Artikel vom 25.02.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 17:56 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/erbsen-fladen-etwa-1350-deutschland

Erbsen-Fladen (etwa 1350, Deutschland)



Foto: Marcel Jaxy

Zutaten (für 4 Personen):

400 g gelbe Schälerbsen (über Nacht eingeweicht)

2 Zwiebeln

100 g Mehl (Dinkel oder Roggen)

1 Prise Salz

Fett zum Ausbacken (Schmalz oder Öl)

eine Handvoll Majoran

einen Klacks Waldhonig

eventuell 1 Ei

Zubereitung:

Wenn der Beutel leer und der Hunger groß ist, greift der gemeine Mann zur Erbse. Kochet die Erbsen so lange, bis sie weich wie die Kissen eines Bischofs sind, und zerdrückt sie zu einem Brei. Hackt die Zwiebeln fein und mengt sie mit dem Mehl und dem Majoran unter die Erbsenmasse, bis Ihr einen Teig habt, der nicht mehr an den Fingern klebt wie Pech. Formt daraus flache Fladen.

Erhitzt das Schmalz in der Pfanne und bratet die Fladen, aber auf kleiner Flamme, von beiden Seiten goldbraun. Gelingt Euch nun noch das Stibitzen des güldenen Bienennektars, so beträufelt Eure Fladen mutig damit! Ein kräftiges Mahl, das den Bauch füllt und den Bauern für die Feldarbeit stärkt, ohne dass er sein letztes Hemd verpfänden muss. Wer es nicht gern schön krümelig mag, der schummelt unter den Teig das Ei einer Henne, so bindet es das Ganze gar köstlich.

Marcel Jaxy