizza mit Abteikäse .....	72
Überbackene Koteletts in Sirup-Soße .....	74
Gulasch in Abteibiersoße .....	76
Rumpsteak mit dunkler Biersoße .....	78
Spargel nach flämischer Art .....	80

Muscheltopf .....	82
Äpfel mit Schlaat.....	84
Pitter und Jupp.....	86
Omas rheinischer Schnippelbohneintopf.....	88
<b>Fromage, fromage: Herver Käse .....</b>	<b>90</b>
<b>Suppen und Eintöpfe .....</b>	<b>94</b>
Rosenkohleintopf mit Karlswurst .....	96
Brennnesselsuppe.....	98
Omas Bohnensuppe .....	100
Graupensuppe .....	102
Milchsuppe mit Graupen und Rosinen.....	104
Kartoffelsuppe.....	106
Sauerbratensuppe mit Printen .....	108
Maronensuppe .....	110
Rote-Bete-Suppe .....	112
Omas Linsensuppe .....	114
<b>Im Tal der Maas gedeiht fruchtiger Wein.....</b>	<b>116</b>
<b>Desserts.....</b>	<b>120</b>
Aachener Printensoufflé.....	122
Arme Ritter .....	124
Monschauer Berge .....	126
Ofenschlupfer mit Apfel.....	128
Printentiramisu.....	130
Gestooftte Aachener Grauschale.....	132
Schwarzer Magister.....	134
Le Cûtès Peûres: Gekochte Birnen.....	136
Kirschbiersorbet .....	138
<b>Von Puttes und Printen, Rübekraut und Karls Kräutergarten .....</b>	<b>140</b>
<b>Backen .....</b>	<b>144</b>
Eine Spezialität aus Limburg: Vlaai.....	146
Monschauer Dütchen.....	148
Oma Seegers Reisfladen .....	150
Rheinische Mutzen.....	152
Mutzenmandeln.....	154
Makeischlubben.....	156
Aachener Poschweck.....	158
Rhabarberkuchen .....	160
Aachener Streuselbrötchen .....	162
Pflaumenkuchen .....	164
Weckmänner .....	166
Lütticher Waffeln.....	168
Niederländische Kruidnoten.....	170

Mandelschnitten.....	172
Omas Kraftkuchen .....	174
<b>Belgisches Bier ist ein Universalgenie .....</b>	<b>176</b>
<b>Anhang.....</b>	<b>180</b>
Register.....	180
Danke .....	185
Bildnachweis.....	185

## DAS DREILÄNDERECK FÜR GENIESSER

### BELGIEN

#### Gent:

Waterzooi (Seite 42)

#### Lüttich:

Chicoréepizza (Seite 72)

Lütticher Frikadellen (Seite 22)

Lütticher Waffeln (Seite 168)

Gekochte Birnen (Seite 136)

Gulasch in Abteibiersoße (Seite 76)

Kirschbiersorbet (Seite 138)

Lütticher Salat (Seite 18)

Rumpsteak in Biersoße (Seite 78)

Koteletts in Sirupsoße (Seite 74)

#### Malmedy:

„Salade Russe“ (Seite 30)

#### Manhay:

Forelle Ardenner Art (Seite 16)

#### Mechelen:

Spargel flämischer Art (Seite 80)

#### Namur:

Entenbrust (Seite 70)

### NIEDERLANDE

#### Maastricht:

Muscheltopf (Seite 82)

Vlaai (Seite 146)

