

9. Kalter Wackelkandidat: Zimne nóżki (Haxe in Aspik)

In jeder Küche der Welt gibt es Gerichte, die ihre heißblütigen Verfechter ebenso wie ihre erbitterten Gegner haben – denken wir nur an Labskaus oder Grützwurst. Solche umstrittenen Klassiker gibt es auch in Polen. Einer von ihnen sind *zimne nóżki* (kalte Beinchen), die als Sülze oder Aspik auch bei den Nachbarn bekannt sind.

Die wackelige Konsistenz mag für manche abschreckend sein. Trotzdem ist das transparente Gewackel ein Klassiker, wenn Menschen in größeren Gruppen zusammenfinden. Auf polnischen Hochzeiten und Familienfesten, zu Weihnachten oder bei Geburtstagsfeiern steht es als Imbiss auf dem Tisch – häufig als Begleitung zu hochgeistigen Getränken. Als in Bars der Volksrepublik Polen Alkohol nicht ohne Snack dazu ausgedient wurde, war Sülze ein treuer und verlässlicher Begleiter.

Derzeit erleben die „kalten Beinchen“ sogar eine regelrechte Renaissance. Obwohl ihre Hauptzutat Fleisch ist, sind sie äußerst gesund, nahrhaft und kalorienarm. Und noch besser: Sie lassen sich in der heimischen Küche einfach zubereiten, auch wenn es ein Weilchen dauert.



#PolenAufDerZunge

Zutaten:

2 Hinterbeine vom Schwein
1 Schweinshaxe
2 Mohrrüben
1 Wurzelpetersilie
1 Gemüsezwiebel
½ Sellerieknolle
4 Lorbeerblätter
1/2 TL Knoblauchgranulat
1/2 TL schwarzer Pfeffer in Körnern
1/2 TL Piment
Salz
zum Garnieren: Zitrone, Essig, Gewürzgurken, Meerrettich und Senf

Und so wird's gemacht:

Die Hinterbeine gründlich reinigen, in kleine Stücke schneiden und in einen 5-Liter-Topf geben. Schweinshaxe hinzufügen und mit Wasser übergießen. Zwiebel am Stück mit einem Flambier- oder Gasherd-Brenner (ggf. mit dem Grill) dunkel rösten. Mohrrüben, Wurzelpetersilie und Sellerie schälen, säubern und gemeinsam mit der Zwiebel hinzufügen. Mit Salz, Knoblauch, Pfeffer, Lorbeerblättern und Piment abschmecken, aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und ca. 3 Stunden bei niedriger Hitze köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist. Dann den Topf vom Feuer nehmen und abkühlen lassen.

Abgekühltes Fleisch und Gemüse aus dem Topf herausnehmen. Den Sud abseihen und erneut aufkochen lassen. Das Fleisch von Haut und Knochen befreien und in kleine Stücke schneiden. Die Mohrrüben fein würfeln. Fleisch- und Mohrrüben-Stücke mit dem Sud vermischen, dann gleichmäßig in kleinen Schüsseln portionieren.

Die abgekühlten Aspik-Schälchen in den Kühlschrank stellen. Zum Servieren Aspik aus den Schüsseln auf Teller stürzen und mit Zitrone oder Essig beträufeln. Mit Gewürzgurken, Meerrettich oder Senf garnieren.