



Gaumen  
**Freuden**  
unserer  
Region

Harz

**SE**DHARZ  
KYFFHÄUSER

Thüringen  
-entdecken.de



# Es ist mehr als Bratwurst.

Die Thüringer Rostbratwurst und Thüringer Klöße sind unbestritten die bekanntesten Speisen der Thüringer Küche.

Doch auch darüber hinaus haben der Harz und Thüringen kulinarisch einiges zu bieten. Der Harzer Roller, der Magermilchkäse mit dem aromatischen Duft ist über die Region hinaus mindestens ebenso bekannt, wie die Spezialität ECHTER NORDHÄUSER DOPPELKORN.

In unserem kleinen Rezeptheft wollen wir Ihnen nachfolgend allerlei Wissenswertes zur regionalen Küche sowie Traditionen der Urlaubsregion Südharz Kyffhäuser näherbringen.



## Rezeptübersicht

Thüringer Klöße	04
Thüringer Trüffelsuppe	06
Thüringer Rostbratwurst	08
Wildgulasch	10
Soleier	12
Zwiebelkuchen	14
Rinderroulade	16
Aschkloß	18
Stockbrot	20
LPG-Kuchen	22
Harzer Roller	24
Hackus und Knieste	26
Runx Munx	28
Empfehlungen	30

# Thüringer Klöße



Kloßrezepte sind traditionell in Thüringen ein Bestandteil der regionalen Kultur. Ursprünglich dienten sie als einfaches Arme-Leute-Essen. In vielen Regionen Thüringens gehören sie bis heute zu einer gelungenen, sonntäglichen Mahlzeit dazu. Echte Thüringer Klöße, dazu ein kräftiger Braten und Rotkraut.

Originale Thüringer Klöße werden zu 2/3 aus rohen Kartoffeln und zu 1/3 aus gekochten Kartoffeln zubereitet.



## Zubereitung - Thüringer Klöße

- 01 Zwei Drittel der rohen Kartoffeln reiben und gründlich auspressen, sodass die Masse trocken ist.
- 02 Die restlichen Kartoffeln in Salzwasser kochen. Anschließend mit kochender Milch übergießen und zu einem Brei zerdrücken.
- 03 Den Kartoffelbrei über die geriebene Kartoffelmasse geben. Das Ei hinzufügen und mit Salz sowie Muskat würzen. Die Masse gut durchkneten, bis sie gleichmäßig ist.
- 04 Aus der Masse Klöße formen. In die Mitte jedes Kloßes ein paar Röstbrotwürfel als Füllung geben.
- 05 Die geformten Klöße in kochendes Salzwasser legen. Die Temperatur reduzieren und die Klöße etwa 20min. garziehen lassen.

Dies ist das Originalrezept der Familie Thiele aus dem schönen Kyffhäuserkreis.

Sollten Sie Klöße übrig haben, können Sie diese am nächsten Tag in Scheiben schneiden und in der Pfanne in etwas Butter goldbraun anbraten.



## Zutatenliste

1200g Kartoffeln  
ca.120g Weißbrotwürfel  
1 Ei  
1 Tasse Milch  
Salz  
Muskatgewürz

# Thüringer Trüffelsuppe



Die sommerwarmen Eichen- und Buchenmischwälder auf den Löß- und Muschelkalkböden zwischen Ilm, Unstrut und Saale sind der natürliche Lebensraum vieler Trüffelarten, unter anderem der unter Gourmets geschätzten Burgundertrüffel. Die Thüringer Freilandpilze GmbH konnte durch systematische Suche seit 2015 vielerorts in Thüringen natürliche Vorkommen der Burgundertrüffel nachweisen. Ihr Wert liegt je nach Qualität und Gebiet zwischen 300,- bis 1.500€/kg. Thüringen bietet demnach beste Anbaubedingungen für Burgundertrüffel.

[www.thueringer-truffelanbau.de](http://www.thueringer-truffelanbau.de)

## Zubereitung - Thüringer Trüffelsuppe

- 01 Die Schalotte und das weiße Ende des Zitronengrases fein hacken. Möhren und Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden.
- 02 Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalotten, Zitronengras, Möhren und Kartoffeln darin etwa 5min. andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 03 Die Gemüsebrühe hinzufügen und alles bei mittlerer Hitze ca. 20min. garen.
- 04 In der Zwischenzeit die Petersilie abspülen und fein hacken.
- 05 Die Suppe mit einem Pürierstab fein pürieren und nach Geschmack mit Gewürzen abschmecken.
- 06 Den Champagner zur Suppe geben und kurz erhitzen, ohne sie zum Kochen zu bringen.
- 07 Die Suppe in tiefen Tellern oder Suppenschalen anrichten. Petersilie darüberstreuen und den Trüffel hauchdünn darüberhobeln.

