

Wer sich für die Küche Skandinaviens interessiert, findet eine Fülle an neueren und älteren Büchern, die einem einen Eindruck von der Esskultur des Nordens vermitteln. Interessiert man sich speziell für Norwegen, ist die Ausbeute hingegen klein. Das letzte rein norwegische Kochbuch, das ich finden konnte, ist eine Publikation aus dem Jahr 2010. Davor gab es auch nicht viel auf dem deutschen Buchmarkt.



Skillingsboller - Bergener Zimtschnecken mit Roggenmehl.

Diesen Herbst wurde der Mangel etwas verkleinert. Die Bloggerin Nevada Berg hat, angelehnt an ihren Blog [North Wild Kitchen](http://NorthWildKitchen.com), ein Kochbuch geschrieben, das nun auf

deutsch unter dem Titel [„North Wild Kitchen: Das Norwegen-Kochbuch“](#)\* erschienen ist.

Die Autorin ist gebürtige US-Amerikanerin. Sie hat mit ihrem norwegischen Mann zehn Jahre an den unterschiedlichsten Orten der Welt gelebt, bevor sie gemeinsam in Norwegen sesshaft wurden. Sie kauften sich einen alten Bauernhof in der Numedal Region im Südwesten des Landesinneren. Umgeben von Bergen und dem wilden Lågen-Fluss, der durch das Tal rauscht.

In der neuen Heimat begann Nevada Berg sich mit der traditionellen Küche Norwegens zu beschäftigen. Und mit den alten Zubereitungsweisen. Sie fing an, im Wald Blaubeeren zu sammeln, salzte und trocknete ihre erste Lammkeule selbst und kochte typisch norwegische Gerichte.

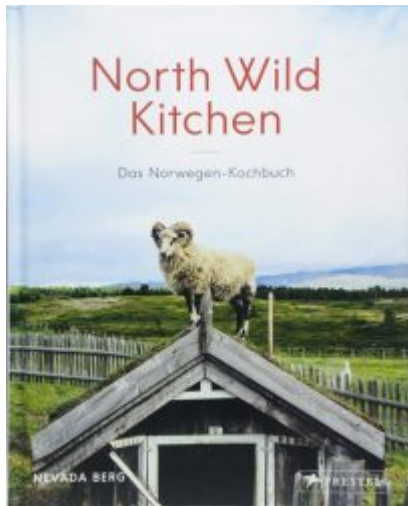


Der Weg zum Bloggen war darum kurz. Darin präsentiert sie norwegische Rezepte samt Hintergrundgeschichten über deren Ursprung, gespickt mit Fotos, die einem das Wasser im Mund zusammenlaufen lassen. Dass sie nun ein eigenes Kochbuch herausbringt, lag somit auf der Hand.

## **Das Norwegen-Kochbuch**

In ihrem Buch beschreibt Berg nicht nur die Zubereitung typisch norwegischer Speisen. Sie

liefert auch in den unterschiedlichen Kapiteln Hintergrundwissen über die Almwirtschaft hoch im Norden, wie die vielen Gewässer und Fjorde Wirtschaft und Esskultur prägt, welche Besonderheiten das Klima mit sich bringt für Land und Leute.



North Wild Kitchen: Das  
Norwegen-Kochbuch  
(©Prestel Verlag)

Der Leser streift mit der Autorin durch ihre geliebte Wahlheimat und lernt viel Neues über diesen Teil Skandinaviens, der doch allzu oft nur in einem Atemzug mit seinen Nachbarn genannt wird.

Die Gerichte, die ich aus diesem Buch unbedingt ausprobieren möchte, sind so viele, dass das Aufzählen hier ermüden würde. Aber sicherlich werde ich im kommenden Frühjahr mich auf die Suche nach jungen Fichtentrieben machen, um sie in Bierteig auszubacken. Oder Brennnesseln sammeln, um den Brennnessel-Honig-Kuchen zu backen. Es warten Rømmegrøt und jede Menge nordisch inspirierte Hot-Dog-Versionen auf mich. Den Plukkfisk - Fisch mit Stampfkartoffeln - den wir schneller aufaßen, als ich davon schöne Bilder machen konnte, werde ich noch öfter kochen.



Für diese Besprechung habe ich die Bergener Zimtschnecken - Skillingsboller - nachgebacken. Die Autorin hat den norwegischen Klassiker ein wenig abgewandelt und einen Teil des Weizen- durch Roggenmehl ersetzt.

„Das mit dem Roggenmehl war eine gute Entscheidung.“, dachte ich letzte Nacht, als ich nochmal in die Küche schlich und mir die dritte Bergener Zimtschnecke einverleibte. Die sind großartig.

### **Zutaten für 20 Hefeschnecken**



**Für den Teig**

- 150 g gesalzene Butter
- 600 ml Milch
- 600 g Weizenmehl Typ 550
- 300 g Roggenmehl
- 150 g weißer Zucker
- 50 g frische Hefe oder 17 g Trockenhefe
- 1 TL Salz

**Für die Füllung**

- 175 g gesalzene, weiche Butter
- 175 g weißer Zucker
- 2 EL gemahlener Zimt

**Zubereitung:**

1. Die Butter für den Teig in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen und anschließend die Milch dazugeben und zusammen erwärmen bis sie lauwarm sind.
2. Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und mit dem Knethaken etwa 8 Minuten lang, bei niedriger Geschwindigkeit, zu einem geschmeidigen Teig kneten. Mein Teig war am Ende noch leicht klebrig. Daher habe ich noch 3 Esslöffel Mehl mehr eingearbeitet.
3. Den Hefeteig in eine mit Butter gefettete Schüssel legen und zugedeckt eine Stunde

an einem warmen Ort gehen lassen. Am Ende sollte der Hefeteig sein Volumen verdoppelt haben.

4. Alle Zutaten für die Füllung miteinander vermischen und zur Seite stellen.
5. Den Hefeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck 45×60 cm groß ausrollen. Das ist etwas größer als ein Backblech.
6. Die Zimtbutter gleichmäßig bis an den Rand auf dem Teig verstreichen. Den Hefeteig von der langen Seite aufrollen und in zwanzig gleich große Scheiben schneiden.
7. Auf zwei mit Backpapier ausgelegten Backblechen die Skillingsboller legen und zugedeckt nochmals 40 Minuten gehen lassen. Zehn Minuten vor Ablauf den Backofen auf 240°C Ober- und Unterhitze vorheizen.
8. Nacheinander die Skillingsbollerbleche je 10 Minuten im Backofen backen lassen, bis die Zimtschnecken goldbraun sind.
9. Die Zimtschnecken anschließend etwas abkühlen lassen und mit Zucker bestreut warm oder kalt servieren. Skillingsboller kann man verschlossen bis zu zwei Tage aufbewahren. Und wer eine Mikrowelle hat, kann sie am nächsten Tag vor dem Essen darin nochmals kurz warm machen.

**Vel bekomme!**

*Die schlimme Helena*

*\*Partnerlink*