



Reise durch Lettland und
erfahre mehr über
den Weg **des Roggenkorns**
vom Feld bis zum Tisch!

Mit der Reisekarte „Roggenweg“

Über den „Roggenweg“ in Lettland

Dies ist eine Geschichte über das Roggenkorn – seit jeher der Träger der lettischen Identität. Heutzutage sind uns viele wertvolle Eigenschaften des Roggens bekannt, die uns motivieren, Roggen mehr in unsere Ernährung zu integrieren. Deswegen werden neue Rezepte ausprobiert und entwickelt – von Brei und Pfannkuchen bis zu Pfefferkuchen und Keimlingen. Noch immer backen wir auch Roggenbrot nach Rezepten unserer Vorfäter, denn es schmeckt uns und gibt uns Kraft. Wir nehmen es als Proviant mit und bringen es als Gastgeschenk wohin wir auch gehen. In Lettland kommt Brot zu jeder Mahlzeit auf den Tisch, es ist eine unverzichtbare Beilage zur Suppe. In Restaurants wird Brot auch als Beilage zu Hauptspeisen gebracht, ohne das es extra bestellt werden muss. In guten Restaurants und Gasthäusern ist das Brot oft selbstgebacken.

Diese Broschüre stellt die Werte des Roggenkorns, traditionelle und moderne Speisen vor, die von Bäckern, Landhöfen und Restaurants in Lettland angeboten werden. Um jeden die Möglichkeit zu bieten, sowohl die traditionellen, als auch die modernen Geschmacksvarianten zu genießen, haben sich sechs geschäftstüchtige Landwirte in einer gemeinsamen Projektinitiative zusammengeschlossen und den „Roggenweg“ geschaffen. Dieses Angebot des kulinarischen Tourismus ist für diejenigen gedacht, die natürliche und gesunde Nahrung schätzen, denen die Energie, Nährwerte, und Lebensmittelherkunft von Bedeutung sind, sowie die über die kulinarischen Traditionen von Roggen erfahren und etwas neues lernen möchten. Die Initiatoren des „Roggenwegs“ backen nicht nur selber Roggenbrot und bereiten leckere Speisen aus Roggen zu, sondern ehren auch die alten Traditionen und geben sie weiter, indem sie in das heutige Leben integriert werden.

www.countryholidays.lv/ryeroad

„Um einen Letten zu verstehen, muss die Geschichte über sein Brot verstanden werden.“

Ojārs Kalniņš,
lettischer Diplomat und Politiker

Inhalt

Die Geschichte und Traditionen von Roggen in Lettland	2
Roggensorten und ihre Merkmale	6
7 Gründe, um Roggenbrot zu essen	7
Das Roggenbrot	9
Was wird für das Backen von traditionellem Roggenbrot benötigt	10
Arten von Roggenmehl	12
Arten und Sorten von Roggenbrot	13
Gerichte aus Roggenkörnern und -mehl	14
Gerichte und Snacks aus Roggenbrot	18
Feste und Veranstaltungen	20
Zu Gast bei Roggenbrotbäckern	24
Über das Projekt „Der Roggenweg“	32

Die Geschichte und Traditionen von Roggen in Lettland

GETREIDE – ROGGEN

Ehemals galt Roggen als Wildkraut. Allmählich haben Bauer entdeckt, dass Roggen gegen Winter und widrige Witterungsverhältnisse resistenter als Weizen oder Gerste ist. In Nordeuropa gibt es die ersten Zeugnisse über Roggen aus dem 1. Jahrtausend nach Christus, aber ab der 8.–9.Jh.–Wende wurde der Winterroggen zu der bedeutendsten Kulturpflanze. Die in der See–Burg Āraiši durchgeführten archäologischen Untersuchungen weisen darauf hin, dass auch im Territorium Lettlands Roggen (*Secale cereal*) schon im 8.–9. Jh. angebaut und in der Ernährung verwendet wurde. Im archäologischen Museumspark der See–Burg Āraiši wird den Besuchern gezeigt, wie das Brot zu der Zeit gebacken wurde und wie Getreidespeisen in Tontöpfen auf Feuer zubereitet wurden.

Als eine Kulturpflanze wird Roggen in Lettland seit dem 18.–19. Jh. angebaut und allmählich wurde Roggen zu einer der wichtigsten Getreidearten. Roggen ist eine Winterkultur – er wird im Herbst gesät, gekeimt überwintert er die Ruheperiode und mit dem warmen Frühlingswetter fängt er wieder an zu wachsen.

TRADITIONEN UND VOLKSGLAUBE

Im Sommer blüht das Roggenfeld zwei Wochen, reift zwei Wochen und trocknet zwei Wochen – dann ist Roggen für die Ernte bereit.

Vor der Ernte, wenn der Roggen reif ist, sind die Letten auf das Roggenfeld gegangen, um die Stiele zu pflücken, aus denen sie Roggenhüte gemacht haben, um sie während des nächsten Karnevals („Metēni“) als Teil eines Kostüms zu tragen. Es ist ein Ritual für Fruchtbarkeit und das Frühlingserwachen.

Wenn man bei der Ernte eine Doppelähre gefunden hat, dann erwartete den Erntearbeiter laut Volksglaube Reichtum, Glück in der Liebe und Fruchtbarkeit. Nach der Ernte wurde normalerweise ein Kranz aus Ähren gemacht und der Wirtin nach Hause gebracht. Ein Lettisches Traditionsfest ist das Jakobi–Fest – das ist der Tag des aus neuem Roggen gebackenen Brotes, an dem man einen Laib aus der neuen Roggenernte auf den Tisch brachte.

Foto: Jānis Jasjukevičs

SYMBOLE AUF DEM BROTLAIB

Vor dem Backen hat die Wirtin mit Fingern oder einer Seite der Hand auf jedem Brotlaib ein Zeichen gepresst. Meistens war das ein Kreuz, ein Schrägkreuz oder Streifen. Die Ethnologin Indra Čekstere hat die Traditionen des Brotbackens in verschiedenen Regionen Lettlands studiert und eine Karte mit Brotzeichen erstellt.

Für Kurzeme ist das Kreuz der Kreuze – das Māra-Zeichen – charakteristisch, die Bäcker aus Vidzeme haben auch Nadeln oder Ähren gezeichnet, was auch das Feuerzeichen genannt wird. In Zemgale ist das einfache Schrägkreuz beliebt, in Latgale – das Kreuz. Beim Zeichnen der Zeichen hat der Bäcker das Folgendes oder Ähnliches gesagt: „Damit es der Familie, den Kindern, den Armen und uns selbst reicht!“.



ROGGENSTROH-HIMMELI PUZURS

Aus Roggenstroh werden Himmeli gemacht. Das sind aufwendige und feine Dekorationen, die seit Jahrhunderten nicht nur in Lettland, sondern auch in Nordeuropa bekannt sind. Die alten Letten waren der Meinung, dass Himmeli den Raum von negativen Energien befreien und die Gedanken ordnen. Die Himmeli werden in einem Leinen- oder Wollgarn an die Decke gehängt, damit sie sich unter der Wirkung von Luftverwirbelungen langsam drehen. Das Drehen von Himmeli weist auf eine ausreichende Luftzirkulation im Raum, die für die menschliche Gesundheit notwendig ist.