## Zutatenliste

200g Möhren  
200g Kartoffeln  
2g Trüffel  
100ml Champagner  
500ml Gemüsebrühe  
1 EL Olivenöl  
1 Schalotte  
1 Zitronengrassstengel  
2 Stiele Petersilie  
Jodsalz  
Pfeffer, schwarz

Der Thüringer Hof im idyllischen Stadtzentrum Bad Frankenhausens bietet den idealen Ausgangspunkt für Ihren Urlaub in der Region. Sie können hier leckere Thüringer Küche genießen - so auch Spezialitäten vom Thüringer Trüffel. Dieser stammt von der Thüringer Freilandpilze GmbH aus Schönwerda/Roßleben-Wiehe. [www.thueringer-hof.com](http://www.thueringer-hof.com) | [www.freilandpilze.de](http://www.freilandpilze.de)



# Thüringer Rostbratwurst



Ganz gleich ob auf dem Land oder in der historischen Altstadt: Bei einem Aufenthalt in Thüringen steigt Ihnen schnell dieser würzige Duft in die Nase, wenn Sie vielerorts durch die Gassen bummeln. Sie gilt als die Leibspeise der Thüringer - die Thüringer Rostbratwurst.

Sie ist wohl der kulinarisch bekannteste Exportschlager, wenn auch die Geschmacksnuancen verschieden sind. Fast jeder Fleischer hat seine eigene überlieferte Rezeptur bzw. regionale Ausprägung. Zu den Zutaten zählen neben Salz und Pfeffer insbesondere auch Knoblauch, Kümmel, Majoran, Zwiebeln und Senf.



## Zubereitung - Rostbratwurst mit Rösti und Pilzragout

- 01 Für die Rösti die Kartoffeln schälen und grob reiben. Die geriebenen Kartoffeln in einem Küchentuch gut ausdrücken.
- 02 Ei und Mehl zu den Kartoffeln geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermengen.
- 03 Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Aus der Kartoffelmasse vier Rösti formen und diese von beiden Seiten goldbraun anbraten.
- 04 Für das Pilzragout die Pilze nach Wunschgröße schneiden. Schalotten und Knoblauch fein würfeln und Petersilie hacken.
- 05 In einer Pfanne Butterschmalz oder Margarine erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin leicht andünsten. Pilze hinzufügen und etwa 5min. garen, bis sie leicht zusammenfallen.
- 06 Mehl über die Pilze streuen und kurz mitbraten. Mit Gemüsebrühe ablöschen, dann die Sahne einrühren. Alles gut vermengen und weitere 5min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Petersilie vor dem Servieren unterrühren.
- 07 Die Thüringer Rostbratwurst traditionell auf einem Holzkohlegrill oder alternativ in der Pfanne von allen Seiten goldbraun anbraten.
- 08 Rösti, Pilzragout und Rostbratwurst zusammen anrichten. Nach Wunsch mit Senf oder Ketchup servieren.

## Zutatenliste

- Thüringer Rostbratwurst
- Rösti  
500g Kartoffeln, fest kochend  
1 mittelgroßes Ei  
2 gestrichener EL Mehl  
Salz und Pfeffer  
Butterschmalz
- Rahmchampignons  
800g Champignons oder andere Pilze der Saison  
100ml Gemüsebrühe  
200ml Sahne oder Sahneersatz  
2 EL Butterschmalz oder Margarine  
1 EL Mehl  
2 Schalotten  
1 Knoblauchzehe  
1 Bund glatte Petersilie  
Salz und Pfeffer

# Wildgulasch vom Hirsch



Wildgulasch ist besonders in der kalten Jahreszeit eine herzhaft und wärmende Mahlzeit. In diesem Rezept wird das Gulasch aus Hirschfleisch zusätzlich mit Champignons zubereitet, was dem Gericht eine besondere Note verleiht. Einfach zubereitet, eignet es sich perfekt für ein gemütliches Abendessen oder als sonn-täglicher Festtagsschmaus.



## Zubereitung - Wildgulasch vom Hirsch

- 01 Öl in einem großen Topf erhitzen. Das Fleisch in Würfel schneiden und darin anbraten, bis es von allen Seiten braun ist.
- 02 Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken und zum Fleisch geben. Alles zusammen 2-3min. weiterbraten.
- 03 Tomatenmark, Mehl, Paprikapulver, Salz und Pfeffer hinzufügen. Gut umrühren, bis alle Zutaten gleichmäßig vermischt sind.
- 04 Rinderbrühe und Rotwein angießen. Alles zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren.
- 05 Das Gulasch zugedeckt bei schwacher Hitze 1,5 – 2h köcheln lassen, bis das Fleisch zart ist.
- 06 In der letzten halben Stunde der Garzeit die Champignons waschen, in Scheiben schneiden und zum Gulasch geben. Gut unterrühren.
- 07 Das fertige Gulasch abschmecken und nach Bedarf nachwürzen.
- 08 Das Wildgulasch traditionell mit Kartoffelklößen und Apfelrotkohl servieren.