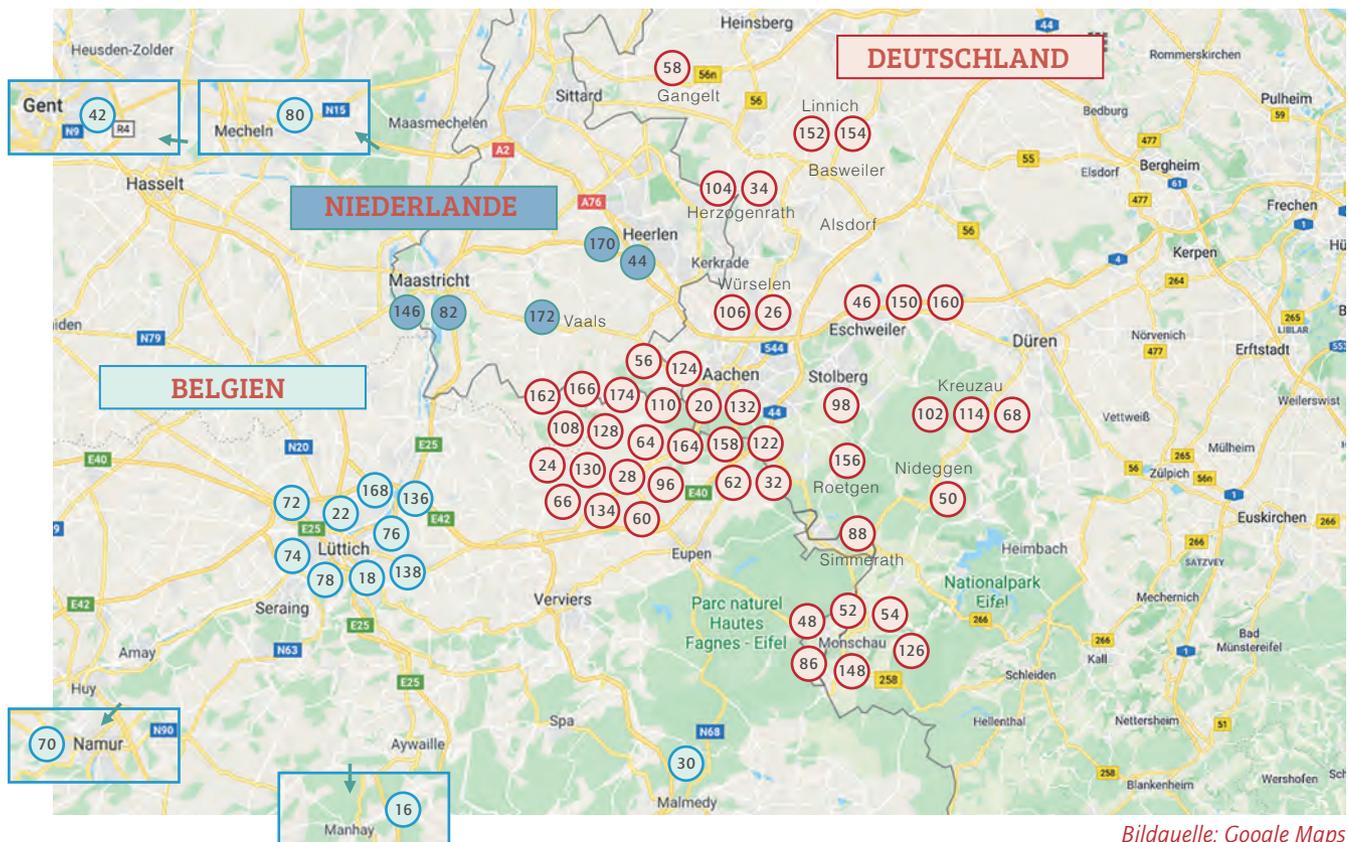
#### Heerlen:

Kruidnoten (Seite 170)

Zuurvlees (Seite 44)

#### Vaals:

Mandelschnitten (Seite 172)



Bildquelle: Google Maps

## DEUTSCHLAND ○

### Aachen:

Arme Ritter	(Seite 124)
Chicoréesalat mit Flusskrebse	(Seite 20)
Gestooft Aachener Grauschale	(Seite 132)
Himmel und Ääd aus dem Johannistal	(Seite 56)
Omas Kraftkuchen	(Seite 174)
Maronensuppe	(Seite 110)
Ofenschlupfer mit Apfel	(Seite 128)
Oma Gertruds Sauerbraten	(Seite 64)
Pflaumenkuchen	(Seite 164)
Poschweck	(Seite 158)
Printensoufflé	(Seite 122)
Printentiramisu	(Seite 130)
Resi Oheims Kartoffelsalat	(Seite 28)
Rosenkohleintopf mit Karls wurst	(Seite 96)
Rote Bete mit Zwiebeln und Apfel	(Seite 62)
Rote-Bete-Salat	(Seite 32)
Sauerbratensuppe	(Seite 108)
Schmor-Kaninchen à la Oma Sissi	(Seite 66)
Schwarzer Magister	(Seite 134)
Schweinefilet aus dem Ofen	(Seite 60)
Spargel mit Kaiser Karls Kräutersoße	(Seite 24)
Streuselbrötchen	(Seite 162)
Weckmänner	(Seite 166)