Roggensorten und ihre Merkmale

Der Roggen wird mehr in nördlichen Ländern angebaut, denn er braucht nicht viel Sonne. Die Bäcker wissen, dass der richtige Geschmack bzw. die Konsistenz von Roggenbrot nur dann erreicht wird, wenn das Brot mit Mehl gebacken wird, das von historisch in Lettland angebauten Roggensorten gemahlen ist. Die beliebtesten lokalen Sorten sind Kaupo, Amilo, Walet, Matador. Sie sind weniger produktiv und schwieriger anzubauen, deswegen werden sie von Bauern weniger angebaut, aber die Bäcker, die das Roggenbrot nach traditionellen Methoden backen, schätzen die Qualität des Mehls. Nach Ansicht der Pflanzzüchter, je produktiver eine Pflanzensorte ist, desto mehr Qualitätsmerkmale verliert sie an Nährstoffen. Die historischen Roggensorten sind ein nationaler Wert, und es ist wichtig ihren Anbau aufrechtzuerhalten, um die Samen zu erhalten und das Vermächtnis nicht zu verlieren, das den Letten so liebe Roggenbrot backen zu können.



7 Gründe, um Roggenbrot zu essen:

Der Roggen verfügt über viele Inhaltsstoffe, die für den menschlichen Organismus notwendig sind. In der Schale sind es Ballaststoffe und Mineralstoffe, im Keimling – Eiweiße, Vitamin B und E, Pflanzenöle. Das Innere des Kornes ist eine Energiequelle; dort gibt es Stärke, Eiweiß, Kohlenhydrate.

Erstellt vom lettischen Bäckerverband („Latvijas maiznieku biedrība“)

- ◆ **VITAMINE** stärken die Abwehrkräfte des Organismus;
- ◆ **KOHLENHYDRATE** verleihen dem Organismus Ausdauer und Kraft;
- ◆ **BALLASTSTOFFE** reinigen den Organismus und verbessern den Blutkreislauf;
- ◆ **EIWEISS** stärkt die Muskeln und Nervenzellen;
- ◆ Der **ANTIOXIDANTIEN-, VITAMIN- und EIWEISSKOMPLEX** verbessert den Stoffwechsel;
- ◆ **ROGGEN NIMMT WENIGER SCHADSTOFFE**, z.B. Quecksilber, Blei von Boden auf;
- ◆ **BIOLOGISCH AKTIVE VERBINDUNGEN** stärken das Immunsystem.



Das Roggenbrot

In lettischen Haushalten war das Roggenbrot schon immer eines der Grundnahrungsmittel – und ist daher auch heute noch einer der lettischen Symbole.

Traditionelles lettisches Roggenbrot wird mit Mehl der lokalen, historisch angebauten Roggensorten mit natürlichem Sauerteig zubereitet, von Hand geformt und auf dem Boden eines Holzbackofens gebacken.

Das gesüßte („*salināta*“) Roggenbrot ist dunkel, mit angenehmem Aroma gebackenen Brotes und der Kümmel, mit spürbarem süßen und säuerlichen Roggenbrotgeschmack. Das lettische Wort „*salināt*“ bedeutet „süßen“, zum Bei-

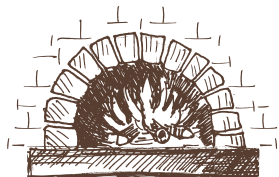
spiel, indem das Mehl mit heißem Wasser gebrüht wird. Das ist ein altes Wort, das öfter in Kurzeme verwendet wird, wo das Roggenbrot das „gesüßte“ oder das „lange“ Brot genannt wird.

Das Backen von traditionellem Roggenbrot dauert zwei Tage. Das Mehl wird mit kochendem Wasser gebrüht, der Teig wird in einem Backrog oder in einer Mulde mit dem Sauerteig gemischt, wobei Malz und Kümmel hinzugefügt werden. Dem Teig wird auch Zucker hinzugefügt. Das verstärkt die Gärung und verleiht dem Brot den besonderen süßsaurigen Geschmack, was für das in anderen Ländern gebackene Roggenbrot nicht charakteristisch ist. Damit der Teig gut gärt, muss er lange von Hand geknetet werden. Der Teig wird viele Stunden gegärt und in heißem Holzofen auf Ahornblättern oder im Winter – auf Kleien gebacken. Das Roggenbrot wird nach Traditionen der Vorfäter in großen Laiben gebacken und es kann bis zu zwei Wochen aufbewahrt werden. Während des Backens verliert das Roggenbrot keine Nährwerte, der Gehalt der Ballaststoffe bleibt gleich, die Vitamine der B Gruppe sind hitzebeständig. In der Brotkruste gibt es viele wertvolle biologisch aktive Verbindungen.

Das lettische gesüßte Roggenbrot ist in die Liste der EU geschützten Qualitätsprodukte eingetragen worden und hat das besondere europäische Gütesiegen „Garantiert traditionelle Spezialität“ erhalten (EU-Verordnung Nr.12/2014).

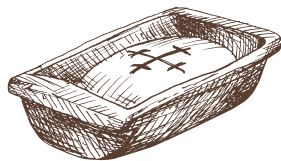


Was wird für das Backen von traditionellem Roggenbrot benötigt



DAS BACKTROG

Das Backtrog wird manchmal auch die Mulde genannt. Das ist ein großes Holz-trog, in dem der Teig von Hand geknetet wird, bis er nicht mehr an die Hände klebt – dann kann er gebacken werden. Backtröge werden meistens aus Espe oder Esche hergestellt, denn diese Holzarten verleihen dem Teig keinen zusätzlichen Geschmack. Die Backtröge werden nicht gewaschen, es werden nur die Teigreste ausgekratzt, damit die guten Bakterien bis zum nächsten Backen erhalten bleiben.



BROTSCHAUFEL

Die Brotschaufel sieht aus wie eine Holzschaufel mit einem langen Stiel. Auf die Brotschaufel werden Brotlaibe gelegt und damit in den Ofen geschoben. Auch das fertige Brot wird aus dem Ofen mit der Brotschaufel genommen.



BROTUFEN

Die Grundlage für alles ist ein vom geschickten Meister gemauerter Brotoven. Der Ofen wird ausgebrannt, die Kohle entfernt, die Asche ausgefegt und in dem heißen Ofen wird das Brot gelegt, um es zu backen.





