

Celticgarden



Muckefuck  
oder  
Kaffeersatz  
aus der heimischen  
Natur



Kleine Bibliothek

Altes Wissen

Band 3



Dieses kleine Büchlein soll nur als Anreiz dienen, wie man aus Pflanzen einen Kaffeeersatz herstellen kann. Die Rezepte sind aus dem Jahre 1666 - 1853 entnommen. Für weitere Infos, wie zum Beispiel die genaue Zubereitung, benutzt ihr bitte das Internet oder fragt bei einem Fachkundigen nach.

)O(

Jeglicher Nachdruck ist nicht gestattet!

2. Auflage 2014

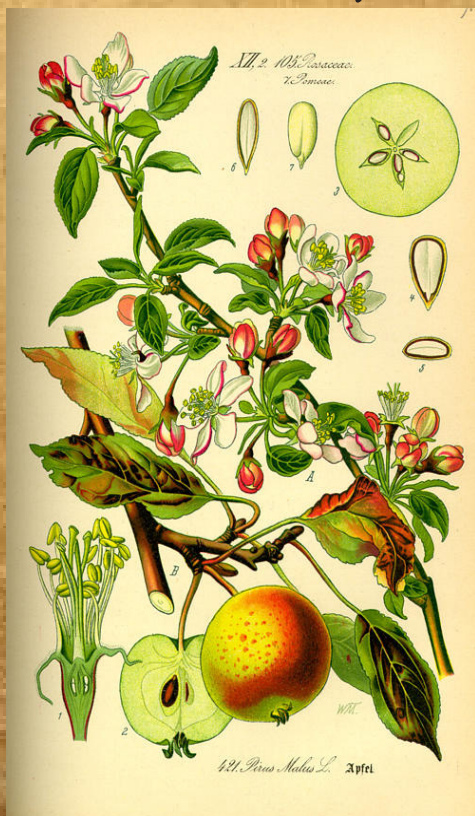
© 2014 by Celticgarden-Verlag

Alle Rechte vorbehalten.

Als Kaffeersatz hat man bis jetzt folgende Pflanzenteile verwendet:

## Apfel - und Birnenschnitze

Die Apfel - oder Birnenschnitze müssst ihr gut trocknen, zerschneiden und gut bis zur Bräune in einer Pfanne ohne Fettbeigabe rösten. Sie ergeben einen süßen Kaffee, bei dem man sich den Zucker sparen kann.



(Apfel)



(Birne)



## Bohnen

Man weicht sie 14 Stunden in Wasser ein, schält die Haut ab, zerschneidet und trocknet sie. Nach dem Trocknen werden sie sehr stark geröstet. Den besten Kaffeeersatz aus Bohnen geben die kleinen Saubohnen. Von innen müssen die Bohnen schwarz-braun sein, da sonst der Kaffee einen rohen Geschmack erhält.



(Feuerbohne)

## Wegwartenwurzel

Die Wurzeln werden gewaschen, in Stücke geschnitten und sehr stark geröstet. Durch das Rösten erhält sie einen eigentümlichen aber nicht unangenehmen Geruch und gibt ein Getränk, das zwar kein Kaffee ist, aber die gleichen Vorzüge hat und daher sehr als Kaffeeersatz geeignet ist.



(Wegwarte)



## Dattelkerne

Die Dattelkerne werden vom Fruchtfleisch gereinigt, ein wenig getrocknet und geröstet. Nach der Röstung müsst ihr sie zermahlen. Geröstet geben sie ein ganz kaffeeähnliches Getränk, das am Wohlgeruch des echten Kaffees noch übertrifft.



(Frische Datteln)

## Eicheln

Eicheln lässt man für ein paar Wochen trocknen und befreit den Samen von der Aussenhülle. Diese Samen werden braun geröstet. Dieser Kaffeersatz schmeckt sehr stark, um ihn ein bisschen die Stärke zu nehmen, lässt man die Eicheln ein paar Tage in Wasser, wobei das Wasser jeden Tag erneuert werden muss.



(Eiche)



## Erbse

Getrocknete Erbsen werden geröstet, zermahlen und wie Kaffee zubereitet. Dieser Kaffeersatz schmeckt nicht gerade gut, aber wurde Anno 1770 oftmals als Streckmittel für echten Kaffee genommen. Um ein bisschen den eigenartigen Geschmack der Erbsen herauszubekommen, können sie vor der Röstung entwässert werden.



(Erbse)



## Erdmandel

Die Erdmandel wird auch Tigernuss genannt. sie ergibt einen sehr guten Kaffeeersatz. Man entfernt nur die kleinen Wurzeln und bräunt sie so lange, daß sie aussen die Farbe von einem schwarz gebranntem Kaffee haben. Röstet man sie länger, verlieren sie an ihrem guten Geschmack.