Dieses leckere Gericht finden Sie auf der Speisekarte im Erlebnis-Braugasthof Brauner Hirsch in Sophienhof. Genießen Sie in der gemütlichen, rustikal-modernen Atmosphäre auch ein selbstgebrautes Sophienhofer Bier. Übernachtungsmöglichkeiten hält der Braugasthof ebenso für Sie bereit.  
[www.braunerhirsch-sophienhof.de](http://www.braunerhirsch-sophienhof.de)



## Zutatenliste

800g Hirsch- oder Rehfleisch  
500g Champignons  
500ml Rinderbrühe  
50ml Rotwein  
2 EL Öl  
2 EL Tomatenmark  
2 EL Mehl  
1/2 TL Paprika  
1 Zwiebel fein gewürfelt  
2 Knoblauchzehen  
Salz und Pfeffer

# Würzige Soleier



Salz spielte in vielen Teilen der Region eine wichtige Rolle - so auch in der Kurstadt Bad Frankenhausen. Die Salzquellen der Stadt verhalfen ihr im 16. Jahrhundert zur Blütezeit von Handwerk und Handel. Insgesamt 117 Siedehäuser – sogenannte Sölden – produzierten täglich 25 Tonnen Salz. Die Folgen des 30-jährigen Krieges ließen das Salzgeschäft zusammenbrechen. Das Schausiedehaus, welches von April - Oktober samstags und sonntags von 10-17 Uhr geöffnet hat, zeigt das alte traditionelle Salzhandwerk.



## Zubereitung - Würzige Soleier

- 01 Zwiebelschalen und Nelken in ein Gewürzsäckchen geben und gut verschließen.
- 02 Die Zwiebel halbieren. Gewürzsäckchen, Zwiebelhälften, Pfefferkörner, Lorbeerblätter, Salz, Zucker und Wasser in einen großen Topf geben.
- 03 Die Eier hinzufügen und alles aufkochen. Die Eier in 10–12min. hart kochen.
- 04 Nach dem Kochen das Gewürzsäckchen und die Zwiebelhälften aus dem Sud entfernen.
- 05 Die Eier kalt abschrecken. Die Schalen der Eier leicht anschlagen, bis sie rundherum angeknackst sind.
- 06 Die angeknacksten Eier in ein oder mehrere Gläser mit Deckel geben. Den heißen Zwiebelschalensud darüber gießen, bis die Eier vollständig bedeckt sind.
- 07 Die Gläser verschließen und die Eier schnell abkühlen lassen. Anschließend die Gläser in den Kühlschrank stellen und die Eier mindestens 5 Tage durchziehen lassen.
- 08 Die Gewürzeier im Kühlschrank lagern. Sie sind dort mehrere Wochen haltbar.

Hühner legen im Winter nur ab und an mal ein Ei. Deshalb konservierten die Landbewohner im Herbst die Eier in einer Salzlake, einer bewährten Form des Haltbarmachens. Soleier sind solche in starker Kochsalzlösung eingelegte, hartgekochte Eier.



## Zutatenliste

60g Salz  
60g Honig,  
geschmacksneutral  
1,5l Wasser  
40ml Essigessenz 25 %  
2 EL Kümmel, 1 EL Senfsaat  
16 Eier  
1-2 getrocknete rote  
Chilischoten  
Zwiebelschalen von 2  
Zwiebeln  
1 Zwiebel  
12 Wacholderbeeren  
3 Lorbeerblätter, 3 Nelken

# Herzhafter Zippelkuchen



Die Zwiebel genießt in Thüringen einen hohen Stellenwert. In Weimar und Artern werden alljährlich die Zwiebelmärkte veranstaltet, welche eine langjährige Tradition haben und weit über die Grenzen des Freistaates bekannt sind. Mehrere hundert Händler nehmen jährlich am Zwiebelmarkt in Weimar teil. Darunter die Zwiebelbauern aus Heldrungen, welche den traditionellen Kern des Marktes bilden, denn sie sind es, die die Zwiebelrispen herstellen und verkaufen. Eine über 300 Jahre alte Tradition, welche die Zwiebelbauern mit Herz jedes Jahr fortführen. Auch in Artern bilden die Zwiebelbauern aus Heldrungen den Mittelpunkt.