Arten von Roggenmehl

- ◆ **GEBEUTELTES ROGGENMEHL**
das ist das feinste Mehl. Es wird hergestellt, indem man die Schale von dem Korn entfernt und nur den Kern des Kornes mahlt. Aus gebeuteltem Roggenmehl wird das Süß-Saure-Brot gebacken.
- ◆ **ROGGENSCHROTTMEHL**
etwas grober gemahlen, als das Beutelmehl; enthält einen ausreichenden Anteil von den äußeren Teilen des Kornes und den Grundteilen (Endosperm).
- ◆ **ROGGENVOLLKORNMEHL**
dieses Mehl erhält man, indem das ganze Korn samt Schale und Keimling zerkleinert wird, deswegen gibt es in diesem viel mehr Ballaststoffe, Vitamine der B-Gruppe, Eisen und Folsäure. Das Vollkornmehl kann nur 2–3 Monate aufbewahrt werden, danach wird es bitter, denn die im Keimling des Kornes befindlichen Öle oxidieren.



Arten und Sorten von Roggenbrot

- ◆ **ROGGENBROT**
– mit mindestens 90% Roggenmehl
- ◆ **ROGGENVOLLKORNBROT**
– beim Backen wird grobes Roggenvollkornmehl verwendet, das vom ganzen Korn samt Schale, Kern und Keimling in der Mühle gemahlen wird.
- ◆ **SÜß-SAURES-BROT AUS ROGGEN**
– das Süß-Saure-Brot wird aus gebeuteltem Roggenmehl zubereitet, das vorher gebrüht worden ist.
- ◆ **ROGGENBROT MIT SAMEN UND KÖRNERN**
– dem Teig werden ganze, gespaltete, aufgequollene Körner und verschiedene Samen hinzugefügt.
- ◆ **ROGGENBROT MIT GETROCKNETEM OBST UND BEEREN**
– dem Teig werden getrocknete Rosinen, Pflaumen, Moosbeeren, Karotten oder andere beliebige Zutaten hinzugefügt.

Gerichte aus Roggenkörnern und -mehl

Beeinflusst von den Prinzipien gesunder Ernährung kehren wir oft zu den Gerichten aus Großmutterns Zeiten zurück, die aus Vollkornmehl oder Körnern zubereitet werden.



SAUERTEIGBROT IN EINER BACKFORM

Immer öfter backen lettische Frauen Roggenbrot mit Sauerteig in einer Backform zu Hause. Im Gegensatz zum echten bäuerlichen Roggenbrot, kann man es gut im einfachen elektrischen Ofen backen. Der Teig wird aus Roggenmehl gemacht, dem Sauerteig, Salz, Zucker und warmes Wasser hinzugefügt wird. Nach Wunsch können Malzextrakt, Kümmel und andere Samen hinzugefügt werden, die einen besonderen Geschmack verleihen. Das Kneten des Teigs ist relativ leicht. Der Teig wird in die Formen verteilt, auf der oberen Seite werden Zeichen gezogen. Das klassische Zeichen für Roggenbrot ist das Māra-Kreuz, aber jede Bäcker kann ein eigenes Zeichen als sein Firmenzeichen aussuchen. Das Brot wird in der Form mehrere Stunden vergort, etwas länger als eine Stunde gebacken, dann wird es aus der Form genommen, bedeckt und bis zum nächsten Tag zum Abkühlen gelassen und dann kann man es essen.

PFANNKUCHEN AUS ROGGENMEHL

Aus Roggenmehl gelingen sehr leckere Pfannkuchen mit knusprigem Rand und angenehmer Struktur. Den Teig macht man mit Kefir oder Milch, man fügt Eier hinzu, ein bisschen Salz und Zucker, Natron oder Backpulver, dann lässt man den Teig aufquellen. Auf einer heißen Pfanne backt man kleine Pfannkuchen, die man mit saurer Sahne, Marmelade oder frischen Beeren isst. Man kann auch herzhaftere Pfannkuchen backen und sie mit Sahne und Lachs oder Hering servieren. Herzhaftere Pfannkuchen schmecken auch mit Pilzsoße gut. Wenn man große, dünne Pfannkuchen backen möchte, muss dem Roggenmehl auch Weizenmehl hinzugefügt werden.



VEISTEKNIS

Veisteknis ist eine Art von Roggenbrot, das nach einem alten Rezept in Latgale gebacken wird. Der Teig wird ähnlich wie für das bäuerliche Roggenbrot zubereitet, indem heißes Wasser über das Roggenmehl gegossen wird, Salz, Zucker, Kümmel und Sauerteig hinzugefügt wird, der Teig gründlich geknetet wird und lange in einem warmen Ort gegärt wird. Wenn der Teig vergort ist, wird in kleine Würfel geschnittener Räucherspeck hinzugefügt, dann werden kleine Laibe geformt, die im heißen Ofen gebacken werden. Zum Teig können auch klein geschnittene Zwiebel hinzugefügt werden. Solches Brot ist für lange Reisen, bei physischer Arbeit oder bei aktiver Erholung in der frischen Luft geeignet. Es ist mehr sättigend als gewöhnliches Brot, kann länger aufbewahrt werden und ist sehr lecker auch ohne jeglichen Aufstrich. Schneide einfach eine Scheibe ab und du wirst lecker essen und satt werden

PIROGGEN UND TÖRTCHEN

Lettische Feste sind ohne Speckpiroggen nicht vorzustellen; man kann sie auch aus Roggenteig backen und mit duftendem, in Würfeln geschnittenen, geräucherten Speck füllen, der mit Zwiebeln angebraten ist. In den lettischen Regionen gibt es interessante Traditionen des Törtchenbackens. In Latgale wird kakorka gebacken – in eine Pflanze werden auf einer runden Roggenmehlbasis Scheiben von geräuchertem Fleisch gelegt, sowie krapavņika – auf ähnlicher Basis werden mit Salz und Butter angebratene Karotten gelegt, danach werden sie im Backofen gebacken. Kakorka und krapavņika werden auch die Pizzas von Latgale genannt. In Kurzeme werden aus den Resten des Roggenbrotteigs kleine Törtchen gebacken, die plades genannt werden, die mit saurer Sahne und Zucker, Karotten oder Speck belegt werden. Zur Freude der Kinder werden kleine Entlein-Figuren aus Roggenmehlteig gebacken. Sowohl die Piroggen, als auch die Törtchen können bald nach dem Backen gegessen werden.





SKLANDRAUSIS

Sklandrausis ist ein traditionelles Gericht aus Kurzeme und dem Livland. Sklandrausis werden zu Festen der Sonnenwende gebacken, da sie wegen ihrer schönen orangenen Farbe wirklich sonnig aussehen. Der Boden von Sklandrausis wird von einem festen, dünn ausgerollten, hefefreien Roggenteig gemacht, aus dem Teig wird ein Rand geformt – ein „Zaun“ bzw. das lettische, „landschaftliche“ Wort ist „Sklandas“ – woher auch der Name stammt. Die Füllung wird aus Kartoffeln, Karotten, Sahne und Zucker zubereitet. Man kann ein bisschen Kümmel oder gemahlene Zimt darüber streuen. Die Törtchen wurden ehemals in der Asche eines Lagerfeuers gebacken, heutzutage wird es in einen Ofen getan, bis der Teig knusprig ist, der Zucker geschmolzen und der Geschmack der einzelnen Zutaten sich verbunden hat. Sklandrausis ist in das Register der „Garantiert traditionellen Spezialitäten“ der Europäischen Kommission eingetragen worden (EU-Verordnung Nr. 978/2013).



