

# BACK ZEIT REISE



Trends & Klassiker aus sieben Jahrzehnten



**DIE GU-QUALITÄTS-GARANTIE**

Wir möchten Ihnen mit den Informationen und Anregungen in diesem Buch das Leben erleichtern und Sie inspirieren, Neues auszuprobieren. Bei jedem unserer Bücher achten wir auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt, Optik und Ausstattung. Alle Rezepte und Informationen werden von unseren Autoren gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren sorgfältig ausgewählt und mehrfach geprüft. Deshalb bieten wir Ihnen eine 100%ige Qualitätsgarantie.

**Darauf können Sie sich verlassen:**  
Wir legen Wert darauf, dass unsere Kochbücher zuverlässig und inspirierend zugleich sind.

Wir garantieren:

- dreifach getestete Rezepte
- sicheres Gelingen durch Schritt-für-Schritt-Anleitungen und viele nützliche Tipps
- eine authentische Rezept-Fotografie

**Wir möchten für Sie immer besser werden:**

Sollten wir mit diesem Buch Ihre Erwartungen nicht erfüllen, lassen Sie es uns bitte wissen! Wir tauschen Ihr Buch jederzeit gegen ein gleichwertiges zum gleichen oder ähnlichen Thema um. Nehmen Sie einfach Kontakt zu unserem Leserservice auf. Die Kontaktdaten unseres Leserservice finden Sie am Ende dieses Buches.

GRÄFE UND UNZER VERLAG  
Der erste Ratgeberverlag – seit 1722.

**82 DIE 1970ER – REVOLUTION! REVOLUTION!**

Demos, APO, Öko – wer denkt denn da noch an Backen? Dank zahlreicher Konserven, Tiefkühl- und Fertigprodukte lässt sich die Protestgeneration Philadelphia- und Götterspeisetorte schmecken oder bäckt mit vollem Korn gegen verstaubte Gewohnheiten und Sitten an.

**6 DIE 1950ER – DIE WUNDERBAREN JAHRE**

Nach dem Hunger der ersten Nachkriegsjahre kommt der Heißhunger. Jetzt wird aufgetischt, viel und vor allem üppig: Kuchen mit vielen Eiern, mächtige Buttercreme- und Sahnetorten. Kleine Häppchen gibt's nur ausnahmsweise – am kalten Büfett zwischen Tomatenfliegenpilz und Käseigel.

**44 DIE 1960ER – DIE MAUER IN UNSEREN TÖPFEN**

Ein Land wird geteilt. Trotzdem hat man jede Menge Spaß in der Küche: mit Kaltem Hund, Apfel im Schlafrock und Amerikanern nimmt man Abschied von Ostdeutschland und alten Backtraditionen und sucht mit Pizza Hawaii und türkischer Pizza das Weite in der Ferne.

**»DER ROTE PIZZA-FADEN«**

Begleiten Sie die Pizza und ihre Wandlungen durch die Jahrzehnte auf den Seiten 42/43, 70/71, 114/115, 138/139, 172/173, 220/221 und 264/265!

**222 DIE 2010ER – ES BLEIBT SPANNEND!**

Die Reise geht weiter, und es bleibt interessant: gesund oder sündig, Low Carb oder High Fat, mit oder ohne – aber auf gar keinen Fall langweilig. Mit Cruffins, Cronuts, Galaxy Donuts und Pizzasonnen dauert die Backgeschichte an und führt in neue kulinarische Universen.

- 270 ANHANG: GRUNDREZEPTE, TIPPS & TRICKS**
- 278 REGISTER**
- 288 IMPRESSUM**

**116 DIE 1980ER – ENDE GUT, ALLES GUT**

Goodbye, Lenin! Deutschland genießt mit neu- und wiedervereinten Kräften Mohnstriezel, Hefezopf und Bratapfelkuchen – eine nostalgische Reise in eine gemeinsame Backvergangenheit. Die Ökobewegung dreht Geschichtsrad und Körnermühle noch weiter zurück: Auf zu vollwertigen Urzeiten!

