



Heideblüte am Wilseder Berg

Entstehung der Heide

Es wäre vielleicht nicht die Millionenfrage bei „Wer wird Millionär?“, aber im Bereich von 250.000 oder gar 500.000 Euro dürfte sie schon liegen. Die Frage, um was für eine Art von Landschaft es sich bei der Lüneburger Heide handelt. Ziemlich sicher würden sich viele verzocken. Denn bei den klassischen Heideflächen in der Lüneburger Heide, wie man sie heute kennt – mit der im Sommer lila blühenden Besenheide und den markanten Wacholderbäumen –, handelt es sich um keine natürliche Landschaft, sondern um eine vom Menschen verursachte **Kulturlandschaft**.

Entstanden sind diese Heideflächen bereits vor mehreren Tausend Jahren. Zunächst, noch einmal Tausende von Jahren zuvor, formte vor allem die Saale-Eiszeit in der Region (ca. 250.000–130.000 v. Chr.) die Struktur der welligen, leicht hügeligen Landschaft. Gletschermassen lagerten reichlich Sand, Geröll und Gestein ab. Schmelzwassersedimente wurden immer wieder von neuen Gletschern über-

lagert und zu Höhenzügen zusammengeschoben. So ist zum Beispiel auch der berühmte Wilseder Berg nichts anderes als Teil einer Endmoräne.

Die Gletscher schmolzen ab, die Temperaturen stiegen wieder an, und langsam, aber sicher bildete sich eine zunächst spärlich bewaldete tundraartige Landschaft aus, im Verlauf entstanden prächtige Mischwälder mit Birken, Kiefern, Eichen, Erlen und Buchen. Ab der Jungsteinzeit in Europa (ca. 5800–2300 v. Chr.) ließen sich die ersten Siedler in der Region nieder, vielfach noch als eine Art von Nomaden. Durch intensive Beweidung, aber auch durch die Rodung der Wälder seitens der Siedler entstanden weite, offene Heideflächen, auf deren sandigen und nährstoffarmen Böden sich vor allem die anspruchslose **Besenheide** (*Calluna vulgaris*) breitmachte. Ab dem Mittelalter ließen sich Menschen dauerhaft in der Heide nieder und betrieben auf den kargen Flächen die typische Heidebauernwirtschaft.

Landwirtschaft

Die Heidjer hielten Tiere und sie betrieben – trotz schwieriger Bedingungen – Ackerwirtschaft. Um beispielsweise Getreide anbauen zu können auf den kargen, nährstoffarmen Böden, entwickelten sie ein System, das sich Plaggen nannte: Bis ins 19. Jh. hinein trugen die Bauern den Oberboden der Heideflächen ab, verwendeten ihn als Streu in ihren Ställen und brachten ihn schließlich – angereichert mit dem Dung der Heidschnucken – als Dünger auf ihre Felder. So weit, so schlau. Dumm nur, dass durch die sogenannten Plaggenhiebe der Boden immer mehr ausgelaugt wurde, der pH-Wert in den Keller ging. Niederschläge sorgten dafür, dass die verbliebenen Nährstoffe in tiefere Schichten gespült wurden, anspruchslose Gewächse wie die Besenheide und der Wacholder machten sich breit. Einen knappen halben Meter unterhalb der Heidewurzeln bildete sich eine feste, undurchlässige Schicht (Ortstein), in dem darüber liegenden, sandigen Oberboden fanden sich kaum noch Nährstoffe.

Mitte des 18. Jh. hatten die Heideflächen ihr größtes Ausmaß erreicht. Die Heidebauern hielten in dieser Zeit bis zu einer halben Million Heidschnucken. Landwirtschaft hingegen war auf den ausgelaugten Böden kaum noch möglich. Hinzu kam, dass im Zuge der Industrialisierung im 19. Jh. andere Produkte denen der Heidebauern den Rang abliefen. Viele der Heidjer Bauern gaben auf, verkauften ihr Land. Der preußische Staat ließ die Heideflächen aufforsten, vor allem Kiefern, Eichen und Birken bot der Boden genug zum Überleben. Wobei die Aufforstungen keinesfalls nur Maßnahmen von Naturliebhabern waren, sondern in erster Linie auf wirtschaftliche Interessen zurückgingen. Gleichzeitig hielt der Mineraldünger Einzug in die Landwirtschaft, wodurch auf den kargen

Sandböden nun auch der Anbau von Getreide und insbesondere von Kartoffeln möglich war. Die Heideflächen wurden verdrängt.