PFEFFERKUCHEN AUS ROGGENMEHL

Roggenpfefferkuchen – delikates, traditionelles Gebäck zur Wintersonnenwende. Der Teig wird zubereitet, indem man Honig, Zucker und Butter zusammen mit gemahlene Gewürzen – Zimt, Gewürznelken, Koriandersamen, Piment und schwarzem Pfeffer sowie Muskatnuss – aufwärmt. Dazu passen auch Kardamom, Ingwer, sogar Koriander oder geriebene Zitronenschale. Wenn der Zucker geschmolzen ist, wird Natron hinzugefügt, dann lässt man die Masse etwas abkühlen, danach fügt man die Eier und das Mehl hinzu, knetet den Teig, wickelt ihn ein und lässt ihn ziehen. Vor dem Backen wird der Teig dünn ausgerollt und Gebäck verschiedener Formen ausgepresst. Wünscht man sich eine glänzende Oberfläche, kann man die Pfefferkuchen mit verquirltem Ei bestreichen, aber auch eine nicht glasierte Oberfläche des Roggenteigs sieht nach dem Backen schön aus. Der würzige, verlockende Duft füllt beim Backen das Zuhause mit festlicher Stimmung. Damit die Pfefferkuchen knusprig bleiben, müssen sie in einem geschlossenen Gefäß aufbewahrt werden. Dank der niedrigen Feuchtigkeit dieses Gebäcks, kann es mehrere Monate lang aufbewahrt werden.



ROGGEN-KNÄCKEBROT

Knäckebrötchen ist eine Art von Roggenbrot, welches anhand skandinavischer Traditionen bekannt wurde. Auch in Lettland wird es immer beliebter. Der Teig wird aus Roggenmehl, Buttermilch oder Kefir, etwas Öl, Natron, Salz und Zucker zubereitet. Nach Wunsch kann auch Kümmel hinzugefügt werden. Es ist empfehlenswert, auch zerkleinerte Leinsamen hinzuzufügen, damit das Roggenmehl besser klebt. Es ist wichtig, dass der Teig gut ausgerollt werden kann. Je dünner der Teig auf dem Backblech ausgerollt werden kann, desto besser wird das Knäckebrötchen schmecken. Das Brot kann vor dem Backen mit Wasser angefeuchtet und mit einer Samenmischung bestreut werden. Nach dem Backen muss es sofort geschnitten und noch etwas getrocknet werden. Oder man kann auch schon abgekühltes Knäckebrötchen in unregelmäßige Stücke brechen. Das Knäckebrötchen kann alleine oder mit verschiedenen Belägen gegessen werden, ähnlich wie belegte Brötchen.



ROGGENBROT-TORTE

Ein fester Bestandteil der nationalen lettischen Küche ist die Roggenbrot-Torte, die oft zum Unabhängigkeitstag gebacken wird. Roggen – Kraft der lettischen Landgebiete, Beeren – Geschmack der lettischen Wälder, Sahne – der festliche Gruß lettischer Kühe. Der Kuchen wird wie folgt gemacht: Zu den separat mit Zucker verquirlten Eigelben fügt man Roggen-Semmelbrösel hinzu, dann gibt man steif geschlagenes Eiweiß hinzu, streicht den Teig glatt auf ein Backblech und backt im Ofen runde oder viereckige Biskuits. Wenn sie abgekühlt sind, wird eine Schicht auf die andere gelegt und mit Preiselbeer-, Moosbeer- oder Rhabarbermarmelade gefüllt – die Marmelade muss säuerlich-würzig sein. Die Torte wird mit frischer Schlagsahne und frischen Beeren dekoriert. Außer dieser klassischen Variante der Torte gibt es auch verschiedene moderne Variationen, die mit einem aromatischen alkoholischen Tropfen ergänzt werden, mit einer anderen Creme oder mit Biskuits, die nur aus Eiweiß mit geriebenem Roggenbrot gebacken werden – es gibt endlose Varianten. Man kann auch eine Roggenbrot-Biskuitrolle mit Creme und Beeren backen.



DAS HIRTENBRÖTCHEN

Das Hirtenbrötchen ist ein Gericht aus Latgale mit einer Geschichte. Solche Brötchen wurden früher den kleinen Hirten mitgegeben, die den ganzen Tag auf dem Feld und der Wiese verbracht haben. Die Brötchen wird aus Teigresten gemacht, und sie werden vor dem Backen mit Speckwürfeln oder mit Quark gefüllt, um sie sofort in die Dose reinlegen zu können. Für das Roggenbrot ist es charakteristisch, dass man es - anders als Weizenbrot - heiß, d.h. sofort nach dem Backen, nicht essen kann. Doch das Aroma während des Brotbackens ist so angenehm, dass man kaum den nächsten Tag erwarten kann und ein bisschen probieren muss. In diesem Fall können die Hirtenbrötchen nützlich sein - von dem selben Teig kann man kleine Brötchen zubereiten. Sie kühlen schneller ab und können noch am gleichen Tag gegessen werden.



KWAS AUS ROGGENBROT

Kwas ist ein sehr altes, traditionelles Getränk, das eine ähnlichen Herstellungsgeschichte wie Bier aufweist. Kwas wird aus getrockneten Roggenbrotscheiben hergestellt, die im kochenden Wasser eingeweicht werden. Durch das Zufügen von Zucker oder Honig und Hefe wird das Getränk „belebt“, damit es zu gären beginnt. Richtig zubereiteter und gut gegorener Kwas löscht den Durst und erfrischt. Obwohl man der Geschmack insgesamt als süß beschreiben kann, sollte er auch etwas sauer mit leicht bitterer Note sein. Guter Kwas ist schäumend, dickflüssig und spritzig. Natürlich gegorener Kwas kann nur sehr kurze Zeit aufbewahrt werden, auch im Kühlschrank. Doch sein Geschmack ist im Vergleich zu dem aus Konzentrat hergestellten Kwas unvergleichbar besser.

Gerichte und Snacks aus Roggenbrot

Obwohl das Roggenbrot seinen eigenen kräftigen Geschmack hat, passt es mit anderen Produkten gut zusammen und kreierte somit einen neuen Genuss. In der Küche geschickter Wirte wird hartes, trockenes Roggenbrot zu leckeren Gerichten verwandelt. Die Zubereitung solcher Süßspeisen entspricht perfekt den neuesten Trends, ein gesundes Leben zu führen, denn auf diese Weise kann man die Brotkruste und die Endstücke hervorragend verwenden, die sich im Laufe der Zeit angesammelt haben.