### Alsdorf:

Omas Bohnensuppe	(Seite 100)
Rote-Bete-Suppe	(Seite 112)
<b>Baesweiler:</b>	
Ärpel mit Schlaat	(Seite 84)
<b>Eschweiler:</b>	
Ellis Kappeskuchen	(Seite 46)
Oma Seegers Reisfladen	(Seite 150)
Rhabarberkuchen	(Seite 160)
<b>Gangelt:</b>	
Himmel und Ääd als Gourmetvariante	(Seite 58)
<b>Herzogenrath:</b>	
Milchsuppe	(Seite 104)
Puttes-Pralinen	(Seite 34)
<b>Kreuzau:</b>	
Graupensuppe	(Seite 102)
Omas Linsensuppe	(Seite 114)
Rinderrouladen	(Seite 68)
<b>Linnich:</b>	
Mutzen	(Seite 152)
Mutzenmandeln	(Seite 154)
<b>Monschau:</b>	
Döppekooche	(Seite 52)
Eifeler Knudeln	(Seite 54)
Monschauer Berge	(Seite 126)
Monschauer Dütchen	(Seite 148)
Pitter und Jupp	(Seite 86)
Sauerkraut mit Apfelschnitzen	(Seite 48)

### Nideggen:

Ketteschlooteintopf	(Seite 50)
<b>Roetgen:</b>	
Makeischlubben	(Seite 156)
<b>Simmerath:</b>	
Schnippelbohneintopf	(Seite 88)
<b>Stolberg:</b>	
Brennesselsuppe	(Seite 98)
<b>Würselen:</b>	
Kartoffelsuppe	(Seite 106)
Spargel mit Erdbeeren	(Seite 26)

## REGIONALE REZEPTE MIT GESCHICHTE

**W**enn wir mit Freunden oder der Familie zum Essen zusammenkommen, dann wird geplaudert, erzählt, gelacht und natürlich gegessen. Essen und Genießen hat mit Geselligkeit zu tun, und deshalb sind unsere Rezepte viel mehr als Anleitungen zum Kochen.

Die Bohnensuppe oder die Mandelschnitten schmecken genau deshalb besonders gut, weil sie uns an etwas oder jemanden erinnern: an die Oma, die die Suppe immer besonders gut kochen konnte, oder an den Ausflug über die niederländische Grenze, um den Basterdzuiker für das süße Mandelgebäck (Seite 172) zu kaufen.

Alte Rezepte erzählen uns auch immer eine Geschichte, die in jeder Familie ein bisschen anders und individuell

ist. Gleichzeitig verbinden sie uns, denn wir alle kennen viele dieser Rezepte, verknüpfen sie mit unserer Kindheit, mit Familienfesten oder mit Menschen, die sie zubereitet haben und uns wichtig sind.

Diese Gerichte und ihre Geschichten zu sammeln und zu bewahren, ist die Idee unseres Projekts *Dreiländerschmeck*. Wir haben Sie, liebe Leserinnen und Leser, gebeten, uns Ihre Lieblingsrezepte zu schicken und uns ihre Geschichte zu erzählen. Rund 200 Stück sind bei uns eingegangen. Eine Auswahl von über 65 Rezepten finden Sie in diesem ersten *Dreiländerschmeck-Kochbuch*. Sie sind geprägt von den Menschen und unserer Region, die durch das Dreiländereck Belgien, Niederlande und Deutschland besonders vielfältig ist.



Anke Capellmann und Katja Esser (rechts) beim Showkochen auf dem CHIO. Foto: Andreas Steindl



*Das Team der ersten Stunde: Rolf Minderjahn, Yvonne Charl, Katja Esser, Anke Capellmann und Ines Kubat (von links), die regelmäßig mit der Kamera dabei ist. Foto: Harald Krömer*

Wir haben jedes einzelne Rezept nachgekocht und getestet, manche mehrmals. Ein traditioneller Reisfladen oder ein Aachener Poschweck gelingen nicht immer auf Anhieb, sie brauchen etwas Erfahrung, aber auch das macht sie besonders.

Die mit Abstand meisten Rezepte haben Katja Esser und Anke Capellmann, die als Dreiländerschmeck-Köchinnen seit dem Start im November 2018 dabei sind, gekocht und fotografiert. Beide kochen hobbymäßig und haben die meisten Tricks und Kniffe in der heimischen Küche von Eltern und Großeltern gelernt. Katja ist in Würselen aufgewachsen und hat schon als kleines Mädchen am liebsten in der Küche ihrer Oma geschnippelt und in die Töpfe geschaut. Heute tun es ihre dreijährigen Zwillinge ihr gleich und machen das Kochen bisweilen zur besonderen Herausforderung.

