

„Tante-Ruth-Salat“: Ein Kochrezept mit vielen Erinnerungen

In meinem Buch „Aus Großmutter's Küche“ steht auch „Ruths Chicorée-Salat“. Und wie bei einigen anderen Rezepten bleibt es auch bei diesem nicht aus, dass dieser ominöse Salat eng mit meiner alten Freundin Ruth verbunden ist. Er ist saftig und lecker. Meine Kinder nennen ihn übrigens den „Tante-Ruth-Salat“!



Chicorée wurde erst Mitte des 19. Jahrhunderts in Belgien „entdeckt“. Seitdem hat sich das vergleichsweise junge Gemüse einen festen Platz in den Kochbüchern erobert – als Rohkost, gedünstet oder gebraten. Vor allem in Belgien und Frankreich ist Chicorée sehr beliebt. Und gesund ist er dazu!

Ruth war eine sehr liebe Freundin, die ich noch vom Pensionat in der französischen Schweiz her kannte. 67 Jahre ist das jetzt her ...!

Trotz räumlicher Distanz sahen wir uns in den ganzen Jahren danach relativ oft. Unsere Kinder spielten miteinander, und unsere Männer wurden genauso Freunde wie Ruth und ich. Wir erlebten gemeinsam großes Leid, als Ruths Mann viel zu früh verstarb und unsere kleine Tochter tödlich verunglückte.

Wenn ich bei Ruth zu Besuch war und wir durchs Dorf fuhren oder gingen, musste sie immer wieder anhalten, um mit Dorfbewohnern zu reden. Sie kannte viele von ihnen persönlich. Es war bewundernswert, wie sie Anteil an deren Schicksalen nahm und immer ein offenes Ohr gleichermaßen für Kümmernisse wie für erfreuliche Berichte hatte. Ruth war fromm im positiven Sinn, ich würde eher sagen, sie war eine aktive Christin. Sie hatte auch viel Sinn für Humor. Ich sehe sie heute noch vor mir, wie sie mit entsprechenden Gesten und Sprache den Witz über das „Breitmaul-Nashorn“ erzählte. Den Witz habe ich inzwischen einfach vergessen, Ruths Gesichtsausdruck beim Erzählen nicht!

Aber eines Tages erhielt ich die traurige Nachricht, dass meine bis dahin fitte und aktive Freundin Ruth ganz plötzlich verstorben war. Später erfuhr ich dann, dass ihre weit entfernt wohnenden Kinder mehrere Male vergeblich versucht hatten, sie telefonisch zu

erreichen. Erst zwei Tage später entdeckte eine der Töchter beim Nachschauen die Mutter tot auf dem Boden ihrer Garage. Offenbar hatte sie einen Schlaganfall erlitten. Und wir alle hoffen bis heute, dass sie nicht leiden musste ... Und immer, wenn ich Ruths Chicorée-Salat zubereite, denke ich in liebevoller Erinnerung an meine alte Freundin!

Ruths-Chicorée-Salat (für eine Person)

2 mittelgroße Chicorées, ein halber kleiner Apfel, eine halbe Banane, Orangenschnitze von einer halben Orange ohne Haut.

Die Chicorées in Röllchen, den halben Apfel in kleine Stücke, die Banane in Scheiben schneiden und die Orangenschnitze halbieren.

Salatsauce:

1 Esslöffel Salatöl, 1 Kaffeelöffel Zitronensaft, etwas Senf, Kräuter, klein geschnitten nach Belieben, etwas Salz, ein paar Spritzer Maggi und einen halben Kaffeelöffel Sahne. Alles verrühren und mit den Zutaten vermischen.

In memoriam Ruth

Text & Foto:

Verena von Asten

www.verenavonasten.be



Kurzzeitpflege im Altenheim



Es ist nicht immer leicht, eine pflegebedürftige Person zu Hause zu betreuen. Um die Familie zu unterstützen, bieten viele Alten- und Pflegeheime eine Kurzzeitpflege an.

Die Freie Krankenkasse erstattet für den Kurzaufenthalt in einem anerkannten Haus täglich 22 € bzw. 24 € für Personen mit Anrecht auf den Vorzugstarif, während maximal 14 Tagen pro Jahr.

Informieren Sie sich in unseren Geschäftsstellen oder auf unserer Internetseite!

www.freie.be

