

Eisbein – ein Klassiker der Berliner Küche

Ein großes Stück Fleisch, das lange im Wasser gekocht wird, viele Gewürze und Gemüse – fertig ist eines der bekanntesten Gerichte, die man in Berliner Restaurants bestellen kann. Seinen Namen trägt das Eisbein aufgrund einer winterlichen Geschichte, die man sich in Berlin erzählt. Doch ob man dieses sehr fettige Fleischgericht mag, ist Geschmackssache.

Manuskript

SPRECHER:

Okay, so ein Berliner Eisbein sieht vielleicht etwas **gewöhnungsbedürftig** aus. Aber in der deutschen Hauptstadt ist es ein echtes Traditionsgericht – und bei fast allen beliebt. Oder?

FRAU 1:

Also sehr fettig möchte ich eigentlich eher nicht essen.

FRAU 2:

Ja, man muss es mögen, ich mag's.

FRAU 3:

Ja, früher mehr, aber jetzt nicht mehr, ist wahrscheinlich zu fett.

MANN 1:

Dat muss man essen, dat kann man nich' erzählen! Entweder du hast 'n vernünftiges oder du hast **eens**, dat **scheiße** schmeckt.

SPRECHER:

Gut, die Meinungen zum Eisbein gehen auseinander. Und viele denken heute bei Berliner Küche sowieso eher an **Currywurst**, **Döner** oder **Bulette**. Eisbein ist aber der Berliner Klassiker. Wir erklären euch, warum ihr beim Kochen vorsichtig sein müsst ...

JÖRGFÖRSTERA (**Fleischer**):

Pures Nitrit ist halt **streng genommen** pures Gift, ne?

SPRECHER:

... und auch, was Eisbein mit **Eislaufen** zu tun hat. In der „Dicken Wirtin“ in Berlin könnt ihr **authentische** Berliner Gerichte probieren. Das Lokal gibt es schon seit fast 100 Jahren. Auf der Speisekarte: **Königsberger Klopse**, **Leber** mit Zwiebeln oder Buletten mit **Spiegelei** – die Küche hier ist **deftig**. Und natürlich kocht Chefkoch Andreas Bonig auch den Berliner Klassiker **schlechthin**.

ANDREASBONIG (Koch):

Das klassische Berliner Eisbein: seit mehr als 100 Jahren in Berlin sehr gerne gegessen. Ich esse auch sehr gerne Eisbein. Ich persönlich ess sogar das Fett mit am liebsten, beziehungsweise: Ich ess das Fett auf.

SPRECHER:

Aber halt: Was ist überhaupt ein Eisbein? Das sollten wir hier erfahren, in der Fleischerei „Kumpel & Keule“ in einer Berliner Markthalle.

JÖRGFÖRSTERA:

Das Eisbein, das gibt's einmal als Hintereisbein, als Vordereisbein. Das hintere Eisbein [ist] hier in dem Fall etwas fleischiger als das Vordereisbein, dadurch etwas teurer. Man sagt, dass man quasi aus diesen Knochen, die **drinnen** waren, gerade aus dem Vordereisbein, dieses ... Das sieht aus wie 'ne **Schlittschuhkufe**, ne? Und früher hat man sich das tatsächlich wohl angeblich **an** die Füße **geschnallt** und ist damit über Seen ... dann **im Endeffekt** Eis gelaufen.

SPRECHER:

Nach dem **Zerlegen** wird das Eisbein noch **gepökelt**. Pökeln: Was ist das nun bitte wieder?

JÖRGFÖRSTERA:

Pökeln heißt halt, dass wir die Fleischfarbe, die wir so sehen, also quasi dieses **appetitliche** Rosa, **konservieren**.

SPRECHER:

Dafür nimmt Jörg Förstera Nitritpökelsalz. Außerdem **bekommt** das Fleisch durch **Piment, Lorbeer, Senfkörner**, Zucker und Zwiebel **einen Geschmackskick**. Zwei bis drei Tage liegt es in der **Lake**. Pökeln könnt ihr auch selbst zu Hause.