Naturschutz

Anfang des 20. Jh. erkannten Naturschützer die Bedeutung dieser außergewöhnlichen und schützenswerten Kulturlandschaft. Der Verein Naturschutzpark um den Pastor Wilhelm Bode aus Egestorf kaufte erste Flächen rund um den Wilseder Berg (→ S. 65), um die Landschaftsform zu erhalten und um die Bebauung der Heideareale zu verhindern. Zu Beginn der 1920er-Jahre wurde hier schließlich eines der ersten Naturschutzgebiete Deutschlands eingerichtet. Seitdem wird die alte Heidewirtschaft quasi imitiert, Heidschnucken werden als Landschaftspfleger durch die Heidelandschaft getrieben (→ S. 71), die meisten Herden sind im Besitz des Vereins Naturschutzpark (VNP). Auch durch regelmäßiges Plaggen, durch Entkusseln (das Entfernen von sogenannten Pionierbäumen wie Kiefern oder Birken) und andere Maßnahmen wie kontrolliertes Abbrennen sorgen die Naturschützer dafür, dass die Heidelandschaft in ihrer ganzen Pracht erhalten bleibt.

Flora und Fauna

Auf den mageren Sandböden der Heide wachsen überwiegend **Besenheide**, aber auch andere Heidearten wie die Sandheide, die Heidelbeer-Heide und die Lehmheide sowie **Wacholdersträucher**. Den größten Teil des Naturschutzgebiets, nämlich knapp 60 Prozent, machen jedoch Wälder aus, davon überwiegend **Kiefernforste**. Zu finden sind in der Region jedoch auch einige **Hochmoore** wie das Pietzmoor, das Grundlose Moor oder das Große Moor, in dem seltene und zum Teil vom Aussterben bedrohte Pflanzen wie die Glockenheide, der Lungenenzian oder verschiedene Sonnentauren wachsen.

Während sich im Moor Kreuzottern, Moorfrösche und zahlreiche Libellenarten heimisch fühlen, sind in den Heideflächen vor allem **zahlreiche Vogelarten** zu finden, darunter das Birkhuhn, der Ziegenmelker, die Heidelerche, der Raubwürger, der Neuntöter,

das Schwarzkehlchen und der Wendehals. Seit einigen Jahren streifen auch wieder **Wölfe** durch die Lüneburger Heide, was verständlicherweise zu Konflikten zwischen Tierschützern und Schäfern führt, die mit ihren Heidschnucken durch die Heide ziehen.

Geschichte der Region

Erste Besiedlung

Bereits um 3000 v. Chr. siedelten Menschen beispielsweise am Hitzacker See im heutigen Wendland; auch rund um den Wilseder Berg sind Spuren von Siedlern aus der Jungsteinzeit gefunden worden. Verteilt auf dem heutigen Gebiet der Lüneburger Heide findet man zahlreiche Megalithanlagen, Hügelgräber aus der Jungsteinzeit (ca. 4000–1700 v. Chr.) und der frühen Bronzezeit (ca. 2300–1600 v. Chr.), u. a. die Oldendorfer Totenstatt nördlich von Amelinghausen.

Die ersten Siedler betrieben Ackerbau, rodeten die Wälder und führten eher eine Art Nomadenleben. Weil die Böden nicht viel hergaben nach Brandrodung und exzessiver Viehzucht in den Wäldern, zogen sie weiter an einen anderen Ort. Schon damals entstanden die ersten Heideflächen, wie man sie heute noch kennt und als schützenswerte Kulturlandschaft pflegt (→ Die Entstehung der Heide, S. 228). Nach einer Phase bis ca. ins 4. Jh. n. Chr., in der die Langobarden in der Heideregion siedelten, wurden ab dem 6. bis zum 8. Jh. n. Chr. germanische **Sachsen** in der Region heimisch, im Wendland siedelten slawische Einwanderer und errichteten dort ihre Rundlingsdörfer (→ S. 212).

Während der Sachsenkriege Karls des Großen (von 772 bis ins neue Jahrhundert hinein), seinerzeit König des Fränkischen Reichs, mussten sich die Sachsen nicht nur dem Herrscher unterwer-

fen, sondern wurden auch zwangsweise zum christlichen Glauben missioniert.