**154 DIE 1990ER – HOME SWEET HOME**

Modetorte oder Nostalgiekuchen? Die kulinarische Sinnsuche treibt die einen zu Fanta-Schnitten, die anderen zu russischem Zupfkuchen. Konsensbäcker entdecken die Crossover-Bäckerei mit Ananas-Chili-Stuten oder erfinden kurzerhand die echte italienische Küche neu.

**184 DIE 2000ER – SOMMERMÄRCHEN WERDEN WAHR**

Essen im Stehen – aber garantiert nicht in der Imbissbude! Edel soll es sein, klein und fein: Fingerfood, Häppchen und Törtchen beim Flying Dinner helfen, sich vornehm zurückzuhalten. Wer es eilig hat, dem nächsten Trend zu folgen, genießt Brownies, Bagels und »Coffee to go« im Stehen und Gehen.

**»REZEPTE MIT GESCHICHTE«**

Ob Punschtorte oder Mauerkuchen – zu vielen Rezepten gibt es Spannendes zu erzählen. Lesen und schmuzzeln Sie auf den Seiten 30/31, 48/49, 62/63, 98/99, 104/105, 136/137, 140/141, 162/163, 168/169, 192/193, 200/201, 228/229, 254/255.



## DIE WUNDERBAREN JAHRE

»A whop  
bop-a-lu  
a whop bam  
boo« – Deutschland rockt around the clock: Coole Jungs mit Elvistolle und in Nietenhosen wirbeln Backfische mit flottem Petticoat und Pferdeschwanz zu Rock'n'Roll-Klängen durch die Luft, und der Leinwandhalbstärke Horst Buchholz wird als deutscher James Dean gefeiert.

Entgegen diesem Klischeebild der wilden Fifties sehnte sich die Nachkriegsgeneration eher brav nach heiler Welt: pastellfarben wie die Shakes, die man in der Milchbar zu den Jukeboxklängen schlürfte, verspielt, rund und kantenlos wie der Nierentisch zu Hause. Dort, im trauten Heim unter der Tulpenlampe, richtete man sich nach Zeiten der Not, Vertreibung und Unsicherheit ein, genoss das Familienleben und lud Freunde ein. Für diese und andere zeittypische, harmlose Freizeitvergnügungen wie ins Kino gehen, Hula-Hoop-Reifen-Schwingen, Tanzen oder auch Mofafahren blieb aber wenig Zeit.

Die Wirtschaft rockt, es herrscht Vollbeschäftigung, viele Frauen sind berufstätig, die ersten Gastarbeiter kommen, und das Wirtschaftswunder brummt. Endlich kann man sich wieder etwas gönnen und vor allem: sich nach all den Hungerjahren richtig satt essen. Gut die Hälfte des durchschnittlichen Monatslohns wird in Lebensmittel investiert: Fleisch gibt es nach wie vor eher nur sonntags, aber dafür füllt sich – ganz wie in den guten alten Zeiten – die nachmittägliche Kaffeetafel wieder mit üppigen Kuchen, Torten und richtigem Bohnenkaffee. Man schwelgt in Sahne und Buttercremeschnitten und schwärmt von Omas Napfkuchen mit ordentlich Butter und Eiern. Abends wird zur Häppchenparty mit Cocktails oder Bowle geladen, und es gibt kein Familienalbum aus jener Zeit, das neben Schnapsschüssen von Tante und Onkel nicht auch Bilder vom Familienfeierbüffet mit Käseigel und Fliegenpilzeiern präsentiert.

Wirtschaft, Selbstwertgefühl und der Wohlstand beginnen langsam wieder zu wachsen. Und ausgerechnet ein Fußballtor lässt das Wirtschaftswundermärchen endgültig wahr werden: Deutschland wird Weltmeister. Mit einem Schlag gilt der legendäre Satz des damaligen Wirtschaftsministers Ludwig Erhard von fünf Jahren zuvor: »Wir sind wieder wer.«

## DIE 1950ER



BILL HALEYS »ROCK AROUND THE CLOCK« UND LITTLE RICHARDS »TUTTI FRUTTI« SIND DIE ROCK'N' ROLL-IMPORTE DER 50ER. 1958 LÄSST DER »KING« ELVIS PRESLEY PERSÖNLICH IN DEUTSCHLAND SEINE HÜFTEN KREISEN UND LEISTET HIER SEINEN MILITÄRDIENTST. DEUTSCHEN ROCK GIBT ES ZEITGLEICH VON PETER KRAUSS UND CONNY FROBOESS.