JÖRGFÖRSTERA:

Grundsätzlich sollte man nur, das ist 'n wichtiger Hinweis ... Nitritpökelsalz sollte man nicht zum Salzen oder zum Würzen verwenden, weil das erst nach dem Garen im Endeffekt beziehungsweise nach 'nem **Abbauprozess** dann auch erst **genießbar** und **unbedenklich** wird, ne? Und grundsätzlich ist halt pures Nitrit, ist halt streng genommen pures Gift, ne?

SPRECHER:

Alle Fragen geklärt, **weiter im Text!** Wie genau wird das Berliner Eisbein nun zubereitet?

ANDREASBONIG:

Das Eisbein wird gekocht. Die **Haxe** kommt immer in den Ofen.

SPRECHER:

Moment: Haxe? Ihr denkt, langsam wird es kompliziert? Aber es ist ganz einfach: In Süddeutschland wird das gleiche Stück Fleisch traditionell im Ofen **gegrillt** – und heißt dort nicht Eisbein, sondern Schweinshaxe.

ANDREASBONIG:

Ja, das Fleisch ist trockener. **Mag es zart sein**, keine Frage, aber es ist trockener. Während ein Eisbein ist immer ... Wenn das vernünftig gekocht ist, **zergeht** dir das Eisbein **im Mund**.

SPRECHER:

Jetzt wird aber endlich gekocht.

ANDREASBONIG:

Fangen wir mal an mit der **guten alten** Zwiebel. Dann brauchen wir Lorbeer, wir brauchen Pimentkörner, wir brauchen Zucker, ganz wichtig, ein bisschen Zucker, wir brauchen Salz und noch ein kleines bisschen Pökelsalz.

SPRECHER:

Mit diesen Zutaten wird das Fleisch langsam gekocht – rund zweieinhalb Stunden lang, dann ist es herrlich zart.

ANDREASBONIG:

Es ist ein einfaches Gericht. Das Einzige ist: Viele behaupten, so 'n Eisbein schmeckt am besten, wenn ich es aus einem Topf, in dem **fuffzehn**, in dem Falle jetzt hier zwanzig Eisbeine drin sind, dann schmeckt das Eisbein besser.

SPRECHER:

Was gar nicht geht: Eisbein ohne **Sauerkraut**. In **Schmalz dünstet** Andreas Zwiebeln, Speck, Möhren und Gewürze **an**. Dann gibt er das Sauerkraut, Weißwein, Apfelsaft und Zucker dazu und lässt es 30 bis 45 Minuten **köcheln**. Und fertig ist der Berliner Klassiker: Eisbein mit Sauerkraut und Kartoffeln.

ANDREASBONIG:

Das Fleisch ist **superschmackhaft**, zart. Sauerkraut dazu, Kartoffeln, und wer's mag, macht 'n bisschen **Erbsenpüree** dazu. Aber das ist schon eine Portion, da brauch ich kein Erbsenpüree, ich werd satt davon.

SPRECHER:

Na dann, guten Appetit! Und? Probiert ihr Eisbein bei eurem nächsten Berlin-Besuch?

Glossar

Eisbein, -e (n.) – ein fettiges Fleischgericht aus der gekochten Haxe eines Schweins

Klassiker, - (m.) – hier: etwas, das auch nach langer Zeit noch sehr bekannt und beliebt ist/oft genutzt wird

gewöhnungsbedürftig – so, dass es etwas Zeit braucht, bis man etwas akzeptieren kann

dat (Berlinerisch) – das

eens (Berlinerisch) – eines

scheiße – umgangssprachlich für: sehr schlecht; ärgerlich

Currywurst, -würste (f.) – eine Bratwurst mit Tomatensoße und Curry, die in Deutschland sehr beliebt ist

Döner, - (m.) – im Deutschen Abkürzung für Döner Kebab, ein aus der Türkei stammendes Gericht mit gegrilltem Fleisch

Bulette, -n (f.) – ein rundes, flaches Stück Hackfleisch, das gebraten wird; die Frikadelle