Ab dem späten 8. Jh. war der nördliche Teil der Lüneburger Heide unter dem Namen **Bardengau** bekannt, Hauptort dieser historischen Landschaft war das an der Ilmenau gelegene Bardowick, das 795 erstmals urkundlich erwähnt wurde. Noch deutlich vor Lüneburg, Celle oder Uelzen war Bardowick ein bedeutender Handelsort, bis es Mitte des 12. Jh. seine Bedeutung u. a. dadurch verlor, dass die Ilmenau bis Lüneburg schiffbar gemacht wurde. 1189 wurde Bardowick von Heinrich dem Löwen dem Erdboden gleichgemacht. Der historische Bardengau hatte keine Bedeutung mehr, wurde Mitte des 12. Jh. letztmals von Bischof Thietmar von Verden urkundlich erwähnt und ging schließlich namenlos in das Herzogtum Lüneburg über.

Lüneburg (956), Uelzen (970) und Celle (985) waren inzwischen erstmals urkundlich erwähnt worden. Während im heutigen Altencelle eine Burg errichtet wurde, entwickelte sich Uelzen aus einem Kloster bei Oldenstadt. Lüneburgs (damals Lhiuniburc) erstmalige Erwähnung erfolgte in einer Urkunde von König Otto I., in der dem dortigen Benediktinerinnenkloster auf dem Kalkberg die Zolleinnahmen aus dem Salzverkauf der Lüneburger Saline zugesprochen wurden.

1137 hatten die **Welfen**, ein Adelsgeschlecht aus Bayern, durch Heirat Eintritt in das damalige Herzogtum

Sachsen erlangt. Heinrich der Schwarze ehelichte eine der Töchter des 1106 verstorbenen Markgrafen Magnus. Ab 1142 herrschte **Heinrich der Löwe** über das Herzogtum Sachsen. Die Welfen erweiterten ihren Machtbereich im Süden bis Italien und im Norden bis an die Ostsee. Heinrich der Löwe hatte zunächst als Protegé seines Veters Friedrich Barbarossa großen Anteil an dessen Krönung zum König im Jahr 1152, der drei Jahre später die Krönung zum Kaiser des römisch-deutschen Reiches folgte. Der Löwenherzog überwarf sich jedoch 1176 mit Barbarossa, als er diesem seine Unterstützung in einem Feldzug gegen die lombardischen Städte verweigerte.

Heinrich wurde ins Exil nach England geschickt, auf dem Hoftag zu Gelnhausen 1180 wurde die Zerschlagung des Herzogtums Sachsen beschlossen. Die sächsische Herzogswürde ging an die **Askanier**, die ihre Herrschaft vor Ort jedoch vielfach an sogenannte reichsunmittelbare Herrscher, regionale Fürsten und Grafen, verloren. Heinrich der Löwe kehrte nach Friedrich Barbarossas Tod 1190 in den Norden des heutigen Deutschlands zurück und setzte seine Politik auch ohne offizielles Mandat fort, förderte u. a. den Ausbau von wirtschaftlich bedeutenden Städten wie Lübeck, Stade und Braunschweig, aber auch den Aufstieg Lüneburgs zu einer wichtigen Handelsstadt (→ S. 22).

Herzogtum Braunschweig-Lüneburg und Fürstentum Lüneburg

Lüneburg gehörte alsbald zum 1235 neu gegründeten Herzogtum Braunschweig-Lüneburg, deren erster Herrscher **Otto I.** war, gefolgt nach dessen Tod 1252 von seinem Sohn **Albrecht** und 1258 nach dem Erreichen der Volljährigkeit von dessen Bruder **Johann**. 1269 kam es zur Teilung des

Herzogtums: Albrecht erhielt den südlichen Teil des Landes mit den Gebieten rund um Braunschweig, der jüngere Bruder den nördlichen Teil mit den Besitztümern in der Region Lüneburg. Johanns Herrschaftsbereich im Fürstentum Lüneburg erstreckte sich ungefähr von Harburg im Nordwesten bis Gifhorn im Südosten sowie zwischen Elbe und Aller.

Zeitweise existierten einige Nebenlinien des Fürstentums, u. a. mit den Ämtern in Dannenberg und Scharnebeck, die jedoch keine vollständige Souveränität besaßen. Überhaupt zerfiel das Herzogtum in den kommenden Jahrhunderten in diverse Teilfürstentümer, deren Herrschaften immer wieder wechselten, darunter waren u. a. das Fürstentum Braunschweig-Wolfenbüttel, das Fürstentum Göttingen sowie das Fürstentum Calenberg, aus dem Ende des 17. Jh. das Kurfürstentum Hannover wurde.

1292 errichtete Otto der Strenge bei Celle eine Wasserburg und legte damit den Grundstein für die spätere Stadt **Celle**. Bereits rund 20 Jahre zuvor hatte **Uelzen**, damals noch als Löwenwalde, das Stadtrecht erhalten. Und 1302 wurde erstmals die **Wolfsburg** als Sitz des Adelsgeschlechts derer von Bartensleben urkundlich erwähnt.