## Zubereitung - Herzhafter Zippelkuchen

- 01 Mehl, Hefe, Zucker und Salz in einer Schüssel vermischen. In die Mitte eine Mulde drücken und das kalte Wasser hineingeben. Die weiche Butter hinzufügen und alles zu einem glatten Teig kneten.
- 02 Den Teig abdecken und ca. 30min. ruhen lassen.
- 03 Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche in Backblechgröße ausrollen. Den ausgerollten Teig auf ein Backblech legen und die Ränder leicht nach oben drücken.
- 04 Für den Belag die Zwiebeln vierteln und fein schneiden. Den Speck in kleine Würfel schneiden.
- 05 Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Den Speck bei mittlerer bis starker Hitze knusprig braten. Die Zwiebeln hinzufügen und unter Rühren 5min. braten. Zugedeckt bei milder Hitze 20min. dünsten, dabei gelegentlich umrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 06 Eier und Sahne in einer Schüssel verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Zwiebelmischung unterheben.
- 07 Den Belag gleichmäßig auf dem Teig verteilen.
- 08 Den Zwiebelkuchen im vorgeheizten Backofen bei 200°C (Ober-/Unterhitze, Umluft nicht empfehlenswert) ca. 30–35min. backen, bis der Belag goldbraun ist.

## Zutatenliste

- Teig
  - 450g Mehl
  - 50g Butter
  - 220ml Wasser
  - 1 Päckchen Trockenhefe
  - 1 Prise Salz
  - 1 Prise Zucker
- Belag
  - 800g Zwiebeln
  - 200g Speck
  - 1 EL Öl
  - 1 EL Butter
  - 3 Eier
  - 200 ml Sahne
  - Salz und Pfeffer
  - Muskat

# Rinderroulade vom Gallowayrind



Das Ferienhotel Wolfsmühle bietet eine ganz besondere Spezialität an. In 2009 ging ein lang gehegter Wunsch der Familie Hempel in Erfüllung: Der Start in die Gallowayzucht. Die damals noch kleine Herde, bestehend aus vier Rindern, wurde rasch größer und umfasst mittlerweile 30 Tiere. Das Galloway ist eine robuste Rinderrasse mit einem effizienten Stoffwechsel.

Durch die ganzjährige Freilandhaltung und den Verzicht auf Kraftfutter und Medikamente entwickeln die Rinder ein besonders hochwertiges und fettarmes Fleisch. Ziel ist es, eine Herde zu schaffen, die ganzjährig den Bedarf im Hotel und Restaurant decken kann.



## Zubereitung - Rinderroulade vom Gallowayrind

- 01 Das Backblech oder die Kasserolle mit Butter einfetten. Die Fleischscheiben leicht plattieren, auslegen und dünn mit Dijonsenf bestreichen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 02 Zwiebelringe, Gurkenstreifen und Bauchspeck in einer Schüssel vermengen. Jeweils 1EL der Mischung auf das untere Drittel jeder Roulade geben.
- 03 Die Füllung mit den Fleischrändern einschlagen und die Rouladen fest aufrollen. Die Endseite der Roulade nach unten dicht an dicht in die gefettete Form legen.
- 04 Den Backofen auf 190°C Umluft vorheizen. Die Rouladen von außen mit Salz und Pfeffer würzen und die Form in den Ofen schieben. Die Temperatur sofort auf 170°C reduzieren und die Rouladen ca. 20min. anbraten, bis sie gut gebräunt sind.
- 05 Den Rotwein angießen, die Form mit Alufolie oder einem Deckel verschließen und die Temperatur auf 130°C senken. Die Rouladen etwa 1 Stunde und 45min. garen, bis sie weich sind.
- 06 Den Rotweinfond aus der Form durch ein Sieb in einen Topf abgießen. Den Fond aufkochen und mit in Rotwein glatt gerührter Maisstärke binden. Ca. 1min. köcheln lassen.
- 07 Nach dem Abschalten der Wärmequelle die kalten Butterstücke mit einem Schneebesen in die Soße einrühren, bis sie eine glänzende Konsistenz hat.
- 08 Die Rouladen auf Tellern anrichten, mit der Soße übergießen und nach Wunsch mit Beilagen wie Kartoffelklößen, Rotkohl oder Spätzle servieren.

## Zutatenliste

8 Scheiben Fleisch vom Gallowayrind á 100g  
100g grober Dijonsenf  
200g feine Zwiebelringe  
200g dünne Streifen von der Gewürzgurke  
100g feine geräucherte Bauchspeckstreifen  
60g kalte Butter für die Soße  
100g Maisstärke  
400ml Rotwein  
Salz  
weißer gemahlener Pfeffer  
Paprikapulver  
etwas Butter zum Einfetten  
Backblech oder Kasserolle

Dieses Rezept stammt von Familie Hempel aus ihrem Restaurant im Ferienhotel Wolfsmühle. Das Haus gehört zu dem kleinen, reizenden Südhartzdorf Rodishain und ist für alle, die Regionalität zu schätzen wissen. [www.wolfsmuehle.de](http://www.wolfsmuehle.de)

# Der Aschkloß



Sparsamkeit galt in der Region rund um den Kyffhäuser als ein fester Grundsatz der Haushaltsführung. So ist auch die Küche der Region von einfachen Gerichten geprägt, die mit wenigen Zutaten, wie Kartoffeln, Eier, Milch, Speck und Zwiebeln auskommen. Dass dies nicht zugleich auch Verzicht auf schmackhafte Speisen bedeuten muss, belegt der Aschkloß oder auch Birnenpfanne genannt. Früher hatten viele Einwohner kleine Bauernwirtschaften, von denen sie sich und ihre Familien ernährten. Wenn sie auf das Feld fuhren, wurde die vorbereitete Aschpfanne zum Bäcker gebracht, der diese im Ofen oder aber in der heißen Asche, einer offenen Herdstelle, ausgebacken hatte. Nach der Feldarbeit holte man die Pfanne ab und konnte sie zum Abendessen genießen.



