

## Frankfurter Grüne Soße – „Frankfurter Grie Soß“

... wurde 2016 von der Europäischen Kommission das Gütezeichen „geografisch geschützte Angabe“ verliehen.

Das klingt ja ziemlich bedeutend. Was ist denn diese Grüne Soße überhaupt? Es handelt sich dabei um eine Mischung aus sieben Kräutern, die in Frankfurt oder nahe der Stadtgrenze angebaut werden und in einer „Kräutergebinderolle“ verkauft wird. Die sieben Kräuter sind: Boretsch, Kerbel, Kresse, Petersilie, Pimpinelle, Sauerampfer und Schnittlauch. Nur im Ausnahmefall kann Petersilie auch aus anderen Gebieten bezogen werden. Keines der genannten Kräuter



darf mit mehr als 30 Prozent Gewichtsanteil vertreten sein. Die genauen Regelungen dazu findet man in einem Amtsblatt der Europäischen Union <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:32016R0326&rom=DE>

Aus dieser Kräutermischung wird dann eine kalte Kräutersauce hergestellt. Diese Grüne Soße hat eine ziemlich lange Historie. Schon Goethe soll sie gegessen haben. Die erste gedruckte Version eines Rezeptes stammt aus 1860. Selbstverständlich gibt es unendlich viele Rezepte. Diskutiert wird immer wieder, ob die Sauce mit Mayonnaise oder Sauermilchprodukten (wie Saure Sahne, Schmand, Joghurt) hergestellt wird. Auch die Art zu Würzen ist bei den Köchen in Frankfurt sehr unterschiedlich.

Um die ultimativ beste Frankfurter Grüne Soße zu krönen, gibt es nun in der Stadtmitte Frankfurts seit einigen Jahren das sog. „Grüne Soße Festival“ <http://www.gruene-sosse-festival.de/>. An acht



Abenden kommen ca. 500 Gäste in ein Zelt, um Grüne Soße zu verkosten. Sieben Mal wird aus den sieben Soßen des Abends ein Tagessieger durch das Publikum gewählt (ganz korrekt mit Auszählung durch einen Notar). Und am achten Abend treten die sieben Tagessieger noch einmal gegeneinander an und dann wird der Gesamtsieger ermittelt. 2016 kam die beste „Frankfurter Grie Soß“ aus einem alteingesessenen Apfelweinlokal in Frankfurt-Sachsenhausen, dem Apfelwein Wagner <http://www.apfelwein-wagner.com/>.

Im Raum Frankfurt gibt es sogar Denkmäler zum Thema „Grüne Soße“: 2007 wurde im Vorort Oberrad (das ist der Stadtteil, in dem die meisten Kräuter angebaut werden) das Grüne-Soße-Denkmal eingeweiht. Es handelt sich dabei um sieben kleine Gewächshäuser, deren Glasfarbe jeweils die Farbe eines Krautes der Soße



wiedergibt. Die Gewächshäuser werden allerdings nicht genutzt; es ist ein reines Denkmal. Nach dem Schutz durch die Europäische Kommission wurde im Frühjahr 2016 der Grüne-Soße-Stelenpfad – auch wieder in Oberrad – eingeweiht. Auf den acht Stelen wird die Grüne Soße sowie die sieben

dazugehörenden  
Kräuter erläutert.



Selbstverständlich stelle ich Ihnen hier nun mein Rezept vor:

3 hartgekochte Eier, 3 Gewürzgurken und die Kräutermischung (=200 g Kräuter) sehr fein hacken (kann auch in einem Mixer gehackt werden).

1 Esslöffel mittelscharfer Senf, Saft einer halben Zitrone, Pfeffer, Salz und 200g Schmand dazugeben.

Alles mischen. Sollte die Soße zu dickflüssig sein, kann noch etwas Naturjoghurt dazugegeben werden.

Und zu was isst man diese Soße?

Ganz traditionell mit 4 halben Eiern und Pellkartoffeln. Die traditionelle Variante ist mit Tafelspitz (gekochtes Rindfleisch). Mittlerweile gibt es auch das „Frankfurter Schnitzel“, Schnitzel mit Grüner Soße und Bratkartoffeln.

Wir mögen die Soße auch zu Gemüse, insbesondere Spargel.

Am meisten wird die kalte Soße während der warmen Jahreszeit gegessen. Klassisch beginnt dies an Ostern. Aber auch im Winter ist sie lecker!

Aber wie bereitet man Grüne Soße zu, wenn man nicht an die originale Kräutermischung kommt?

Sogar in Japan habe ich eine Art Grüne Soße gemacht: Einfach zur Verfügung stehende Kräuter, die geschmacklich zueinander passen, genommen und dann das Rezept wie oben beschrieben. Hat meiner Familie auch immer ganz lecker geschmeckt ... aber war natürlich anders als das Original.