Anke hat ebenfalls bei Oma und Mutter die Liebe zum Kochen entdeckt und kennt sich nicht nur in der Aachener, sondern auch in der Eifeler Küche bestens aus. Die

beiden sind es auch, die unsere Dreiländerschmeck-Rezepte auf Events wie der Euregio Wirtschaftsschau, dem CHIO und beim Aachener September Special sowie auf dem Weihnachtsmarkt kochen und zum Probieren anbieten. Mit viel Spaß, Begeisterung und kleinen Pannen, so wie es sich in jeder echten Küche gehört.

Wenn Sie neben ihnen eine Kamera sehen, ist sie meistens in der Hand von Ines Kubat. Von ihr sind unsere Kochvideos auf dreilaenderschmeck.de, in denen Sie sich die wichtigsten Schritte anschauen können.

Vierter im Team ist Rolf Minderjahn. Er ist Autor verschiedener Bücher über das Dreiländereck und kennt die Besonderheiten der Küche in Belgien und den Niederlanden wie kein anderer. Wallonisches Klosterbier mit Herver Käse, Lütticher Sirup, Pralinen aus ostbelgischen Pâtisseries und Limburger Zuurvlees oder Trappistenbier – Rolf weiß nicht nur über diese regionalen Produkte zu berichten, er sammelt auch stetig die besten Rezepte unserer Nachbarn.



*Brigitte Gorski in ihrer Küche, in der es an nichts fehlt.*

*Foto: Sigi Malinowski*

Drei weitere begeisterte Hobbyköchinnen haben sich unserem Team mittlerweile angeschlossen: Brigitte Gorski aus Herzogenrath und Katharina Brandt aus Gangelt, die beide sehr professionell kochen und schon dem einen oder anderen Spitzenkoch über die Schulter geschaut haben; außerdem Tanja Sacchetti aus Baesweiler, die neben der regionalen Küche durch ihren Mann auch italienische Einflüsse ins Team bringt.

Und was habe ich selbst mit dem Projekt zu tun? Klar, auch ich mag Kochen und gutes Essen, in erster Linie kümmere ich mich jedoch um digitale Projekte im Medienhaus Aachen. Dreiländerschmeck mit allem, was dazugehört, dem Rezept der Woche in unseren Tages- und Wochenzeitungen, der Webseite dreilaenderschmeck.de, den Events und diesem Kochbuch, ist eines dieser Projekte. Bei mir laufen alle Fäden zusammen, wird alles geplant, koordiniert und redaktionell aufbereitet.



*Tanja Sacchetti (rechts) mit Katja Esser und Kristoff Kochs beim Showkochen auf dem Aachener Weihnachtsmarkt*

*Foto: Andreas Steindl*

Wenn Sie dieses Buch durchblättern, werden Sie merken, dass hier nicht alles traditionell ist. Gerne variieren wir modern und entwickeln überlieferte Rezepte weiter. Auf unserer Webseite finden Sie neben vielen Klassikern auch vegane Varianten, so ist für jeden Geschmack etwas dabei. Wir legen Wert auf regionale Produkte der Saison, immer passend zur Jahreszeit.

Wir kochen überwiegend Gemüse, das hier bei uns wächst und frisch auf den Märkten der Region zu kaufen ist. Wir kaufen Fleisch von regionalen Herstellern und versuchen, Produkte zu verwenden, die keine langen Wege zurücklegen mussten. Auch das haben unsere Eltern und Großeltern uns vorgemacht – und es ist heute aktueller denn je. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Kochen, Schmökern und Genießen!

## YVONNE CHARL

### MACHEN SIE MIT!

*Dreiländerschmeck* lebt von den Rezepten der Menschen aus unserer Region. So lange Sie uns weiterhin mit Nachschub versorgen, wird auch das Projekt fortgesetzt. Schicken Sie uns Ihre Lieblingsrezepte per Mail an [rezepte@dreilaenderschmeck.de](mailto:rezepte@dreilaenderschmeck.de), unter [www.dreilaenderschmeck.de/mitmachen](http://www.dreilaenderschmeck.de/mitmachen) oder per Post an

**Medienhaus Aachen GmbH**  
**Redaktion Dreiländerschmeck**  
**Dresdener Straße 3**  
**52068 Aachen**

Bitte Name, Adresse und Telefonnummer nicht vergessen. Machen Sie mit und helfen Sie uns dabei, die Küche im Dreiländereck zu bewahren und immer wieder neu zu entdecken.