GERÖSTETES ROGGENBROT

Von dem würzigen Aroma des gerösteten Roggenbrots, das die Aromen von Roggen, Malz, Kümmel und Knoblauch bilden, läuft einem das Wasser im Munde zusammen. Das geröstete Roggenbrot wird so zubereitet: Das Roggenbrot wird in kleine Scheiben oder längliche Stücke geschnitten und auf der Pfanne in Pflanzenöl geröstet, bis es knusprig und schön braun wird. Danach wird es mit fein gewürfelm, lettischen Knoblauch und grobem Salz ergänzt, und man lässt alles etwas einziehen. Das geröstete Roggenbrot ist ein traditioneller Snack zum kalten Bier, aber auch ohne schmeckt es gut. Oft wird es zusammen mit anderen herzhaften Snacks serviert – Käsescheiben, mariniertem Gemüse, würzigen Saucen und Nüssen. Da man das geröstete Brot lange aufbewahren kann, ist es ein beliebtes Souvenir.



SCHICHTDESSERT AUS ROGGENBROT

Das Schichtdessert aus Roggenbrot ist eine Süßspeise aus Roggenbrot, die an manchen Orten „Ambrosia“ genannt wird. Es wird von geriebenem, trockenem Roggenbrot zubereitet, das man auf der Pfanne mit etwas Butter, Zucker und Zimt anbraten kann. Das Dessert wird mit Schlagsahne und einer Marmelade aus sauren Beeren ergänzt. Die beliebtesten Marmeladen sind aus Preisel-, Moos- und schwarzen Johannisbeeren. Das Schichtdessert kann man in einem großen Gefäß oder in kleineren Gefäßen für je eine Portion zubereiten. Es wird in Schichten aus Roggen-Semmelbrösel, Sahne und Marmelade angerichtet. Wenn die Roggenbrotschichten dünn sind, kann man das Dessert sofort essen und die Knackigkeit des Brotes genießen. Wünscht man sich weiche Schichten muss man für das Dessert etwas Zeit einplanen, in der es einziehen kann.



BROTSUPPE

Die Brotsuppe ist eine der beliebtesten lettischen Süßspeisen; das klassische Grundrezept ist in vielen Generationen weitervererbt worden. Sie wird zu Hause, in ländlichen Restaurants und Gasthäusern zubereitet, auch etwas angepasster, für die Anforderungen der modernen Küche, wird sie auch in feinen Restaurants genossen. Die Brotsuppe wird aus altbackenem Brot gemacht, das zuerst geröstet wird, dann eingeweicht und zusammen mit getrockneten Äpfeln, schwarzen Pflaumen, Aprikosen und Rosinen gekocht wird. Die Dicke der Suppe kann sich bei jedem Wirt etwas unterscheiden, aber die Suppe muss ausreichen dick sein, mit spürbarer Struktur des Roggenbrots. Als Gewürze werden Zucker und Zimt verwendet. Manchmal geben Wirte etwas Moosbeerensaft für einen saureren Geschmack hinzu. Der Nachtisch wird gekühlt mit Schlagsahne serviert.



BELEGTE SCHNITTCHEN

Eine ordentliche Scheibe Roggenbrot mit Belag wird bei Letten zum Frühstück, Nachmittagsimbiss oder zum Abendessen auf den Tisch gebracht und bei Festen wird es als Snack serviert. Seit jeher beliebt sind frische Butter, Honig und Milch zum Roggenbrot. Man ist es auch mit einer Scheibe Speck zusammen, oder mit Quark, der mit saurer Sahne, gerösteten Hanfsamen, Kräutern oder Radieschen gemischt ist. Roggenbrot schmeckt hervorragend mit gesalzenem oder geräuchertem Fisch, Sprotten, Käse, Tomaten und Gurken. Für den festlichen Tisch werden die Schnittchen als Snack kleiner gemacht und das oben genannte wird mit feineren Belägen ergänzt – verschiedenen Aufstrichen, Marmeladen, Samen, Sprossen, Würzen und Zitronenscheiben.



Feste und Veranstaltungen



DER BROT-TAG IN DER WINDMÜHLE VON ĀRAIŠI

Jedes Jahr am letzten Sonntag im Juli treffen sich die Brot-Bäcker und –verehrer, Brot-Esser und Volk, die alte Traditionen schätzen, auf dem Hügel der Windmühle zum Jakobifest – dem alten Fest des Brotes, das aus der neuen Roggenernte gebacken ist. Die Besucher nehmen an den Brotbackwerkstätten teil, sowie an kreativen Werkstätten, die Kinder gehen mit Freunde auf dem „Laibpfad“ spazieren, es wird musiziert und es werden Spiele gespielt. Es findet der „Laibchen-Markt“ statt, die Windmühle ist in Betrieb.



DIE BROTTSTRASSE WÄHREND DES RIGAER STADTFESTS

Der Verein der lettischen Bäcker nimmt **jedes Jahr am Rigaer Stadtfest** teil und erstellt im Zentrum eine „Brotstraße“. Die Bäckerzunft wird durch die aktivsten Bäckereien Lettlands, ihre Bäckermeister und -gesellen vertreten. Die ganze Straße entlang backen die Bäcker verschiedene Köstlichkeiten, erzählen über die Entstehung und Legenden des Brots, laden ein, sich an den Aktivitäten der Bäckermeister und -gesellen teilzunehmen – Rätsel zu raten, Getreide, altes Backwerkzeug und Brotzutaten zu erkennen.

Auf der „Brotstraße“ kann jeder sowohl schon bekanntes Brot und verschiedene Back- und Teigwaren kennenlernen, kosten und kaufen, als auch ganz neue – gesunde und für den modernen Verbraucher kreierte Brotarten.



DAS MILCH-, BROT- UND HONIGFEST VON JELGAVA

In Jelgava findet **jedes Jahr Ende August** das Milch-, Brot- und Honigfest statt, in dem die Besucher willkommen sind, die leckersten Milch-, Brot- und Honigprodukte aus ganz Lettland zu kosten und zu kaufen. Die festliche Stimmung wird durch eine Freilichtbühne ergänzt, auf der Chore, Volksmusiker-Ensembles und -Gruppen auftreten. Den ganzen Tag finden Verkostungen und Wettbewerbe statt, in denen die beliebtesten Honig- und Brotprodukte ausgewählt werden. Während des Fests gibt es auch verschiedene kreative Workshops und Sportaktivitäten



Zu Gast bei
Roggenbrotbäckern

www.countryholidays.lv/ryeroad

Zu Gast bei Roggenbrotbäckern

Eine Führung und das Brotbacken im landwirtschaftlichen Betrieb „Caunītes”

www.caunites.lv

KONTAKTINFORMATION

“Caunītes”, Cenu pag.,
Ozolnieku nov. LV-3018, Lettland
Tel. +371 26352395
E-mail: jscaunites@inbox.lv

KONTAKTPERSON/WIRTIN

Santa Rubene

„Caunītes” ist ein Ort, an dem alle die willkommen sind, die lettische Atmosphäre und Gemeinschaft genießen möchten. Unter der Leitung der Landwirtin kann jeder im Holzofen seinen eigenen süß-sauren Brotlaib oder Wasserbrezeln backen.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Das „Mittagessen eines Müllers“ in der Windmühle Āraiši

