



Lauchgemüse

Deutschland, 14. Jhd.

4 Personen (als Beilage)

- *Lauch*
 - von 600g Lauch das Weiße
 - 30g Reismehl
 - Salz, Pfeffer, Muskatnuß, Basilikum und evtl. andere Gewürze nach eigenem Geschmack
 - Mandelmilch
 - 75g Mandeln
 - ¼l Wein oder Wasser mit Wein gemisch
 - 1 TL Zucker
-
- Den Lauch gut säubern, in feine Ringe schneiden
 - Mit dem Reismehl vermischen
 - Aus Mandeln und Wein die Mandelmilch herstellen, mit Zucker abschmecken
 - Lauch in der Mandelmilch mit den Gewürzen gardünsten



64. Ein mu:os mit lauche. Ein Mus mit Lauch.

Ein mus mit lauche. nim wizen lauch vnd hacke in cleine vnd mengez wol mit gu:oter mandelmilich vnd mit ris mele. vnd wol gesoten. Aber ein vasten mu:os gemachet wol mit mandel milich vnd wol gemenget mit ris mele. vnd daz su:ede wol vnd versaltz niht.

Nimm das Weiße vom Lauch und hack es fein und vermenge es mit guter Mandelmilch und mit Reismehl. Und koch es gar. Auch als Fastengericht gut zu machen mit Mandelmilch und Reismehl vermengt. Und das koch gar und versalz es nicht.

Das Buch von guter Speise

Büroanschrift

1. Vorstand
Stephan Drexler
Guntherstr. 23
76297 Stutensee
Mobil: +49 177 - 6446505
Festnetz: +49 7244 - 4071066

Leben Anno 1482 e.V.

E-Mail: leben_anno@1482ev.de
Home: <http://www.1482ev.de>
IBAN: DE31 6605 0101 0108 0543 13 BIC: KARSDE66XXX Sparkasse Karlsruhe
Finanzamt Durlach AZ: : 340002/37278 Verzeichnisnummer: 1215
Amtsgericht Mannheim Vereinsregister-Nr.: VR 103283

2. Vorstand
Bianca Velte
Schieferstr. 19
73037 Göppingen
Mobil: + 49 177-8661301
Festnetz.: +49 7161-9654313

Lauchmus

Deutschland, 14. Jhd.

4 Portionen oder für den Burgkessel

- 400g Lauch [4kg]
- 20g Mandeln [200g]
- ¼l Milch oder Brühe [¾l]
- etwas Reismehl [30g]
- Salz, Muskat

In eckigen Klammern [] Mengen für den Burgkessel

- Aus den gemahlenden Mandeln und der Flüssigkeit eine [Mandelmilch](#) aufschlagen
- Lauch gut säubern und auswaschen, klein schneiden in Ringe oder Stücke, mit etwas Wasser im Topf zusammenfallen lassen
- Mandelmilch hinzugeben und unter Umrühren erhitzen; weich kochen lassen
- Reismehl nach und nach zugeben und eindicken lassen
- Leicht salzen und mit Muskat abschmecken

Mandelmilch

- 120g ungeschälte Mandeln
- 1 Liter Wasser (oder Wasser-Wein-Gemisch)
- Gaze zum Filtern
- Einen kleinen Topf mit Wasser erhitzen
- Wenn es kocht, die Mandeln ins Wasser geben und warten, bis es aufkocht
- Herausnehmen und unter kaltem Wasser abschrecken
- Danach die Mandeln schälen
- In den Becher des Mixers geben, das Wasser zugeben und so lange mixen, bis eine weiße Flüssigkeit entsteht
- Ein Stück Gaze nehmen, es einmal falten, befeuchten und sorgfältig ausdrücken
- Über ein Abtropfgestell spannen und die Flüssigkeit filtern

Büroanschrift

1. Vorstand
Stephan Drexler
Guntherstr. 23
76297 Stutensee
Mobil: +49 177 - 6446505
Festnetz: +49 7244 - 4071066

Leben Anno 1482 e.V.

E-Mail: leben_anno@1482ev.de
Home: <http://www.1482ev.de>
IBAN: DE31 6605 0101 0108 0543 13 BIC: KARSDE66XXX Sparkasse Karlsruhe
Finanzamt Durlach AZ: : 340002/37278 Verzeichnisnummer: 1215
Amtsgericht Mannheim Vereinsregister-Nr.: VR 103283

2. Vorstand
Bianca Velte
Schieferstr. 19
73037 Göppingen
Mobil: + 49 177-8661301
Festnetz.: +49 7161-9654313