»Ihr lieben goldigen Menschlein«, mit dieser Begrüßung startete 1953 Deutschlands erster TV-Koch. In der nach ihm benannten Sendung »Clemens Wilmenrod bittet zu Tisch« präsentierte der bis dato mäßig erfolgreiche Schauspieler Arabisches Reiterfleisch, mit Mandeln gefüllte Erdbeeren und 1955 den berühmten Toast Hawaii. Einfache Gerichte, häufig aus Fertigprodukten, dafür aber mit umso klangvolleren Namen. Er befriedigte damit ideal die Sehnsucht seiner schnell wachsenden Fangemeinde nach fremden Ländern und machte gleichzeitig seinen eher Hausmannskost gewohnten Zuschauern Knoblauch, Olivenöl und italienische Küche schmackhaft. In Deutschlands Osten musste man noch bis 1958 warten: Dort tischte fortan der gelernte Koch Kurt Drummer in der Sendung »Der Fernsehkoch empfiehlt« über 25 Jahre lang auf.



Am 4. JULI 1954 gewinnt Deutschland das WM-Endspiel gegen das favorisierte Ungarn. Das Spiel wird als »Das Wunder von Bern« zur Legende. Noch vor den Wunderjungs macht die erste Miss Germany in den USA als »Fräuleinwunder« Furore: als moderner, selbstbewusster Frauentyp made in Germany.

5 Sekunden nackte Haut, und der Skandal war perfekt: 1951 schockierte Hildegard Knef in »Die Sünderin«. Aber auch die Filmthemen wie Selbstmord und Prostitution wollte damals niemand im Kino sehen. Heimatfilme wie »Schwarzwaldmädel« und »Grün ist die Heide« entsprachen eher den Sehnsüchten der Zeit und wurden zu Kassenschlagern.



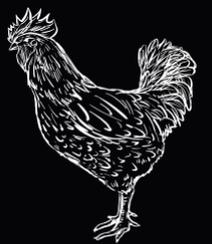
Lust in die 50er reinzuschauen? Der Film »Rendezvous unterm Nierentisch« präsentiert eine Collage aus Wochenschauen und Werbespots dieses Jahrzehnts. Zum Staunen und Schmunzeln ...

ENDE DER 50ER ERSCHEINT DER RATGEBER »SO FÄNGT MAN EINEN MANN«, DER HELFEN SOLL, MIT 21 JAHREN KEINE ALTE JUNGFER ZU WERDEN. DIESE BEFÜRCHTUNG SCHIEN DER REALITÄT ZU ENTSPRECHEN, IN DER FRAUEN SOGAR FRÜHER ALS VOR DEM KRIEG MIT DURCHSCHNITTlich 23 JAHREN IN DEN ALS SICHER GELTENDEN HAFEN DER EHE SEGELTEN.

Am 1. Mai 1950 werden Lebensmittelmarken in Westdeutschland endgültig abgeschafft. In der DDR wird das noch weitere acht Jahre dauern, bis dahin blieb das Schlangestehen für Lebensmittel Ostalltag. Daran änderte auch der von der Sowjetarmee niedergeschlagene Aufstand am 17. Juni 1953 wenig. Weder konnte, noch wollte die Ostführung die Versorgungslage der Menschen im Osten wesentlich verbessern. Nicht zuletzt deshalb entschieden sich zahlreiche Bürger zu einer »Abstimmung mit den Füßen« und machten in den (noch) offenen Westen rüber.

Das legendäre Dr. Oetker »Schulkochbuch« erschien 1952 gleich in zwei neuen Auflagen: für Gas und – nun ganz neu – auch »elektrisch«. Neben Kochrezepten wird darin umfänglich die Funktionsweise von E-Herden erklärt und gepriesen. Man versucht, den Hausfrauen die Angst vor dem neuen unbekanntem Wesen zu nehmen.