KONTAKTINFORMATION

„Vējdzirnavas“, Drabešu pag.,
Amatas nov., LV-4101, Lettland
Tel. +371 29238208
E-mail: vineta.cipe@inbox.lv

KONTAKTPERSON/WIRTING

Vineta Cipe

Auf den vier Etagen der Windmühle kann man nachverfolgen, wie das Getreide früher gemahlen wurde und man kann auch die eigenen Fähigkeiten beim Mahlen von Getreide ausprobieren. Zum „Mittagessen des Müllers“ werden ein mit Milch aus dem Betrieb zubereiteter Gerstenbrei mit Fleischsoße, Roggenbrotsuppe mit Schlagsahne und ein Schichtdessert aus Roggenbrot mit Moosbeeren und Schlag-sahne serviert. Die Eigentümer der Windmühle feiern jedes Jahr am letzten Sonntag in Juli das Jakobifest – das Fest des Brotes aus neuem Roggen, an dem sich die Einwohner von Vidzeme treffen, die Brot im Alltag zu Hause backen.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Köstlichkeiten aus Latgale in der Bäckerei „Dziles“

www.dziles.lv

KONTAKTINFORMATION

Zaļā iela 9, Malnava, Malnavas pag.,
Kārsavas nov., LV-5750, Lettland
Tel. +371 26538016
E-mail: dziles@dziles.lv

KONTAKTPERSON/WIRTING

Aina Barsukova

Das Brot von „Dzīles“ ist ein Erkennungssymbol von Kārsava – das sind: Roggenbrot mit Preiselbäermarmelade, Brot mit getrockneten Tomaten und Thymian und andere Brotsorten. Den Gästen wird eine Mahlzeit angeboten, sowie die Möglichkeit, zusammen zu kochen und zum Schluss gibt es die besondere Torte von „Dzīles“ oder die süßen Piroggen – Asuškas. Es ist möglich Brot zum Mitnehmen zu kaufen. Die Bäckerei „Dzīles“ bietet Lernen, selbst zu Backen und zu genießen an.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Das Brot aus Kurzeme in „Bērziņi“ in Jūrkalne

KONTAKTINFORMATION

„Bērziņi“, Jūrkalnes pag.,
Ventspils nov., LV-3626, Lettland
Tel. + 371 29471655

E-mail: jurislavostovskis@inbox.lv

KONTAKTPERSON/WIRTIN

Juris Lastovskis

Im Haus „Bērziņi“ wird köstliches Roggen- und Weizenbrot nach alten Familienrezepten gebacken. Der Geschmack und das Aroma werden dem Brot durch einen besonderen Ofen verliehen, der mehr als 70 Jahre alt ist, sowie das an alte Zeiten erinnernde Backwerkzeug: ein Backtrog, die Brotschaufel und die Trogscharre.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Ein Wochenende mit Brotbacken im Café „Kukaburra“

www.facebook.com/latviesuvirtuve

KONTAKTINFORMATION

„Sargji“, Launkalnes pag.,
Smiltenes nov., LV-4718, Lettland
Tel. +371 26188872

E-mail: janisk@hotmail.lv

KONTAKTPERSON/WIRTIN

Jānis Kriekšis

Im Café „Kukaburra“ des landwirtschaftlichen Betriebs „Buliņi“ wird jedes Wochenende echtes Roggenbrot gebacken; die Gäste können sich am Mahlen von Mehl und am Brotbacken beteiligen. In dem lettischen Café kommen beliebte Gerichte auf den Tisch, die aus Zutaten von den örtlichen Bauern zubereitet werden.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Auf dem Pferderücken um Roggenfelder - im Pferdehof „Klajumi“

www.klajumi.lv

KONTAKTINFORMATION

„Klajumi“, Kaplavas pag.,
Krāslavas nov., LV – 5668, Lettland
Tel. +371 29472638
E-mail: ilze@kraslava.lv

KONTAKTPERSON/WIRTIN

Ilze Stabulniece

Im Hof „Klajumi“ kann man einen Eindruck eines echten ländlichen Umfelds bekommen und im Naturpark „Daugavas loki“ kann man die Landschaften des weißrussischen Grenzgebiets vom Pferderücken aus genießen. Die Küche des Pferdehofs „Klajumi“ serviert zum Frühstück gebackene Scheiben vom Roggenbrot mit Schinken auf den Tisch, aber zum Mittagessen – Brötchen mit Speck, Sprotten oder Hecht. Hier ist Literatur über das Brotbacken und über Speisen, die auf den Tisch kommen, für die Gäste verfügbar. Hier sind alte für das Brotbacken vorgesehene Werkzeuge zu sehen. Der Betrieb hat eine Kooperation mit mehreren Bäckern aus Latgale in Krāslava, Aglona und Andrupene, deswegen können die Gäste verschiedene Brote genießen und vergleichen.



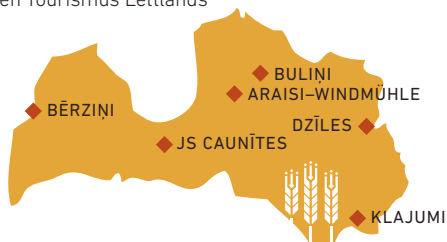


Über das Projekt „Der Roggenweg“

Das Projekt „Das Produkt des kulinarischen Tourismus „Der Roggenweg““ (19-00-A01630-000002) ist eine Initiative der Kooperation mehrerer Unternehmer des ländlichen Tourismus, mit dem Ziel, ein landesweites Produkt des kulinarischen Tourismus, den „Roggenweg“ zu entwickeln und zu popularisieren, welcher thematisch auf der Erhaltung der Traditionen von Roggenbrot und Roggenprodukten in Lettland basiert.

DIE PROJEKTPARTNER:

- ◆ Assoziation des ländlichen Tourismus Lettlands
„Lauku ceļotājs“
- ◆ SIA „JS Caunītes“
- ◆ Frau Vineta Cipe,
die Araisī-Windmühle
- ◆ IK „Dzīles“
- ◆ ZS „Bērziņi“
- ◆ ZS „Buliņi“
- ◆ ZS „Klajumi“



www.countryholidays.lv/ryerod

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
EIROPA INVESTĒ LAUKU APVIDOS
Eiropas Lauksaimniecības fonds
lauku attīstībai

Atbalsta Zemkopības ministrija un Lauku atbalsta dienests.

Diese Publikation ist im Rahmen des Projekts „Das Produkt des kulinarischen Tourismus „Der Roggenweg““ erstellt worden, dessen Ziel ist es, ein landesweites Produkt des kulinarischen Tourismus, den „Roggenweg“ zu entwickeln und zu popularisieren, welcher thematisch auf der Erhaltung der Traditionen von Roggenbrot und Roggenprodukten in Lettland basiert.

