

Stockfisch (getrockneter Kabeljau)

Wikinger-Fisch-Eintopf (mit Stockfisch)

Ein typisches Gericht der Wikinger war einfach, nahrhaft und haltbar. Stockfisch (luftgetrockneter Kabeljau) spielte dabei eine große Rolle.

Zutaten

- Stockfisch (alternativ frischer Kabeljau)
 - Gerste
 - Zwiebeln oder Lauch
 - Kräuter (z. B. Dill oder Thymian)
 - Wasser oder Brühe
 - Salz
-

Zubereitung

1. Stockfisch einweichen

Mehrere Stunden in Wasser legen, bis er

weich ist.

2. **Gerste kochen**

In Wasser ca. 20–30 Minuten garen.

3. **Fisch dazugeben**

In Stücke schneiden und zur Gerste geben.

4. **Gemüse & Kräuter hinzufügen**

Zwiebeln/Lauch und Kräuter einrühren.

5. **Köcheln lassen**

Alles zusammen etwa 20 Minuten leicht kochen.

Typisch Wikinger

- Sehr schlicht, kaum Gewürze
- Oft alles in einem Topf gekocht
- Ziel: sättigend und energiereich, nicht „fein“

© ODINS KRIEGER TYSKLAND



1 EINFACHEN
STOCKFISCH EINWEICHEN



2 GEKOCHTE GERSTE
HINZUFÜGEN



3 FISCH STÜCKELN
UND DAZUGEBEN



4 KRÄUTER & ZWIEBELN
HINZUFÜGEN