

# Inhalt

Rainer A. Krewerth

*Leben wie Gott in Frankreich*

Von karger Germanenkost zu lukullischen Genüssen 7

Rudolf Aßkamp

*Wie die Römer satt geworden...*

Speis' und Trank der Eroberer vor 2000 Jahren 13

Aus der Literatur

*»Breifresser hat man uns genannt«*

Vom Mittelalter bis zum Friedensschluss 1648 17

Carin Gentner

*Speisen nur vom Allerfeinsten*

Die Spitzengesandten lebten wie gekrönte Häupter 22

Eckard Wagner

*Barock auf der Bettkante...*

... oder Von Tafelfreuden auf Schloss Clemenswerth 36

Rainer A. Krewerth

*Schlaun und die rote Knubbelnase*

Wie Wein und Cognac einen Menschen prägen können 50

Wilhelm Elling

*Stockfisch, Struwwen, Sauerkohl*

Essen und Trinken vom Mittelalter bis in unsere Zeit 53

Heinz Jakobs

*Und immer dieses Sauerkraut*

Es war ein ärmliches Leben damals auf dem Lande 63

Abbé Baston

*»Eine kümmerliche Nahrung«*

Coesfeld um 1800 – Aufzeichnungen eines Emigranten 65

*O alte Kneipenherrlichkeit* 70

Rainer A. Krewerth

*Bei der Herrschaft kochen lernen*

Für Oma hat sich das Lehrgeld bestens ausgezahlt 82

- Elisabeth Isernhinke  
*Bosen, Buschen, Knabbeln, Backs*  
 Vor 100 Jahren auf einem münsterländischen Bauernhof 88
- Günther Drescher  
*So war das damals im Osten*  
 Erinnerungen an Tafelfreuden aus versunkener Zeit 97
- Bon appétit – Kompositionen auf Menükarten* 104
- Sissi Fürstin zu Bentheim-Tecklenburg  
 Gustava Gräfin von Hohenthal-Püchau  
*Kaiserköche am fürstlichen Hof*  
 Liebevoller Küchenplauderei aus einer kleinen Residenz 116
- Heinrich Peuckmann  
*Möppkenbrot und Rübenkraut*  
 Fleisch zum Mittagessen oder Der Bergarbeitertisch 134
- Rainer A. Krewerth  
*Pommes, Pampe, Schranke* 138
- Rolf Westheider  
*Ein Fettfleck auf der Landkarte*  
 Wie man am Rande des Münsterlandes die Sau rausließ 144
- Rainer A. Krewerth  
*Westfälisches Schlachtfest...*  
 oder Wie das ein Münsterländer in Bayern anstellt 150
- Gisbert Strotrees  
*Aus einer Hand und in aller Frische*  
 Wo es alles Gute gibt, was der Mensch so gerne isst 156
- Rainer A. Krewerth  
*Mein Tante-Tresken-Laden* 165
- Münsterländische Köche bitten zu Tisch* 168
- Hausfrauenküche* 183
- Bier und Korn* 189
- Ottilie Baranowski  
*Rillenglaser of Fraulü-Logik* 203