Fleischer, -/Fleischerin, -nen – jemand, der beruflich Tiere schlachtet, verarbeitet und verkauft; auch: der Metzger/die Metzgerin; Ort: die Fleischerei/Metzgerei

pur – so, dass etwas nicht mit etwas anderem gemischt ist

Nitrit (n., nur Singular) – ein giftiges Salz, das in der Lebensmittelherstellung verwendet wird, besonders um Keime abzutöten

streng genommen – eigentlich; wenn man es genau betrachtet

eis|laufen – sich auf dem Eis mit speziellen Schuhen (Schlittschuhen) fortbewegen

authentisch – originalgetreu; so, wie etwas ursprünglich war

Königsberger Klopse (nur Plural) – ein Fleischgericht aus Ostpreußen

Leber, -n (f.) – ein Organ, das Gift aus dem Körper transportiert

Spiegelei, -er (n.) – ein Ei, das in einer Pfanne gebraten wird, ohne zerkleinert/gerührt zu werden

deftig – kräftig; nahrhaft

schlechthin – hier: in typischer Art und Form; an sich

drinnen – umgangssprachlich für: in etwas

Schlittschuhkufe, -n (f.) – die scharfe, metallische Unterkante eines Schuhs (Schlittschuhs), mit dem man auf dem Eis läuft

etwas an etwas schnallen – hier: ein Bekleidungsstück an einem Körperteil (z. B. einen Schuh an einen Fuß) festbinden

im Endeffekt – letztlich; eigentlich

etwas zerlegen – hier: die einzelnen kleinen Teile von etwas auseinandernehmen

etwas pökeln – etwas (z. B. Fleisch) haltbar machen, indem man es lange in einem Gemisch aus Wasser und Salz einlegt

appetitlich – so, dass man etwas gerne essen mag

etwas konservieren – dafür sorgen, dass etwas dauerhaft in gutem Zustand bleibt

einen Geschmackskick bekommen – umgangssprachlich für: sich so verändern, dass sich der Geschmack eines Lebensmittels sehr verbessert

Piment, -e (m./n.) – ein Küchengewürz aus Körnern

Lorbeer (m., hier nur Singular) – ein Küchengewürz aus getrockneten Blättern eines Baumes

Senfkorn, -körner (n.) – die scharf schmeckenden Körner einer Gewürzpflanze, aus denen Senf hergestellt wird

Lake, -n (f.) – ein Gemisch aus u. a. Wasser und Salz, in das Lebensmittel gelegt werden, damit sie länger haltbar bleiben

Abbauprozess, -e (m.) – der Vorgang, bei dem sich etwas zersetzt/auflöst

genießbar – so, dass man etwas essen kann

unbedenklich – so, dass etwas keine Probleme verursacht

weiter im Text – umgangssprachlich für: weiter zum nächsten Thema/Punkt

Haxe, -n (f.) – der untere Teil vom Bein bei Schwein oder Rind

etwas grillen – etwas (z. B. Fleisch) im Feuer oder auf einem Gitter über dem Feuer braten

mag es ... sein – auch wenn etwas ... ist

zart – weich; dünn

im Mund zergehen – umgangssprachlich für: so weich sein, dass man etwas beim Essen nicht oder kaum kauen muss

der/die/das gute alte (+ Nomen) – hier: der/die/das oft genutzte (Nomen)

fuffzehn (Berlinerisch) – fünfzehn

Sauerkraut (n., nur Singular) – fermentierter, gesalzener Weißkohl, der als Gemüsebeilage z. B. zu Fleischgerichten serviert wird

Schmalz (n., nur Singular) – tierisches Fett (v. a. von Schweinen und Gänsen), das auf Brot gestrichen werden kann

etwas an|dünsten – etwas kurz mit sehr wenig Wasser oder Fett kochen

köcheln – bei schwacher Hitze leicht kochen

supersmackhaft – umgangssprachlich für: sehr lecker

Erbsenpüree, -s (n.) – der Brei aus zerkleinerten Hülsenfrüchten (Erbsen)

Autoren: Jens von Larcher, Philipp Reichert