## Zubereitung - Der Aschkloß

- 01 4 Kartoffeln schälen und in einem Topf mit Salzwasser kochen, bis sie gar sind.
- 02 Währenddessen die rohen Kartoffeln schälen, fein reiben und durch ein Sieb ausdrücken, um überschüssiges Wasser zu entfernen. Die abgetropfte Kartoffelmasse in eine Schüssel geben.
- 03 Die gekochten Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken und unter die rohe Kartoffelmasse kneten. Mehl hinzufügen, leicht salzen und alles zu einem Kloßteig verarbeiten.
- 04 Den Speck grob würfeln und unter den Teig mischen.
- 05 Eine Auflaufform mit Öl einfetten. Die Teigmasse in die Form drücken und gleichmäßig verteilen.
- 06 Die Brötchenscheiben auf den Teig legen, sodass die Masse vollständig bedeckt ist.
- 07 Milch, Wasser und Eier in einer Schüssel verquirlen. Die Mischung über die Brötchen gießen, bis sie gleichmäßig bedeckt sind.
- 08 Butterflöckchen auf der Oberfläche verteilen. Die Auflaufform in den vorgeheizten Backofen stellen und bei 180°C (Ober-/Unterhitze) ca. 40–50min. backen.
- 09 Sollte der Auflauf während des Backens oben zu dunkel werden, mit Alufolie abdecken.
- 10 Vor dem Servieren den Auflauf ca. 30min. abkühlen und setzen lassen.
- 11 Süße Variante  
Schichten Sie zunächst den Kloßteig in die Auflaufform und legen Sie die in Streifen geschnittenen Birnen darüber. Fahren Sie dann mit den Brötchen fort und gießen anschließend die Milch-Ei-Masse darüber.

## Zutatenliste

- **Herzhafte Variante**  
3kg rohe Kartoffeln & 4 Stück gekochte Kartoffeln oder 2 Packungen fertigen Kloßteig  
150g magerer Speck  
1l Milch  
4 EL Mehl  
2 Brötchen oder Toastscheiben  
10 Eier  
Butter, in Flöckchen geschnitten  
Salz  
Wasser
- **Süße Variante**  
Verwenden Sie anstelle des Specks sechs Birnen.

# Gebrannter Knüppelkuchen



Egal ob an einem lauen Sommerabend, einem frostigen Wintertag, einem Kindergeburtstag oder einem romantischen Dinner für zwei - gemütlich mit Familie und Freunden um ein knisterndes Lagerfeuer zusammensitzen macht immer Spaß und wird nie langweilig.

Genießen Sie hierbei ein leckeres Stockbrot!



## Zubereitung - Gebrannter Knüppelkuchen

- 01 Mehl, Trockenhefe, Salz und Zucker in einer großen Schüssel vermischen. Olivenöl und lauwarmes Wasser hinzufügen. Alles zu einem glatten Teig kneten.
- 02 Den Teig abdecken und ca. 30min. ruhen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- 03 Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten und in acht gleich große Portionen teilen. Jede Portion zu einem Ball formen und erneut ca. 15min. zugedeckt gehen lassen.
- 04 Die Teigbälle zu ca. 20 cm langen Strängen formen. Jeden Strang spiralförmig um einen sauberen Holzstock wickeln.
- 05 Über der heißen Glut eines Lagerfeuers langsam von allen Seiten goldbraun backen. Dabei den Teig regelmäßig drehen, damit er gleichmäßig gart.
- 06 Optional: Den Teig im vorgeheizten Backofen bei 200°C (Ober-/Unterhitze) oder 180°C (Umluft) ca. 15min. backen. Das Stockbrot lauwarm genießen.

## Zutatenliste

400g Mehl  
230ml lauwarmes Wasser  
2 TL Salz  
1/2 TL Zucker  
3 EL Olivenöl  
1 Päckchen Trockenhefe

# LPG Kuchen



Ein echter Klassiker in den ehemaligen Ost-Bundesländern. Trotz der Mangelwirtschaft in der DDR waren die Zutaten für den LPG-Kuchen immer verfügbar. So entwickelte sich dieser simple und zugleich leckere Blechkuchen zu einer Gaumenfreude, die auf keiner Familienfeier fehlen durfte.

Als Landwirtschaftliche Produktionsgenossenschaft (LPG) wurde in der DDR der genossenschaftliche Zusammenschluss von Bauern und deren Produktionsmitteln sowie anderer Beschäftigten zur gemeinschaftlichen Agrarproduktion bezeichnet.



## Zubereitung - LPG-Kuchen

- 01 Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Ofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
- 02 Die Eier mit Zucker und Vanillezucker in einer großen Schüssel für etwa 10min. schaumig aufschlagen.
- 03 Mehl, Stärke und Backpulver mischen, durch ein Sieb über die Eimischung geben und vorsichtig unterheben.
- 04 Den Biskuitteig gleichmäßig auf dem Backblech verteilen und für ca. 20min. auf mittlerer Schiene backen. Danach auskühlen lassen.
- 05 Während der Boden abkühlt, den Pudding für die Buttercreme nach Packungsanleitung mit Milch und Zucker kochen. Den heißen Pudding auf Frischhaltefolie geben, verschließen und bei Raumtemperatur abkühlen lassen.
- 06 Sobald der Pudding abgekühlt ist, die Butter in einer Schüssel aufschlagen. Den Pudding sowie den Puderzucker portionsweise abwechselnd unter die Butter rühren, bis eine cremige Masse entsteht.
- 07 Die Buttercreme gleichmäßig auf den abgekühlten Biskuitboden verstreichen und die Butterkekse darauf anordnen. Die Kekse mit Weinbrand bepinseln oder in den Weinbrand tränken.
- 08 Für die Schokoladenguss das Kokosfett in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen. In einer separaten Schüssel die Eier cremig schlagen, Puderzucker und Backkakao dazu sieben und gut verrühren. Das geschmolzene Kokosfett langsam unter ständigem Rühren hinzufügen.
- 09 Den fertigen Schokoladenguss zügig und gleichmäßig auf den Keksen verteilen.
- 10 Den Kuchen vollständig abkühlen lassen, bevor er serviert wird.

## Zutatenliste

- Biskuitboden  
120g Zucker  
110g Mehl  
30g Speisestärke  
2 TL Backpulver  
1 Packung Vanillezucker  
4 Eier
- Buttercreme  
250g Butter  
50g Puderzucker  
100ml Weinbrand  
400ml Milch  
1 Pck. Butterkekse  
1 Packung Vanillepuddingpulver
- Belag  
200g Kokosfett  
150g Puderzucker  
50g Backkakao  
2 Eier

Der Kuchen kann gut am Vortag zubereitet werden, da er erst nach dem Durchziehen richtig gut schmeckt.

# Harzer Roller auf Graubrot



Harzer Käse ist für viele eine Delikatesse, während andere einen großen Bogen um die Speise machen. Da es früher in der Region üblich war, die Milch zu entrahmen und aus dem abgeschöpften Rahm Butter zu machen, blieb für die Käseproduktion nur noch die Magermilch mit einem verringerten Fettanteil übrig. Diese Magermilch, also entrahmte Milch, wird mit Hilfe von Milchsäurebakterien dick gelegt. Der so entstandene Quark wird abgetropft, mit Salz und meistens mit Kümmel gewürzt und dann zu kleinen runden Laibchen geformt. Werden mehrere kleine Laibchen in einer Stange hintereinander verpackt, spricht man vom „Harzer Roller“.



## Zubereitung - Harzer Roller auf Graubrot

- 01 Harzer Käse in Scheiben schneiden
- 02 Die Scheiben auf eine mit Grieben- oder Zwiebelschmalz bestrichene Scheibe Graubrot legen

### Veganes Zwiebelschmalz

- 01 Zwiebel und Apfel fein würfeln.
- 02 1EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln bei mittlerer Hitze goldbraun dünsten. Apfelwürfel dazugeben und 2 Min. mitbraten. Gewürze hinzufügen und 1–2 Min. weiterbraten, dann vom Herd nehmen.
- 03 Kokosfett bei geringer Hitze schmelzen, Öl unterrühren und mit der Zwiebel-Apfel-Mischung vermengen. 10–15 Min. ziehen lassen.
- 04 In zwei saubere Einmachgläser füllen und 2–3 Std. im Kühlschrank fest werden lassen. Zwischendurch kontrollieren und umrühren.
- 05 Das Schmalz hält sich 6–8 Wochen im Kühlschrank. Für eine gute Streichfähigkeit 15–20 Min. vor dem Verzehr aus dem Kühlschrank nehmen.

Junger Käse hat einen weißen, krümeligen Kern und einen milden Geschmack.

Mittelalter Harzer Käse hat nur noch einen kleinen weißen Kern, der Geschmack ist aromatisch.

Lange gereifter Harzer Käse ist durchgängig goldgelb und leicht durchscheinend.