Mit der Übermittlung Ihres Textes bestätigen Sie, dass Sie die Urheberrechte besitzen und der Veröffentlichung zustimmen.

Datenschutzhinweise unter [medienhausaaachen.de/datenschutz](http://medienhausaaachen.de/datenschutz)





# Vorspeisen und Salate

*Foto: Anke Capellmann*



## FORELLE „ARDENNER ART“

Typisch für die Küche der Ardennen sind Forellen mit einer Soße aus Speck, Champignons, Birnen und Salami.

Die Forellenfilets für dieses Rezept lassen Sie am besten vom Fischhändler so vorbereiten, dass die Gräten vollständig entfernt sind. Sie werden zunächst in der Pfanne gebraten und anschließend im Ofen fertig gegart. Das hat den Vorteil, dass die Haut kross wird und das Filet innen saftig bleibt.



## ZUTATEN

4 frische Forellenfilets

250 Milliliter Crème fraîche

100 Gramm Haselnusskerne

200 Gramm in Würfel geschnittene Salami

250 Gramm frische Champignons

200 Gramm kleiner, geräucherter Speck

100 Gramm fein gehackte Zwiebel

Ein wenig Fett

2 Esslöffel Sonnenblumenöl

250 Gramm in Würfel geschnittene Birnen

## ZUBEREITUNG

- 1.** In einer heißen Kasserolle die Zwiebeln in Fett anschwitzen (nicht anbraten). Dann den Speck hinzufügen und darauf achten, dass er nicht zu stark brät.
- 2.** Die Pilze hinzugeben, köcheln lassen und einreduzieren, bevor Sie die Crème fraîche, die Salami, die Birnen und die Haselnusskerne hinzugeben. Bei milder Hitze weitergaren lassen. Es ist nicht nötig, zu salzen und zu pfeffern, denn in den verschiedenen Zutaten steckt ausreichend Würze.
- 3.** Die Forellenfilets abspülen und mit einem Küchentuch trocken tupfen. Den Backofen auf 250 Grad Celsius vorheizen.
- 4.** Einen Esslöffel Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Forellenfilets bitte nicht vor dem Braten würzen. Mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen, dann bei reduzierter Hitze maximal zwei Minuten braten, sodass sie von oben noch roh sind, die Haut gold-braun.
- 5.** Forellenfilets mit der Hautseite nach oben auf ein kaltes, leicht geöltes Backblech legen, mit Pfeffer und Salz würzen und im Backofen auf oberster Schiene bei 250 Grad Celsius zwei Minuten garen. Gut zubereiteter Fisch ist von innen glasig, die Haut knusprig.
- 6.** Die Forellenfilets mit der Soße auf Tellern anrichten. Dazu passen mit Petersilie bestreute Kartoffeln.



**VIDEO**

[unter dreilaenderschmeck.de/forelle-ardenner-art](https://www.dreilaenderschmeck.de/forelle-ardenner-art)



**45 MINUTEN**



**4 PORTIONEN**



**MITTEL**



## LÜTTICHER SALAT

Einfach und natürlich, zurück zu den Wurzeln: Diese typische kulinarische Spezialität ist eine der beliebtesten im Lütticher Land und zeigt auf perfekte Weise den Charme und die Unkompliziertheit der Lütticher Küche von früher.

Der Legende nach heißt es, dass am linken Ufer der bürgerlichen Viertel der Ile oder Isle (das Quartier Latin Lüttichs auf der alten Maasinsel) und des Palais (fürstbischöflicher Palast) der Lütticher Salat mit Crème fraîche verfeinert wurde, während man ihn im volksnahen, populären Viertel Outremeuse auf der rechten Seite der Maas mit Zwiebschalen würzte. Es existieren daher zwei Versionen des Lütticher Salats.

Manche sind sogar davon überzeugt, dass man Lütticherin oder Lütticher sein muss, damit er überhaupt gelingt. Eines ist jedoch sicher: Man sollte ihn unbedingt probieren. Es ist ein sehr schmackhaftes Gericht, mit leichter Säure, um den Fettgehalt zu mildern, aber auch ein komplettes Gericht, das schnell zubereitet werden kann. Kurz, es ist ein etwas sonderbar anmutender, typischer Salat für den Winter oder den Herbstbeginn, ein Rezept lokaler Prägung, das man in vollen Zügen genießt – auch als Begleitung zu Schweinekoteletts oder gebratenen Landwürsten.

Es gibt verschiedene Varianten, denen jeder seinen ganz persönlichen Touch hinzufügen kann. Hier unsere Empfehlung: