

Titel der Originalausgabe: *Skärgårdssommar. Matbok från havsbandet*

© Bokförlaget Max Ström 2014

All rights reserved

Aus dem Schwedischen von Dagmar Lendt

© 2015, Verlag Kiepenheuer & Witsch, Köln

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotografie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlaggestaltung: Rudolf Linn, basierend auf der schwedischen Originalausgabe

Text: Viveca Sten

Fotos: Jeppe Wikström

Fotos Food: Lina Eriksson

Food Stylist: Tove Nilsson

Layout: Patric Leo

Satz: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling

Druck und Bindung: Livonia Print, Lettland

ISBN 978-3-462-04773-8

Vireca Sten
**SCHÄREN-
SOMMER**

MEINE LIEBLINGSREZEPTE

AUS DEM SCHWEDISCHEN
VON DAGMAR LENDT

KIEPENHEUER & WITSCH

WILLKOMMEN

ESSEN IM SCHÄRENGARTEN

Wenn ich an Sandhamn denke, dann denke ich an Essen.

Ich denke an Kaffeetrinken am Bootsteg und Grillabende im Sonnenuntergang, an Picknick auf einer Klippe und Krebsfeste mit selbst angesetztem Schnaps.

Wir essen viel und gerne hier draußen im Schärengarten. Und es schmeckt. Das war schon immer so.

Es wäre vielleicht übertrieben zu sagen, dass sich hier das ganze Leben ums Essen dreht, aber es ist schon ein Großteil des Tages, der mit der Planung, Vorbereitung und schließlich dem Verzehr all der Köstlichkeiten ausgefüllt ist. Es gibt nämlich keinen anderen Ort, an dem ich mir so viele Gedanken über Mahlzeiten mache wie auf Sandhamn. Es ist ein besonderer Genuss, ausnahmsweise einmal genug Zeit zu haben, ausführlich über die Frage nachzudenken: *Was wollen wir heute Abend essen?*

Und dann muss eingekauft, gehackt, geschnibbelt, mariniert und gegrillt werden.

Im Juni, wenn der Flieder duftet und der Holunder blüht, schwelgen wir in Spargel, Roter Bete und in Butter geschwenkten Zuckerschoten. Dazu schlage ich Sahne für die Erdbeeren und bestreue sie mit viel Zucker.

Im Juli reifen Blaubeeren und Johannisbeeren. Dann hocke ich in den Blaubeersträuchern und pflücke, bis meine Finger lilablau sind. Manchmal gibt es Baisers zu den frischen Beeren, manchmal streue ich sie auf den Lieblingskuchen der Kinder, den weißen Schokoladenkuchen.

Im August, wenn die Luft schwer vom Rosenduft ist, feiern wir Partys mit Krebsen oder frisch gefangenen Maränen. Oder wir legen Unmengen von Gemüse zu einem ordentlichen Stück Fleisch auf den Grill.

Es gibt ja so viel Leckeres.

Ich habe eine Fülle von Erinnerungen an Essen im Schärengarten. Wie an jenen warmen Juliabend auf Kalvskär, die kleine Insel östlich von Sandhamn. Wir hatten neue Kartoffeln dabei, die wir auf einem Campingkocher in Meerwasser kochten. Die Flussbarsche wurden direkt auf den Klippen ausgenommen und geschuppt. Es gab Zuckerschoten und grünen Salat aus dem eigenen Garten und Kuchen mit

Das Lotsenboot auf dem Weg nach Sandhamn. In der Ferne das Leuchfeuer Svängen, das den Beginn der Fahrrinne ins offene Meer anzeigt.

Nächste Seite: Der Mittsommerbaum auf dem Adolfs Torg mitten im Ort. Hierher kommen jedes Jahr Hunderte von Besuchern, um das traditionelle Mittsommerfest zu feiern, mit Akkordeonmusik und Tanz um den Baum.









Blaubeeren aus den lichten Kiefernwäldern von Sandhamn. Die Sonne versank langsam im Meer, umgeben von rosa Wolken, und am Horizont erhob sich die Silhouette des Leuchtturms auf Grönskär. Ein magischer Abend.

Essen führt die Menschen zusammen. Im Laufe der Jahre gab es viele herrliche Mahlzeiten mit Nachbarn und guten Freunden. Frühstück am Bootsteg in Morgenmantel oder Badeanzug. Lange, gemütliche Mittagessen mit einer kleinen Siesta zum Abschluss (es ist ja so schön, faul in der Nachmittagssonne zu dösen).

Da wir hier wohnen wie in Bullerbü, fünfzig Meter weiter wohnt Opa und dreißig Meter weiter die Cousins und Cousinen, versammeln wir uns oft zu gemeinsamen Mittagessen quer durch alle Generationen.

Meistens teilen wir uns die Zubereitung der Mahlzeiten. Einer macht Salat und kocht Kartoffeln, ein anderer grillt oder räuchert Fisch. Oftmals sind es Lebensmittel, die wir selbst geangelt, gepflückt oder im Garten geerntet haben. Für den Nachtschisch bin meistens ich zuständig, ich hatte schon immer eine Schwäche für saftige Pies und üppige Baisertorten.

Ich liebe diese lauen Abende, an denen der Duft von Steaks und Backkartoffeln in der Luft liegt. Wenn es auf dem Grill zischt und kleine Flammen aus der Glut aufzüngeln. Die Schwalben fliegen hoch über unseren Köpfen, aus den umliegenden Gärten der Nachbarn schallt Gelächter.

Später sitzen wir am Steg, während die Kleinsten im Sand spielen. Hat

Sandhamn hat schon immer Schriftsteller und Künstler angezogen, und in den Gärten zeigt sich Kreativität jeglicher Art.

Die Dampfschifflinie nach Sandhamn wurde bereits in den 1860er-Jahren eröffnet, eine Revolution für die Inselanwohner, die bis dahin in die Hauptstadt rudern oder segeln mussten.



man Glück, bleiben die Jugendlichen nach dem Essen noch eine Weile, ehe sie in andere Jagdgründe aufbrechen.

Meine Kinder sind die fünfte Generation auf Sandhamn. Mein Vater ist seit achtzig Jahren hier.

Einige meiner schönsten Sandhamn-Erinnerungen stammen von eben diesen Mahlzeiten, wenn wir zusammensitzen, bis der Himmel sich orangefarbt und die Sonne am Horizont untergeht. Das Meer ist so glatt, dass es an dunkellila Seide erinnert, und die Inseln scheinen auf der blanken Oberfläche zu schwimmen.

Kleine Momente des Glücks.

Nicht nur ich liebe es, im Stockholmer Schärengarten zu kochen. In diesem Buch habe ich Gleichgesinnte besucht, auf anderen Inseln, um einen Blick in ihre Vorratskammern zu werfen und ihre Gerichte auszuprobieren.

Großzügig haben sie mir ihre besten Rezepte verraten: Janne auf Bullerö, Eva und Klara auf Södermöja, Erik auf Harö, Fredrik auf Grönskär, Magdalena auf Lynga und Sarah auf Svenska Högarne.

Es ist für jeden etwas dabei, von Kaffee und Kuchen über Picknick und Brunch bis hin zum festlichen Abendessen. Ich habe verführerische Fischtöpfe gegessen, unwiderstehliche Lammfilets probiert und herrliche Sommerorten gekostet. Und noch vieles mehr.

Außerdem habe ich all meine eigenen Lieblingsrezepte nachgebacken und auch den einen oder anderen Schärengarten-Tipp gesammelt, den ich gern teile.

Herzlich willkommen zum Essen bei mir und meinen Freunden im Schärengarten.

Ich liebe es, am Weststrand von Sandhamn spazieren zu gehen. Hier kam mir zum ersten Mal die Idee, einen Kriminalroman zu schreiben – ich malte mir aus, wie es wäre, eine Leiche im seichten Wasser zu finden ...



KAFFEETRINKEN AUF SANDHAMN

»SEID IHR ZU HAUSE?«

»*Wir sind mit dem Boot unterwegs! Seid ihr heute Nachmittag zu Hause?*«

Das ist eine immer wiederkehrende Frage an alle, die ein Haus auf Sandhamn haben. Wenn man morgens aufwacht, weiß man nie, wer ein paar Stunden später vor der Tür steht. An spontanen Besuchen herrscht kein Mangel, sei es, dass die Gäste sich vorher ankündigen oder schlichtweg eine SMS schicken: »*Wir sind jetzt im Hafen* ☺«

Manchmal geben sich die Besucher die Klinke in die Hand, manchmal kommen sie alle auf einmal. Erwachsene und Teenager, kleine Kinder und Bekannte von Bekannten. Den ganzen Sommer lang ein ständiger Strom, und manchmal überlege ich, halb im Scherz, halb im Ernst, unser Sommerhaus in »Pension Sten« umzutaufen.

Deshalb versuche ich, immer ein bisschen Gebäck vorrätig zu haben. Man weiß nämlich nie, wie viele Personen am Kaffeetisch sitzen.

Im Jahr 1917 kam mein Urgroßvater Oscar nach Sandhamn und kaufte unseren Familiensitz von einem Lotsenmeister, der sich ein Haus direkt am Wasser gebaut hatte. Die Leute im Dorf hatten den Lotsenmeister ausgelacht, damals wollte nämlich niemand an einem so ungeschützten, windigen Fleck wohnen. Der Lotse hielt es drei Jahre aus – dann tauchte mein Urgroßvater auf.

Oscar freute sich, einen so guten Fang gemacht zu haben, ein schönes Haus im Schärengarten mit Meer und Sonnenuntergang vor der Tür. Außerdem hatte er es spottbillig bekommen – glaubte er.

Der Lotsenmeister war ebenfalls glücklich. Er hatte einem naiven Stockholmer sein zugiges Haus weit außerhalb der Dorfgemeinschaft aufgeschwatzt. Und dazu noch für ein hübsches Sümmchen, weit mehr, als es wert war – glaubte er.

Alle waren zufrieden, und seitdem hat unser Familienclan all seine Sommer hier verbracht.

Bei mir stellt sich sofort ein Glücksgefühl ein, wenn ich an Bord der Fähre gehe, die uns zur Insel bringt; endlich sind wir auf dem Weg nach draußen. Wenn der schmale Sund auftaucht, die roten Häuser und die weißen Bojen, die an den Stegen auf den Wellen tanzen, wird mir warm ums Herz.

Auf Sandhamn gibt es keine Autos, aber umso mehr Fahrräder und Karren. In unserem alten Bollerwagen habe ich schon alles transportiert, von Lebensmitteln und Gepäck bis zu Kindern und Haustieren. Im Hintergrund wacht der alte Lotsenturm, der früher rund um die Uhr besetzt war.

Nächste Seite: Was könnte gemütlicher sein als ein Kaffeeklatsch mit guten Nachbarn auf der Veranda? Die altmodischen Sprossenfenster geben einem fast das Gefühl, als säße man draußen. Dies ist mir der liebste Platz im ganzen Haus.







Weit draußen vor der Küste liegt diese kleine Insel, die heute knapp hundert ständige Einwohner hat. Trotzdem ist es eine lebenskräftige Gemeinschaft, mit Geschäften, Wirtshaus, Hotel und Kindergarten. Im kleinen Supermarkt kann man Lebensmittel und Alkohol kaufen, Medikamente abholen und Geld abheben. Die Waxholmfähren gehen mindestens vier Mal am Tag Richtung Festland – sogar im Winter.

Aber erst im Sommer lebt Sandhamn so richtig auf, mit dreitausend Feriengästen und über hunderttausend Besuchern pro Jahr.