»Heute bleibt die Küche kalt, wir gehen in den Wienerwald!«, mit diesem einprägsamen Slogan eröffnete 1955 in München die erste Hähnchenbraterei. Familienfreundlich, preiswert und einfache (süd-)deutsche Küche – damit traf sie den Nerv der Zeit.



ZUBEREITUNG: 25 MIN. – BACKEN: 50 MIN. – PRO STÜCK CA. 605 KCAL –  
FÜR 1 KASTENFORM (22 CM LÄNGE, CA. 6 STÜCKE)

# BRAUNER- BÄR-KUCHEN

- 1 Den Backofen auf 160° vorheizen, eine Kastenform einfetten. Für den Teig die Butter bei kleiner Hitze schmelzen und kurz abkühlen lassen. Butter und Zucker mit den Rührbesen des Handrührgerätes hellcremig rühren. Eier, Mehl, gemahlene Haselnüsse, Backpulver, Milch und Kakao hinzufügen und alles zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig in die Kastenform füllen, glatt streichen. Im Ofen (Mitte) 50 Min. backen. Den Kuchen aus der Form lösen und vollständig auskühlen lassen.
- 2 Für die Füllung die Bonbons mit der Kondensmilch in einen Topf geben und bei kleiner Hitze unter ständigem Rühren schmelzen. Das entstandene Karamell weiterrühren, bis es abgekühlt ist und eine zähe Konsistenz hat.
- 3 Den Kuchen waagrecht halbieren. Die untere Hälfte auf eine Kuchenplatte setzen und die Füllung darauf verteilen, obere Kuchenhälfte darauflegen. Die Eisstiele in regelmäßigem Abstand in eine Längsseite des Kuchens stechen.
- 4 Die Kuvertüre fein hacken und über einem heißen Wasserbad schmelzen. Den Kuchen gleichmäßig mit der Kuvertüre überziehen und vollständig trocknen lassen. Den Brauner-Bär-Kuchen zum Servieren zwischen den Eisstielen in große Stücke schneiden.

## FÜR DEN TEIG:

125 G BUTTER – 125 G ZUCKER  
2 EIER (L) – 140 G MEHL  
40 G GEMAHLENE HASELNUSS-  
KERNE  
½ TL BACKPULVER  
80 ML MILCH  
30 G KAKAOPULVER

## FÜR DIE FÜLLUNG UND DEN UBERZUG:

100 G WEICHE BUTTER- BZW.  
SAHNE-TOFFEE-BONBONS  
40 G KONDENSMILCH  
100 G ZARTBITTER-KUVERTÜRE

## AUSSERDEM:

FETT FÜR DIE FORM  
6 EISSTIELE AUS HOLZ  
ODER PLASTIK

Nur echt mit Schoko-Karamell-Kern: Das **Braune-Bär-Eis** am Stiel kam 1974 auf den Markt und war auf allen Spielplätzen zu finden, wo sich kleine Indianer und Cowboys verausgabten, inklusive Marterpfahl ganz ohne Eis für den Gefangenen. Die Verpackung mit der **reitenden Rothaut**, die mit einem gezielten Pfeilschuss das Eis skalpiert und so den Karamellkern freilegt, passte genau in die Zeit: »Rauchende Colts«, »Winnetou« und »Bonanza« waren die Serien, die uns tapfere Vorbilder lieferten. Darin wurde noch mit fairen Waffen für das Gerechte gekämpft, und am Ende siegte (fast) immer das Gute. Welch ein Drama, als das Eis 1986 aus den TK-Truhen verschwand. In der Retrobegeisterung der 90er wurde es 1995 und später nochmals 2001 neuproduziert. Beide Nachauflagen kamen aber nie ans Original ran – vor allem nicht an den Kern ...