(Erdmandel)



## Brot

Roggen oder Weizenbrot werden in Würfel geschnitten, getrocknet. Ihr könnt sie alleine oder aber auch mit frischen gemahlenden Kaffeebohnen rösten.



## Feigen

Getrocknete Feigen werden genauso zubereitet wie die Apfel- und Birnenschnitze.

## Hafer

Der Kaffee davon hat etwas gewürzhaftes an sich. Der Hafer muss vorher geschält und dann geröstet werden.

## Hagebutten

sie werden in Stücke geschnitten und zu gleichen Teilen Kaffee geröstet. Anno 1779 wurde dieser Kaffee sogar so verkauft.



## Haselnüsse

Sie werden genauso zubereitet, wie bei den Bohnen.



## Kartoffeln

Die rohen Kartoffeln werden geschält, gewaschen und in Würfel geschnitten. sie müssen 12 - 24 Stunden bedeckt in Wasser liegen. Danach wird es abgeseigt und die Kartoffeln gut ausdrücken. So sollte man dann noch 2-3 mal wiederholen. Worauf dann die Kartoffelwürfel getrocknet und geröstet werden.



(Kartoffel)

## Klettenlabkraut

Der Samen des Klettenlabkrauts wird getrocknet und zerstoßen. Dann röstet man es sehr vorsichtig. Anno 1790 wurde dieser Kaffeeersatz in Ostfriesland getrunken.



(Löwenzahn)



(Klettenlabkraut)

## Löwenzahn

Die Wurzel wird klein geschnitten und geröstet. Anno 1808 berichtete man von armen Leuten die diesen Kaffeeersatz als Absud tranken.



### Mehlteig

Ein Teig aus Roggen, Weizen - oder Hafermehl, der mit Wasser verknetet, dann in kleine Stücke geschnitten und getrocknet wird. Dann werden die Teigstücke wie Kaffeebohnen geröstet.

### Rosskastanien

Die Kastanien werden getrocknet, geschält und in Stücke zerschnitten. Dann werden die Kastanienstücke gut eine halbe Stunde mit heissem Wasser ausgezogen. Danach wieder trocken und rösten. Dieser Kaffeeersatz kam Anno 1899 in Gebrauch.



## Roggen

Dieser Kaffeersatz ist schon seit Anno 1750 in Deutschland in Gebrauch. Der Roggen ergibt einen sehr besonders angenehmen Kaffee, wenn er vorher von seinen stark schmeckenden Teilen befreit wird. Der Roggen wird in kaltem Wasser über Nacht eingeweicht. Danach giesst man das Wasser ab und übergiesst den Roggen mit frischem Wasser, das man zusammen zum Kochen bringt. Dann wird alles durch ein Sieb gegossen und dreimal mit kochendem Wasser übergossen. Nun wird der Roggen in der Sonne oder im Ofen schnell getrocknet. Wenn er trocken ist, muss er hell geröstet und zermahlen werden.



## Vogelkirsche

Die Frucht wird getrocknet, etwas geröstet, zermahlen. Diesen Kaffeeersatz kann man ohne Zucker trinken, weil er einen süßlichen Geschmack hat. 18 -20 Kirschen sollen ca. 17 g Kaffee ersetzen.



(Wacholder)



(Vogelkirsche)

## Wacholderbeeren

Wacholderbeeren werden schwach geröstet



## Runkelrübe

Man schneidet die gereinigten Rüben in Stücke von der Größe einer Kaffeebohne. Größere rösten sich nicht so gut und kleinere verbrennen leicht. Nachdem sie getrocknet sind, werden sie geröstet. Man soll es am Geruch merken, wann die Röstung beendet ist. Zuerst soll der Geruch süßlich sein, dann widrig und zuletzt sehr unangenehm. Sobald die Rübenstücke schwammig werden und sich leicht zwischen den Fingern zerdrücken lassen., keinen süßlichen Geruch mehr haben und eine gelbbraune Farbe angenommen haben, nimmt man sie vom Herd und lässt sie erkalten. Sie gleich zermahlen und verpacken, weil sie an der Luft feucht werden.



### Weintraubenkerne

Sie wurden als Streckmittel dem echten Kaffee in Straßburg beigefügt.

### Weißdorn

Die Beeren werden durchgeschnitten, getrocknet und geröstet.



(Weißdorn)

Der echte Kaffee verdankt seine belebende und anregende Eigenschaft dem Koffein, den leider die vorgestellten Pflanzen nicht beinhalten. Damit können die vorgestellten Pflanzen nur als Kaffeersatz dienen, aber den Kaffee nicht ersetzen.

Trotzdem wünsche ich bei den Zubereitungen viel Spass.

Eure Katuschka



[www.celticgarden.de](http://www.celticgarden.de)  
[katja@celticgarden.de](mailto:katja@celticgarden.de)