Nicht umsonst ist Sandhamn – oder Sandön, wie die Insel eigentlich heißt – das populärste Ausflugsziel des Stockholmer Schärengartens. Sie ist auch die einzige Insel, die aus Sand statt aus Felsgestein besteht, im Unterschied zu den anderen vierundzwanzigtausend Inseln.

Während der Sommermonate wird der Hafen von Booten belagert, das Seglerhotel ist ausgebucht, und die Caféterrassen sind voll. Die Touristen pilgern zu den flachgründigen Stränden von Trouville im Südosten, wo das Wasser warm und der Sand weiß ist. Abends liegt der Duft von Essen in der Luft, dann wird auf Booten und in Gärten gegrillt.

Dass dies eine gesellige Insel ist, daran besteht kein Zweifel. Sie ist wie gemacht, um sich in größerer Runde zum Essen zu treffen. Womit wir wieder am Anfang wären:

»Seid ihr heute Nachmittags zu Hause?«

Wenn wir Gäste haben, beginnen wir fast ausnahmslos mit *dem Kaffee*.

Auf Sandhamn ist nachmittags Kaffeezeit, das gehört sozusagen zur Kultur.

Im günstigsten Fall bleibt noch Zeit, Bullar, die hier beliebten Hefebällchen, und einen weichen Kuchen zu backen, andernfalls muss man improvisieren, indem man einen alten Zuckerkuchen mit Schlagsahne bestreicht, frische Himbeeren drüberstreut und das Ganze »Sommerkuchen« nennt.

Im Laufe der Jahre habe ich einige Tricks gelernt, um immer vorbereitet zu sein: Im Gefrierschrank lagern rohe Bullar. Die lasse ich eine Stunde auftauen und schiebe sie dann in den Ofen, und Simsalabim!, kann ich frisch gebackene Bullar anbieten.

Ein anderer guter Trick ist, immer eine Tüte Skorpa, die in Deutschland als Schwedenbrötli verkauft werden, im Vorratsschrank zu haben. Die schmecken gut und halten ewig, wenn man sie trocken lagert.

In den alten Bootsschuppen wird alles Mögliche aufbewahrt: Fischernetze, alte Ruder, Werkzeug und verschiedene Gerätschaften, die man vielleicht noch mal braucht. Hier stopft man alles hinein und noch ein bisschen mehr.

Nächste Seite: Der Hafen von Sandhamn – oder Sandön, wie die Insel eigentlich heißt – war einst voller Segelschiffe, die auf günstigen Wind Richtung Hauptstadt warteten. Erst im siebzehnten Jahrhundert wurde die Insel besiedelt, ein Resultat des königlichen Erlasses an die Bauern von Eknö, eine Lotsenstation zu bemannen.

Aber am liebsten möchte ich rechtzeitig vorgewarnt werden, denn ich liebe es, zu backen und ordentlich aufzutafeln, im wahrsten Sinne des Wortes. Ich kann mir nichts Schöneres vorstellen als eine altmodische Kaffeetafel mit Unmengen von leckeren Sachen: Bullar mit Blaubeerfüllung, Schokoladenrolle mit Punschcreme, ein Pie mit frischen Beeren. Manchmal halten wir Kaffeeklatsch auf der Veranda, wo das Licht am schönsten ist, manchmal unten am Steg, wo die Wellen rauschen.

Wenn dann der Tisch mit Kaffeeservice und Tortenplatten, Bullar und Kuchen gedeckt ist, bin ich restlos glücklich. Aber man muss draußen aufpassen. Dreht man den leckeren Sachen den Rücken zu, und sei es nur, um frischen Kaffee zu holen, sind sofort die Möwen da. Sie stoßen herab, schnappen sich die Kuchen vom Teller und machen sich kreischend mit vollen Schnäbeln aus dem Staub. Und wer könnte es ihnen verdenken? Es schmeckt einfach zu gut!