ZUBEREITUNG: 25 MIN. – BACKEN: 45 MIN. – KÜHLEN: 2 STD. –  
 PRO STÜCK CA. 260 KCAL – FÜR 1 SPRINGFORM (23 CM Ø, CA. 10 STÜCKE)

»It's a kind of magic«: Nach dem Backen steht dieser Kuchen Kopf. Zumindest sieht es so aus: Unten setzt sich eine und in der Mitte noch mal eine zweite feuchtcremige Schicht ab. Die trockenen Zutaten driften während des Backens als Boden ganz nach oben ab. Keiner weiß, wer sich diesen Wunderkuchen ausgedacht hat. Wie durch Zauberei tauchte er eines Tages im Netz auf, fand schnell reichlich »Follower« und verbreitete sich so »world wide«. Ähnliche miraculöse Erfolgstorys gibt es im Netz auf den einschlägigen Portalen wie Instagram oder Pinterest, Flickr oder Facebook zu entdecken: japanische Käsekuchen (Cotton Cake) aus nur drei Zutaten, Cloud Bread, getränkte Poke Cakes ...

## MAGIC CAKE

- 1 Den Boden der Springform mit Backpapier auslegen. Dann die Form rundherum so in Alufolie einwickeln, dass der Spalt zwischen Boden und Rand möglichst fest verschlossen ist. Den Rand der Backform einfetten.
- 2 Die Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Mark und Schote mit der Milch in einen Topf geben und kurz aufkochen. Vom Herd nehmen und beiseitestellen.
- 3 Den Backofen auf 180° vorheizen. Butter in einem Topf bei kleiner Hitze schmelzen. Eier trennen. Die Eiweiße steif schlagen. Eigelbe und Zucker mit den Rührbesen des Handrührgeräts in 3 Min. cremig schlagen. Die Butter zur Ei-Zucker Masse geben und kurz einrühren.
- 4 Vanilleschote aus der Milch entfernen. Milch mit Mehl und 1 Prise Salz zur Eigelbcreme geben. Kurz durchrühren, bis alle Zutaten gut vermischt sind. Den Eischnee dazugeben und mit dem Teigschaber vorsichtig nur unvollständig unterheben. (Nicht wundern, der Teig hat eine ungewöhnlich flüssige Konsistenz, es sollen Eiweißflocken zu sehen sein.)
- 5 Den Teig in die Form füllen und im Ofen (unten) 40–45 Min. backen, bis der Rand und die Oberfläche des Kuchens goldbraun sind und sich in der Mitte eine Art Puddingschicht gebildet hat (der Kuchen fühlt sich darum auch am Ende der Backzeit noch weich an). Herausnehmen und den Magic Cake mind. 1–2 Std. kalt stellen. Vor dem Anschneiden nach Belieben noch mit Puderzucker bestäuben.

1 VANILLESCHOTE  
 500 ML MILCH  
 125 G BUTTER  
 4 EIER (M)  
 150 G ZUCKER  
 125 G MEHL  
 SALZ  
 PUDERZUCKER ZUM  
 BESTÄUBEN (NACH  
 BELIEBEN)

**AUSSERDEM:**  
 BACKPAPIER UND FETT  
 FÜR DIE FORM  
 ALUFOLIE



# MACH DEN BACK-ZEITSPRUNG!

Heute Buttercremetorte und Bienenstich, morgen Redvelvet Whoopies und Pull Apart Bread – Du bäckst gerne und willst sie alle, die **Klassiker** von gestern und die **Newcomer** von heute? Komm mit auf eine BackZeitReise von den 50er Jahren bis heute, von den Lieblings-Retro-Classics bis zu den angesagtesten Backtrends! Mit den allerbesten **Must-have-Rezepten** und den spannendsten Hintergrund-News aus jedem Back-Jahrzehnt: Warum alles mit irre viel Sahne und Butter in den Wirtschaftswunderjahren Furore machte, wie die »Müslis« die Vollwertwelle anschoben, wie der Blumenkohl in den Pizaboden kam – so macht backen erst richtig Spaß!

WG 457 Backen  
ISBN 978-3-8338-6152-9



9 783833 861529



PEFC  
PEFC/04-32-0928

[www.gu.de](http://www.gu.de)

G|U