

Westfälischer Pumpernickel g. g. A.



Bekömmlich und haltbar

Um die Entstehung des Namens Pumpernickel ranken sich viele Legenden. So sah Kaiser Napoleon das dunkle Brot angeblich als gerade mal gut genug für sein Pferd, als „bon pour Nickel“ an. Pumpernickel, das schwarze Brot der Westfalen, gehört in ganz Deutschland zu den beliebten Brotsorten und wird auch im Ausland geschätzt. Zum Einen aufgrund seiner Bekömmlichkeit, zum Anderen wegen der langen Haltbarkeit: eingeschweißt mehrere Monate, in Dosen sogar bis zu zwei Jahre.



Nur echt aus Westfalen-Lippe

Die vermutlich erste, heute immer noch existierende Pumpernickel-Bäckerei wurde 1570 in Soest gegründet. Seit 2014 trägt der Westfälische Pumpernickel das EU-Siegel „geschützte geografische Angabe (g. g. A.)“. Der Westfälische Pumpernickel g. g. A. wird ausschließlich im Gebiet des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (aber ohne den Kreis Lippe) und immer aus Roggenmehl hergestellt.

Herbe Süße aus Roggen

Im Vergleich zum gängigeren Weizenmehl hat Roggen völlig andere Backeigenschaften, die zur Entstehung der seit Jahrhunderten überlieferten Produktionsweise führten: Mindestens 16 Stunden wird der Pumpernickel bei Temperaturen um 100 °C im geschlossenen Backkasten gedämpft. Dadurch karamellisiert die im Schrot enthaltene Stärke, was dem Brot seinen typisch herb-süßen, zugleich herzhaften Geschmack und die dunkle Farbe verleiht.

Ofengulasch mit Pumpernickel

Zutaten

Zutaten für 12-15 Portionen:
300 g Westfälischer
Pumpernickel g. g. A.
3 kg Rindfleisch (Gulasch)
3 Bund Suppengemüse
10 Lorbeerblätter
je 2 EL Wacholderbeeren und
weiße Pfefferkörner
3 Flaschen trockenen
Rotwein
1 kg Zwiebeln

Öl zum Anbraten
100 g Honig
Salz und Pfeffer



Zubereitung

Das Fleisch mit Suppengemüse, Wacholderbeeren und Pfeffer in Rotwein 24 Stunden marinieren (250 ml vom Wein für die Sauce zurückhalten). Dann das Fleisch aus der Marinade nehmen und in mundgerechte Stücke schneiden. Öl in einem ofenfesten Topf erhitzen und erst das Fleisch, dann die Zwiebeln anbraten, so dass alles schön gebräunt ist. Die Marinade durch ein Sieb gießen und damit das Fleisch und die Zwiebeln ablöschen. Den Topf für 1 Stunde bei 180 °C in den Ofen schieben. Nun den Pumpernickel zerbröseln und mit den 250 ml Wein und dem Honig in einem anderen Topf köcheln lassen. Wenn das Fleisch eine Stunde im Ofen war, kommt die Pumpernickelsauce dazu und das Gulasch bleibt für weitere 45 Minuten im Ofen. Sauce noch mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp:

Reste (falls es welche gibt) schnell kühlen, dann können sie am nächsten Tag sehr gut aufgewärmt werden.