BLAUBEERBULLAR

Für 20 Bullar:

100 g Butter
400 ml Vollmilch
1 TL Kardamom (gemahlen)
100 g Kristallzucker
1 Prise Salz
25 g Hefe
ca. 600 g Weizenmehl

FÜLLUNG

250 g Mandelmasse oder
Rohmarzipan
225 g Blaubeeren
50 g Kristallzucker

1 Ei zum Bestreichen

Blaubeeren pflücken macht mich innerlich ruhig. Es hat fast etwas Meditatives, wenn man zwischen den Blaubeersträuchern hockt und pflückt, bis die Finger lila sind. Oft habe ich dabei ein Hörbuch oder das Sommerprogramm von P1 im Ohr. Anschließend backe ich köstliche Blaubeerbullar mit Mandelmasse, die rundet ab und gibt Süße.

Die Bullar lassen sich gut einfrieren, aber am besten schmecken sie frisch aus dem Ofen.

Zubereitung

1. Die Butter zerlassen, Milch, Kardamom, Zucker und Salz hinzugeben. Handwarm (37°) werden lassen. Die Hefe fein zerbröseln und die Flüssigmischung darübergießen. Rühren, bis die Hefe sich aufgelöst hat.
2. Das Mehl bis auf einen kleinen Rest einarbeiten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Falls nötig, mehr Mehl zugeben. Den Teig ca. 40 Minuten unter einem Tuch gehen lassen.
3. Die Mandelmasse in 20 ziemlich dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben sollten einen Durchmesser von etwa 5 cm haben.
4. Den Ofen auf 225° vorheizen. Den Hefeteig auf einen bemehlten Tisch geben und in zwei Hälften teilen. Anschließend jede Hälfte nochmals in zehn Teile teilen, zu Kugeln formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Die Teigkugeln andrücken, sodass sie abgeflacht sind.
5. In jede Kugel eine Scheibe Mandelmasse drücken. In die Vertiefung einen Esslöffel Blaubeeren geben und mit Zucker bestreuen. Die Teigkugeln unter einem Tuch nochmals ca. 25 Minuten gehen lassen.
6. Die Ränder mit Ei bestreichen und die Bullar auf mittlerer Schiene ca. 12 Minuten backen.



ZITRONENMUFFINS

Für 12 Muffins:

125 g Butter, zimmerwarm
150 g Kristallzucker
2 große Eier
1 TL Vanillezucker
100 ml Milch
210 g Weizenmehl
1 ½ TL Backpulver
1 Zitrone, Schalenabrieb
und Saft (Saft nur von
einer Hälfte!)
Schlagsahne
Erdbeeren

Muffins sind die Retter in der Not, wenn es schnell gehen soll. Es dauert nur eine Viertelstunde, den Teig herzustellen, und eine weitere Viertelstunde, um sie zu backen. Flotter geht's nicht. Mit Erdbeeren und Schlagsahne der pure Genuss.

Wenn ich es ganz eilig habe, lasse ich die Zitrone weg und rühre stattdessen 2–3 Esslöffel Kakaopulver unter den Teig. Schokoladenmuffins sind nämlich auch sehr lecker. Dazu passen Himbeeren.

Zubereitung

1. Backofen auf 180° vorheizen. Butter und Zucker mit dem Handmixer ca. 5 Minuten schaumig rühren.
2. Die Eier nacheinander untermixen. Vanillezucker und Milch zugeben.
3. Mehl und Backpulver mischen. Die Mischung in den flüssigen Teig geben und verrühren. Die Schale einer ganzen Zitrone abreiben, eine Zitronenhälfte auspressen. Saft und geriebene Schale unter den Teig rühren.
4. Die Mulden einer Muffinform jeweils zu $\frac{2}{3}$ füllen und auf mittlerer Schiene ca. 15 Minuten backen.
5. Die Muffins vor dem Servieren mit einer Erdbeere und einem Klecks Schlagsahne garnieren.