## Zutatenliste

- Harzer Roller
- 1 Graubrot
- Griebenschmalz
- Zwiebelschmalz
  
- veganes Zwiebelschmalz
- 250 g geschmacksneutrales Kokosfett
- 100 ml geschmacksneutrales Öl
- 1 TL getrockneter Oregano
- 1 TL getrockneter Majoran
- 1 TL Salz
- ½ TL Pfeffer
- 1 Zwiebel
- 1 kleiner Apfel

# Hackus und Knieste



Hackus und Knieste ist ein für den Harz typisches und einfaches Gericht. Es besteht im Kern aus sorgfältig gereinigten, halbierten, mit Olivenöl bestrichenen und mit Salz und Kümmel gewürzten Kartoffeln (Knieste), die auf einem Backblech bei im Herd durchgebacken werden. Dazu werden mit Zwiebel und Eigelb vermischtes und mit Salz und Pfeffer gewürztes Hackfleisch (Hackus) und Gurken gereicht. Das Hackfleisch kann roh, wie Hackepeter, oder gebraten, wie ein Bratklößchen (Frikadelle), dazugereicht werden.

## Zubereitung - Hackus und Knieste

- 01 Kartoffeln gründlich reinigen, halbieren und mit Olivenöl bestreichen. Mit Salz und Kümmel würzen.
- 02 Kartoffeln auf ein Backblech legen und bei etwa 200°C für ca. 1 Stunde im Ofen durchbacken.
- 03 In der Zwischenzeit das Hackfleisch mit fein gewürfelter Zwiebel und Eigelb vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 04 Hackfleisch entweder roh, wie Hackepeter, oder gebraten, wie ein Frikadelle, zubereiten.
- 05 Frische Kräuter hacken und mit Quark vermengen.
- 06 Die durchgebackenen Kartoffeln entweder mit Hackepeter, Frikadellen, Quark, Gurken oder zusammen servieren.

## Zutatenliste

1,5kg Kartoffeln  
500g Hackfleisch  
500g Quark  
1 Zwiebel  
1 Eigelb  
1 Glas Gewürzgurken  
frische Kräuter  
Olivenöl  
Kümmel  
Salz  
Pfeffer

Wir empfehlen Ihnen Fleisch und Wurstwaren aus der Hoffleischerei „Mund's Mühle“. Das Fleisch stammt von Schweinen und Rindern aus eigener Aufzucht. Um Ihnen eine hohe Fleischqualität zu garantieren, setzen die Mitarbeiter bei den Schweinen Duroc Eber ein. Die Tiere werden artgerecht gehalten und bekommen nur hofeigenes und nicht genverändertes Futter.  
[www.munds-muehle.de](http://www.munds-muehle.de)



# Deftiges Runx Munx



Runx Munx ist ein sehr beliebtes und traditionelles Gericht aus dem Harz für die Herbstzeit, das Bergleute aus dem Erzgebirge vor etwa 400 Jahren mitbrachten. Es ist ein Pfannen- oder auch Topfgericht mit Kraut und Rüben (runx, von Runkelrübe), als Zusammengekochtes (munx, d. h. alles durcheinander) mit Schweinefleisch oder Ochsenschwanz und der traditionellen Schmorwurst.



## Zubereitung - Deftiges Runx Munx

- 01 Das gesamte Gemüse waschen, schälen und in Stücke schneiden.
- 02 Das Gemüse in einem großen Topf andünsten.
- 03 Mit der (Fleisch)brühe aufgießen und das Fleisch sowie den gewürfelten Bauchspeck hinzufügen.
- 04 Den Eintopf zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 90min. köcheln lassen.
- 05 In den letzten 30min. die Schmorwurst mit in den Topf legen und mitkochen lassen.

Der Harz ist reich an hochwertigen Produkten, kulinarischen Spezialitäten und traditionellem Handwerk. Immer mehr Produkte sind mit der Regionalmarke „Typisch Harz“ ausgezeichnet. Unter anderem wurden einige Produkte der „BAUER Regionale Fleischspezialitäten GmbH“ mit dem Prädikat anerkannt.  
[www.bauerfleisch.com](http://www.bauerfleisch.com)



## Zutatenliste

1500g Ochsenschwanz oder Rindersuppenfleisch mit Knochen  
400g geräucherter Bauchspeck  
1/4l Gemüsebrühe oder Rinderfond  
50g Butter  
800g Weißkohl  
3-4 Zwiebeln  
2 Stangen Lauch  
2 Knoblauchzehen  
2-3 große Kartoffeln  
1 Steckrübe  
3 Möhren  
8 Schmorwürste oder Mettenden  
5-6 Wacholderbeeren  
Salz und Pfeffer



## Regionale Restaurants erleben

Erlebnis-Braugasthof „Brauner Hirsch“  
in Sophienhof  
[www.braunerhirsch-sophienhof.de](http://www.braunerhirsch-sophienhof.de)