Reisekarte „Der Roggenweg“

Der Initiative „Roggenweg“ sind auch andere bäuerliche Unternehmer beigetreten, die Roggenbrot nach traditionellen oder in ihren Familien in mehreren Generationen entwickelten Rezepten backen, verschiedene Gerichte aus Roggenbrot oder Roggenmehl zubereiten und für die Gäste servieren. Die Wirte zeigen den Besuchern, wie Brot hergestellt wird und lassen sie ausprobieren, z.B. einen eigenen Brotleib zu backen, bieten gesunde und leckere Gerichte aus Roggenkörnern und –mehl und Getränke auf Roggenbasis an, und erzählen von den Traditionen, die mit Roggen und Brot verbunden sind. Hier sind sie immer herzlich willkommen. Sie können ihre Fahrt entlang des „Roggenwegs“ mit Hilfe der Karte samt Beschreibungen und Kontaktinformationen planen, die dieser Broschüre beigefügt sind.

www.countryholidays.lv/ryerod



Lauku Ceļotājs

Baltic Country Holidays

“Lauku ceļotājs” ist ein professioneller Verein für ländlichen Tourismus, der 1993 gegründet wurde und seine Mitglieder – verschiedene Unternehmer für ländlichen Tourismus in ganz Lettland – vereint. Unser Büro befindet sich in Riga. Wenn Sie bei der Planung Ihres Urlaubs in Lettland, Litauen oder Estland Rat benötigen, können Sie uns gerne anrufen, anschreiben oder in unser Büro kommen. Unsere Mitarbeiter kennen sich in Sachen Unterkunftsanfrage sehr gut aus.

Adresse: Kalnciema 40 (3. Stock), Riga, Lettland

Telefon: +371 67617600

E-mail: lauku@celotajs.lv

www.countryholidays.lv



Lauku Ceļotājs
Baltic Country Holidays

„Lauku ceļotājs” ist ein professioneller Verein für ländlichen Tourismus, der 1993 gegründet wurde und seine Mitglieder – verschiedene Unternehmer für ländlichen Tourismus in ganz Lettland – vereint.

Unser Büro befindet sich in Riga. Wenn Sie bei der Planung Ihres Urlaubs in Lettland, Litauen oder Estland Rat benötigen, können Sie uns gerne anrufen, anschreiben oder in unser Büro kommen. Unsere Mitarbeiter kennen sich sehr gut mit den angebotene Unterkunftsmöglichkeiten aus.

KONTAKT:
Kalnciema iela 40, Riga,
LV-1046, Lettland
Tel.: +371 67617600
E-Mail: lauku@celotajs.lv
www.countryholidays.lv

www.countryholidays.lv/ryerod

DER ROGGENWEG

Der Roggenweg“ lädt Sie zu Besuch bei Unternehmer im ländlichen Raum ein, die Roggenbrot nach traditionellen oder in ihren Familien in mehreren Generationen entwickelten Rezepten backen, verschiedene Gerichte aus Roggenbrot oder Roggenmehl zubereiten und sie Gäste aufsuchen. Die Gastgeber zeigen den Besuchern, wie Brot hergestellt wird, bieten Meisterklassen im Zubereiten von Brot und Roggengerichten an, erzählen von Traditionen im Zusammenhang mit Roggen und Brot.

Dieses Angebot des kulinarischen Tourismus ist für diejenigen gedacht, die natürliche und gesunde Nahrung schätzen, denen die Energie, die Nährwerte und die Herkunft der Lebensmittel von Bedeutung sind, sowie diejenigen, die über die kulinarischen Traditionen von Roggen erfahren und etwas neues lernen möchten.

Die Karte ist ein Anhang zur Broschüre „Der Roggenweg“. In der Broschüre werden die beliebtesten Gerichte vorgestellt, zu deren Zubereitung Roggenkörner und Mehl verwendet werden und die Sie auf dem „Roggenweg“ probieren können.

www.countryholidays.lv/ryerod

DIE PARTNER DES PROJEKTES „DER ROGGENWEG“:
Lettischer Verein für ländlichen Tourismus „Lauku ceļotājs“, GmbH „JS Caunites“, Frau Vīneta Cīpe, „Āraisi-Windmühle“, Einzelunternehmer „Dziles“, landwirtschaftlicher Betrieb „Bērziņi“, landwirtschaftlicher Betrieb „Bulīņi“, landwirtschaftlicher Betrieb „Kļajumi“.

NACIONĀLAIS ATĪSTĪBAS PLĀNS 2020
Atbalsta Zempkopības ministrija un Lauku atbalsta dienests.
Projektname: Kulinarisches Tourismusprodukt „Roggenweg“.
Projektnummer: 19-00-A01630-000002