Sabine Schmitgen

## フランクフルトのグリーンソース（ハーブミックス）と 「フランクフルトのグリーンソース（冷製ハーブソース）」

・・・は2016年に欧州委員会から「地理的保護表示」の品質保証マークを授与されました。

と聞くと、なんだかとても重大に聞こえますね。このグリーンソースとは一体何なのでしょう？

それは、フランクフルトまたはその市境付近で栽培される、7種のハーブミックスのことで、ハーブ各種が紙で一巻きに包んで、売られています。

7種類のハーブは、ルリチシャ、チャービル、クレソン、パセリ、サラダバーネット、スイバ、そしてアサツキです。例外として、パセリは他の地域で採れたものを使用しても良いことになっています。しかし、前述のハーブのうち、どれも1種類で総重量の3割を超えてはいけません。



それについて、くわしい規制は欧州委員会の通達書に記されています。  
<http://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:32016R0326&from=DE>

そして、このハーブミックスから、冷たいハーブソースができるのです。このグリーンソースには、かなり長い歴史があります。すでに、ゲーテがこのソースを食したとされています。あるレシピの、最初に印刷された版は、1860年のものです。もちろん、無数のレシピがあります。繰り返し議論されるのが、このソースをマヨネーズ、あるいはシュマンド（サワークリーム）で作るかということです。また味付けも、フランクフルトの料理人たちによって実に様々です。

究極の「フランクフルトのグリーンソース」を称えるため、数年前からフランクフルトの中心部で開催される、「グリーンソースフェスティバル」というものがあります。

<http://www.gruene-sosse-festival.de/>. 8日間の夕べに、約500人の来場者が、グリーンソースを試食するため、会場となるテントを訪れます。7日間、毎晩7つのソースの中から、その日の勝者を来場者が選びます。



(集計は厳密に公証人によって行われます。) そして8日目の晩、それぞれの日の7人の勝者がもう一度競い合い、そして、フェスティバルの総合的な優勝者を決めるのです。2016年の最高の「フランクフルトのグリーン・ソース」には、フランクフルト-ザクセンハウゼンに古くからある、リンゴ酒のレストラン「アプフェルワイン・ワーグナー」のものが選ばれました。<http://www.apfelwein-wagner.com/>.

フランクフルト地方では、「グリーンソース」にちなんだ記念の建造物まであります。2007年オーバーラート郊外（ここで大多数のハーブが栽培されています）で、「グリーンソース記念建造物」が落成されました。それは7つの小さい温室で、それぞれのガラスの色が、ソースを作るハーブの一色を表しています。ただし、その温室は実際には使われておらず、あくまでも記念するものです。欧州委員会により保護地域に認定された後、2016年春には、これもオーバーラートなのですが、「グリーンソースの石碑が並ぶ遊歩道」が完成しました。道の8か所に立つ石碑には、グリーンソースと、その材料となる7つのハーブについて、解説が刻まれています。



ではここで私のレシピを、ご紹介することにしましょう。

固ゆで卵3個分、きゅうりのピクルス3本とハーブミックス（＝ハーブ200g）を細かく刻む。（フードプロセッサーで刻んでもけっこうです）

中辛のマスタード大さじ1、レモン1/2個分の汁、こしょう、塩、そしてサワークリーム200gを加える。

すべてを混ぜる。ソースに水分が足りないときは、ヨーグルトをすこし加えてもよいでしょう。



さあ、このソースを何に添えていただきますでしょうか？

最も伝統的なものは、半分に切ったゆで卵4つと、皮ごとゆでたジャガイモです。また古くからのバリエーションとしては、ターフェルシュピッツ（ゆでた牛肉）もおすすめてです。最近では、「フランクフルト風カツレツ」もあり、カツレツにグリーンソースを添えて、ジャーマンポテト（訳者注：ジャガイモのスライス炒め）と一緒にいただきます。

私たちはこのソースを野菜、とくにアスパラガス、にかけて食べるのも好きです。多くの場合、冷たいソースは暖かい季節によく食べられ、昔から復活祭のころから食べ始める習慣があります。でもこのソースは冬場でも美味しいですよ！

では、オリジナルのハーブミックスが手に入らないときは、どのようにこのグリーンソースを調理すればいいのでしょうか？

私は日本にいたときも、私流のグリーンソースを作っていました。あちらで簡単に手に入り、それぞれの味がよく合うハーブをいくつか使いました。レシピは上述の通り。これは私の家族にはいつも大好評でした・・・オリジナルの味とはやはり違いましたが。

ザビーネ・シュミットゲン

Sushi und Sauerkraut 編集部

(訳者註：グリーンソースは、方言でグリーソースとも呼ばれています。)