



Kräutersoßen

Frankfurter Grüne Soße



Bärlauch



Basilikum



Borretsch



Dill



Estragon



Kerbel



Kresse



Liebstöckel



Petersilie



Sauerampfer



Schnittlauch



Zitronenmelisse



Die echte Frankfurter Grüne Soße

Auch weltbekannt unter dem Namen "Grie Soß" besteht aus den bekannten sieben Kräutern: Petersilie, Borretsch, Kerbel, Kresse, Pimpernelle, Sauerampfer und Schnittlauch. Der Name ist geschützt und so darf die Kräutermischung unter diesem Namen nur von fünf Gärtnerfamilien in Frankfurt angeboten werden. Eine Normalpackung enthält 125 Gramm der Kräutermischung. Woher die „Frankfurter Kräutersoße“ stammt ist unklar. 1768 hat jedoch schon der Koch des Frankfurter „Weißen Schwanen“ in seinem Kochbuch eine Kräutersoße erwähnt.

Ein alter Frankfurter Spruch sagt:

"Wer aa mal hier Grie Sooß duht esse, werd unser Frankfurt nie vergesse!"

Ein Originalrezept für 4 Personen

Je 1 Bund Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Kresse, Pimpernelle, Sauerampfer und Borretsch

200 g Sauer Sahne, 500 g Joghurt, 500 g Mayonäse, Zitronensaft, Salz, 10 Eier

Immer alle sieben Kräuter, waschen und zerkleinern, die Eier hart kochen und zerkleinern, alles zusammen in eine Schüssel verrühren und mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Dazu Salzkartoffeln/Pellkartoffeln und eventuell noch gekochtes Tafelspitz

Weitere interessante Kräutersoßen

Wer sich einmal mit der Frankfurter Kräutersoße beschäftigt hat, bemerkt bald, dass es auch andere interessante Kräutermischungen und -rezepte gibt. Der Fantasie sind da keine Grenzen gesetzt. Anstelle der nur 7 Kräuter bei der „Echten Frankfurter Soße“, stehen uns hier 13 Kräuter zur Verfügung

Küchenkräuter für Kräutersoßen

- Bärlauch..... Intensiver Eigengeschmack, anstelle von Zwiebeln
- Basilikum..... Sehr intensiv schmeckend, nicht Jedermanns Geschmack
- Borretsch
- Dill..... Intensiver Eigengeschmack
- Estragon
- Kerbel
- Kresse..... Intensiver Eigengeschmack
- Liebstöckel..... Intensiver Eigengeschmack
- Petersilie (glatt oder kraus)
- Sauerampfer
- Schnittlauch
- Zitronenmelisse
- ZwiebelschlotenAnstelle von Zwiebeln

Rezept: Kräutersoße für 4 Personen:

Man nehme ca. 300 g Kräuter: Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Sauerampfer, Dill, Borretsch, Kresse, Estragon, Liebstöckel, Zitronenmelisse,

2 Zwiebeln, 2 hartgekochte Eier, 1 El Essig, 2 El Öl, 1/4 Liter Sauerrahm, 150 gr. Joghurt, 1 Prise Zucker, Salz und Pfeffer.

Alle Kräuter verlesen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Zusammen mit den abgezogenen Zwiebeln recht fein wiegen oder hacken und in eine große Schüssel geben. Mit Essig, Öl, Sauerrahm und Joghurt verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt an einem kühlen Ort ruhig eine Stunde durchziehen lassen. Danach die hartgekochten Eier grob hacken und unterrühren. Nochmals mit Salz, Pfeffer und eventuell etwas Zucker abschmecken, etwa 15 Minuten durchziehen lassen und mit Pellkartoffeln und z.B. Frikadellen servieren.