Traditionelles aus der Heimat

40 **Updrögt Bohnen**

***mit Speck und Mettwurst,
dazu hausgebackenes Landbrot***

"Updrögt Bohnen" (getrocknete Bohnen) sind ein ostfriesisches Nationalgericht. Kenner der friesischen Küche sehen es noch heute als eines der schönsten Delikatessen!
"Doaroan worden Ji satt, dat kann ik Jo verspreken!"

41 **Snirtjebraten**

***mit Apfelrotkraut, Speckbohnen,
Kartoffeln und Wacholdersoße***

"Snirtje" leitet sich von dem Ostfriesischen sniertjen (brutzeln) ab.

Es handelt sich um kleine, geschmorte Bratenstücke, die bei den Bauern, traditionell nach dem Schlachten der Schweine gereicht wurden, wobei meist auch die Nachbarn eingeladen waren.

42 **Labskaus**

***mit Rollmops, Gewürzgurke
2 Spiegeleiern und Rote-Beetesalat***

Ein altes Seemannsgericht, bei uns mit gepökelter Rinderbrust, sollte damals unter anderem Skorbut (einer alten Matrosenkrankheit) vorbeugen.
Auch heute noch ist es bei uns an der Küste ein bekanntes und beliebtes Gericht.