Burghof Kyffhäuser  
am Kyffhäuser-Denkmal  
[www.burghof-kyffhaeuser.de](http://www.burghof-kyffhaeuser.de)

Charlie's Restaurant & Bar  
in Nordhausen  
[www.restaurant-charlies.de](http://www.restaurant-charlies.de)

Hotel und Restaurant „Thüringer Hof“  
in Bad Frankenhausen  
[www.thueringer-hof.com](http://www.thueringer-hof.com)

Hotel und Restaurant „Weinberg“  
in Artern  
[www.hotel-weinberg.de](http://www.hotel-weinberg.de)

Restaurant am Stadtpark  
in Nordhausen  
[www.restaurant-in-nordhausen.de](http://www.restaurant-in-nordhausen.de)

Restaurant „Jagdschloss“  
auf dem Possen in Sondershausen  
[www.possen.de](http://www.possen.de)

Restaurant „Wolfsmühle“  
in Nordhausen OT Rodishain  
[www.wolfsmuehle.de](http://www.wolfsmuehle.de)

Thüringer Hof  
in Sondershausen  
[www.thueringerhof.com](http://www.thueringerhof.com)

Griechisches Restaurant Syrtaki  
in Sondershausen  
[www.syrtaki-sondershausen.eatbu.com](http://www.syrtaki-sondershausen.eatbu.com)

Ristorante-Pizzeria Rusrica  
in Nordhausen  
[www.thueringerhof.com](http://www.thueringerhof.com)

Die Vorburg  
in Allstedt  
[www.dievorburg.de](http://www.dievorburg.de)

Alle Restaurants sind Partner des Tourismusverbandes Südharz Kyffhäuser e.V.

## Regionale Produkte kaufen

### MÄRKTE UND HOFLÄDEN\*

Heimatlust-Shop  
in Sondershausen  
[www.heimatlust.shop](http://www.heimatlust.shop)

Regionaler Bauernmarkt  
in Braunsroda  
[www.gutshaus-von-bismarck.de](http://www.gutshaus-von-bismarck.de)

Wochenmarkt auf dem Marktplatz  
in Sondershausen  
[www.sondershausen.de](http://www.sondershausen.de)

Wochenmarkt  
in Bad Frankenhausen  
[www.bad-frankenhausen.de](http://www.bad-frankenhausen.de)

Wochenmarkt  
in Bleicherode  
[www.bleicherode.de](http://www.bleicherode.de)

Wochenmarkt  
in Nordhausen  
[www.nordhausen.de](http://www.nordhausen.de)

\* Partner des Tourismusverbandes Südharz Kyffhäuser e.V.

### SPEZIALITÄTEN\*

Braugasthof „Brauner Hirsch“  
in Sophienhof  
[www.braunerhirsch-sophienhof.de](http://www.braunerhirsch-sophienhof.de)

Echter Nordhäuser Traditionsbrennerei  
in Nordhausen  
[www.traditionsbrennerei.de](http://www.traditionsbrennerei.de)

Erlebnisswelt Goethe Chocolaterie  
in Oldisleben  
[www.goethe-chocolatrie.de](http://www.goethe-chocolatrie.de)

Europa-Rosarium  
in Sangerhausen  
[www.europa-rosarium.de](http://www.europa-rosarium.de)

Kelterei im Bahnhof  
in Donndorf  
[www.kelterei-bahnhof.de](http://www.kelterei-bahnhof.de)

Thüringer Freilandpilze  
in Schönnewerda  
[www.freilandpilze.de](http://www.freilandpilze.de)

### FLEISCHSPEZIALITÄTEN\*

BAUER Regionale Fleischspezialitäten  
beim Scheunenhof Sundhausen  
[www.bauerfleisch.com](http://www.bauerfleisch.com)

Mund's Mühle in Nordhausen  
und Kleinwechungen  
[www.munds-muehle.de](http://www.munds-muehle.de)

Einige  
Produkte können Sie auch  
in den Tourist-Informationen Son-  
dershausen, Nordhausen, Neustadt, Bad  
Frankenhausen und Roßleben-Wiehe erwerben.



**SÜDHARZ**  
KYFFHÄUSER

Herausgeber:  
Tourismusverband Südharz Kyffhäuser e.V.  
Markt 8 | 99706 Sondershausen

03632|741-317  
info@region-suedharz-kyffhaeuser.de

[www.region-suedharz-kyffhaeuser.de](http://www.region-suedharz-kyffhaeuser.de)

Bildnachweise:  
Christian Schelauske  
Adobe Stock  
Websites der Beteiligten

Alle Eintragungen in dieser Broschüre wurden sorgfältig geprüft. Sollten dennoch fehlerhafte Angaben enthalten sein, wird der Herausgeber keine Haftung diesbezüglich übernehmen.