www.countryholidays.lv/ryerod

<p>1 SMILTĪŅU-BROT</p> <p>Vitoli iela 18, Ventspils, Ventspils nov. GPS 57.38365; 21.56203 Tel. +371 29 148 301</p> <p>Die Wirte haben den Brotöfen der vierten Generation restauriert, um die Tradition des Brotbackens fortzusetzen. In den vom Küstenfreilichtmuseum Ventspils organisierten Veranstaltungen wird angeboten, traditionelle lettische Gerichte zu verkosten, die dem Rhythmus der Jahreszeiten entsprechen.</p> <p>Im Smiltiņu-Haus in Ventspils können die Gäste sehen, wie das Roggenbrot und Haferlockenbrot gebacken werden.</p>	<p>2 CAMPING UND FERIENHAUS ŪŠI</p> <p>„Ūši“, Kolka, Kolkas pag., Dundagas nov. GPS 57.54949; 22.59617 Tel. +371 29475692</p> <p>Der Betrieb befindet sich im historisch von Liven bewohnten Gebiet im Nordwesten Lettlands, und auf die Zubereitung von traditionellen livischen Gerichte spezialisiert ist.</p> <p>Backen Sie Sklandrausis aus nicht fermentiertem Roggenmehlteig. Meisterklassen im Zubereiten von Sklandrausis für Gruppen bis 10 Personen, 2 Std.</p>	<p>3 Sklandrausī-Bäckerin ELMA ZADIŅA</p> <p>„Jaunsniķi“, Dundagas pag., Dundagas nov. GPS 57.509919; 22.352394 Tel. +371 26111364, +371 26338797</p> <p>Heimbäckerin Elma Zadiņa in Dundaga, Kurzeme.</p> <p>Bereitet Sklandrausis aus Roggenmehl zu sowie ein altes lettisches Nachtischgericht – Pūtelis. Dafür wird gemahlene Weizen- und Roggenmehl verwendet. Verkostung von Pūtelis und Sklandrausis.</p>	<p>4 Gehölt BĒRZIŅI</p> <p>„Bērziņi“, Jūrkalnes pag., Ventspils nov. GPS 56.99417; 21.39072 Tel. +371 29471655</p> <p>Im Haus „Bērziņi“ wird köstliches Roggen- und Weizenbrot nach alten Familienrezepten gebacken. Der Geschmack und das Aroma werden dem Brot durch einen besonderen Ofen verliehen, der mehr als 70 Jahre alt ist, sowie das an alte Zeiten erinnernde Backwerkzeug; ein Backtrog, die Brotschaufel und die Trogscharr.</p> <p>Das Roggenbrot kann man bestellen. Oder nach vorherigen Anmeldung seinen eigenen Brotlaib backen.</p>	<p>5 Bäckerei, Camping IEVLEJAS</p> <p>„Ievlejas“, Saka, Pāvilostas nov. GPS 56.84877; 21.20806 Tel. +371 29124128</p> <p>Biologischer Landwirtschaftsbetrieb und Camping. Im Angebot gibt es süß-saures Roggenbrot, süß-saures Roggenbrot mit Erbsen, Knoblauch, Samen, Hanf, auch ohne Zucker.</p> <p>Hier wird süß-saures Brot in einem Holzofen nach einem alten Familienrezept aus selbst angebauten, historischen Roggenmehlorten gebacken. Brotbrösel aus Roggenbrot, geröstetes Knoblauchbrot, Programme für Gruppen ab 10 Pers.</p>
<p>6 DIE BÄCKEREI ALEJAS</p> <p>„Alejas“, Rucavas pag., Rucavas nov. GPS 56.16364; 21.15999 Tel. +371 29383994</p> <p>Die Bäckerei und das Gästehaus. Das Brot wird mit Sauerteig hergestellt und in einem Holzofen gebacken. Nach vorherigen Vereinbarung ist es möglich, das Brot zum Mitnehmen zu kaufen.</p> <p>Verschiedene Roggenbrote (gewöhnliches Roggenbrot, süß-saures Roggenbrot mit oder ohne Zusätze, Roggenbrot mit Früchten usw.), geröstetes Knoblauchbrot sowie verschiedene Arten von Weißbrot, Meisterklassen im Brotbacken und der Zubereitung von typischen Gerichten von Lejaskurzeme, Brotverkostung.</p>	<p>7 Traditionsaus Haus Rucava ZVANĪTĀJI</p> <p>„Zvanītāji“, Rucavas pagasts, Rucavas nov. GPS 56.16159; 21.16148 Tel. +371 26814051</p> <p>In dem Holzgebäude in Rucava aus dem Ende des 19. Jahrhunderts können Sie das Lebensumfeld kennenlernen, in dem die Menschen vor mehr als 100 Jahren in Lejaskurzeme lebten. Die Frauen aus Rucava organisieren hier gemeinsame Abend-, Veranstaltungen zum Singen und Spielen, Tanzabende, weben nützliche Dinge.</p> <p>Gruppenprogramme „Gemeinsamer Abend“ und „Rucava Ehrenfest“ mit Gerichten aus Lejaskurzeme – Kartoffel mit weißer Butter, Klöße oder Saurebrei (Gerstenbrei mit Dickmilch), Echtes Roggenbrot vom Lande mit Honig.</p>	<p>8 Bäckerei SĀLDUS MAIZNIEKS</p> <p>Kuldīgas iela 88, Saldus GPS 56.684861; 22.465333 Tel. +371 6763807590</p> <p>SIA „Saldus Maiznieks“ ist ein Familienunternehmen in der zweiten Generation, das seit 1992 ausgezeichnetes Roggenbrot und Feingebäck backt sowie geröstetes Knoblauchbrot produziert. Die Qualität der Arbeit wird von drei Bäckern überwacht. Produkte können im Laden der Bäckerei gekauft werden.</p> <p>Das Roggenbrot wird aus gerührtem Mehl und Sauerteig zubereitet. Meisterklassen und Führungen werden von einer Gesellin des Backhandwerks, geleitet. Meisterklasse im Backen von Roggenbrot, süß-saurem Brot und Weißbrot.</p>	<p>9 PASTARIŅA-MUSEUM</p> <p>„Bisnieki“, Dzirciems, Zentenes pag., Tukuma nov. GPS 57.123829; 23.017192 Tel. +371 28651091</p> <p>Das Museum ist dem Schriftsteller Ernests Birziņš-Upišis (1871–1960) gewidmet, der als Kind Pastariņš (Nesthächchen) genannt wurde. 25 km von Tukums entfernt. Die historischen Gebäude sind entsprechend ihres Aussehens zur Mitte des 20. Jahrhunderts restauriert worden.</p> <p>In dem Betrieb des Museums werden Roggenbrot, Sonnenbrot und Hirtenbrot gebacken. Programm Pastariņš im Bauernhof mit Spielen, Lernen von Geschichten, traditionellem Handwerk und kulinarischem Erbe, einschließlich Brotbacken in einem echten Brotöfen.</p>	<p>10 Restaurant VALGUMA PASAULE</p> <p>„Valgums-2“, Smārdes pag., Engures nov. GPS 56.99025; 23.31550 Tel. +371 29414022, +371 63181222</p> <p>Restaurant im Erholungskomplex „Valguma pasaule“ am Ufer des Valgums-Sees. Ehemaliges Erholungszentrum der Regierung der UdSSR in der Nähe des Nationalparks Kemeru. Das Restaurant bietet sowohl auserlesene Gerichte im Glassaal als auch auf dem Feuer zubereitete Suppen an.</p> <p>Das Restaurant serviert hausgemachtes Brot aus Roggenmehl. Zum Nachtisch – das traditionelle Roggenbrot-Schichtdessert. Als Snack – verschiedene Häppchen mit Roggenbrot.</p>

WIE IST DIE KARTEN ZU BENUTZEN

Die Karte des „Roggenwegs“ ist für die Planung von Besuchen und Reisen vorgesehen. Diese Karte zeigt die 52 Teilnehmer des „Roggenwegs“, die für Besucher geöffnet sind – landwirtschaftliche Betriebe, Heimwerker, Gästehäuser, kleine Bäckereien und dazugehörige Läden, Cafés, Restaurants und Kneipen auf dem Lande, in denen Sie über die Geschichte des Brotbackens erfahren können, Roggenbrot und andere Produkte aus Roggenkörnern probieren und kaufen können, das Brotbacken erlernen können.

Auf der Karte finden Sie eine kurze Beschreibung und das Tourismusangebot eines jeden Teilnehmers des „Roggenwegs“ – besondere Roggengerichte und -getränke, Produkte, Verkostungen, Workshops und Meisterklassen für Besucher. Für jeden Betrieb sind die Kontaktinformationen angegeben.

Bei der Planung eines Besuchs sollte berücksichtigt werden, dass in der Regel eine Voranmeldung erforderlich ist, mit Ausnahme von Orten mit fester Arbeitszeit, die im Voraus abgeklärt werden muss.

Die Teilnehmer des „Roggenwegs“ können sowohl individuell als auch in Gruppen besucht werden.



ERKLÄRUNG DER SYMBOLE

Bäcker	Verpflegung	Handwerker
Anbauer und Hersteller	Besuch muss im Voraus angemeldet werden	Bestimmte Öffnungszeiten, die im Voraus abzuklären sind
Offen für Besucher (von-bis)	Unterkunft	Tourismusangebot „Der Roggenweg“
garantiert traditionellen Spezialität	Lettisches Erbe	

REISEKARTE DER ROGGENWEG



Reise durch Lettland und erfahre mehr über den Weg des Roggenkorns vom Feld bis zum Tisch!