Wirtschaftliches Zentrum der Region um diese Zeit war jedoch eindeutig die Salzstadt **Lüneburg** (→ S. 58), die im Laufe des 14. Jh. ein wichtiges Mitglied der Hanse wurde. 1374 trat Uelzen als zweite Stadt aus der Region dem mächtigen Städtebund bei.

Als Wilhelm II. von Lüneburg 1369 starb – ohne männliche Nachfahren zu hinterlassen –, entbrannte ein Streit um die Erbfolge im Fürstentum Lüneburg, der sich schließlich 1371 zum **Lüneburger Erbfolgekrieg** ausweitete. Nach den Statuten der Welfen wäre der Braunschweiger Herzog **Magnus II. Torquatus** erbberechtigt gewesen, was



Norddeutschlands größtes mittelalterliches Rathaus steht in Lüneburg

Kaiser Karl IV. jedoch anders sah. Für ihn war die Lüneburger Linie des Welfenhauses erloschen, das Reichslehen damit ans Reich zurückgefallen; und so entschied der Kaiser, stattdessen die Askanier, **Albrecht von Sachsen-Wittenberg** und dessen Onkel **Wenzel**, mit dem Fürstentum zu belehnen. Aufständische Lüneburger Bürger unterstützten die designierten neuen Herrscher und jagten Herzog Magnus II. im Februar 1371 aus der Stadt; sie zerstörten die Burg auf dem Kalkberg sowie das nahegelegene Kloster. Ein Feldzug des Herzogs im Oktober des Jahres scheiterte am Widerstand der Lüneburger Bürger.

Das endgültige Ende des Lüneburger Erbfolgekrieges jedoch datiert erst auf das Jahr 1373, das Jahr, in dem Herzog Magnus Torquatus bei einer Schlacht am Deister getötet wurde. Wenzel und Albrecht von Sachsen-Wittenberg und die Witwe des Herzogs samt ihren Söhnen schlossen einen Vertrag, nach dem die Stände des Fürstentums sowohl den Welfen als auch den As-

kaniern huldigen sollten und die Macht zukünftig abwechselnd bei beiden Häusern liegen sollte. Zunächst waren die Askanier an der Reihe, doch sowohl Albrecht als auch Wenzel starben bald darauf (1385 bzw. 1388). Gemäß dem Vertrag von Hannover fiel Lüneburg nun wieder an die Welfen, genauer genommen an die Herzöge Bernhard und Heinrich. 1428 war es unabhängig vom Aufstieg der Stadt Lüneburg zu einer erneuten Aufteilung der welfischen Fürstentümer Braunschweig und Lüneburg gekommen. Das daraus hervorgegangene **Fürstentum Lüneburg** umfasste Mitte des 15. Jh. ungefähr das Gebiet, das heute die Landkreise Harburg, Lüneburg, Uelzen, Heidekreis, Celle, Gifhorn und Lüchow-Dannenberg darstellen.

Reformation in der Region

1517 schlug ein gewisser Martin Luther seine 95 Thesen an die Tür der Schlosskirche zu Wittenberg, was allgemein als Beginn der Reformation in Deutschland gilt. Sieben Jahre später führte

Herzog Ernst I. die Reformation in der Region ein. Den Katholisch-Altgläubigen aus dem Lager des Kaisers passte das überhaupt nicht; sie holten Heinrich den Mittleren, Ernsts Vater, aus dem französischen Exil zurück, um ihn als Landesherrn anstelle seines Sohnes einzusetzen – was jedoch beim Landtag 1528 im Kloster zu Scharnebeck vereitelt wurde. Ernst I. traf Luther persönlich, war einer der Unterzeichner der sogenannten Confessio Augustana, eines grundlegenden Glaubensbekenntnisses der Reichsstände, das 1530 in Augsburg unterzeichnet wurde. Ernst trieb die Reformation in der Region voran, Celle war 1524 schließlich sogar die erste Stadt in Deutschland nach Wittenberg, die sich komplett der Reformation anschloss, in Lüneburg dauerte es einige Jahre länger. Weil Ernst I. sich so eifrig zur Reformation bekannte, erhielt er später den Beinamen **Ernst der Bekenner**.

Als Folge des Lüneburger Erbfolgekriegs war Celle bereits 1378 zur Residenz der Herzöge von Sachsen-Wittgenstein geworden. Ab 1433 wählten die Herzöge von Braunschweig-Lüneburg die Stadt an der Aller als ihre Residenz. Seine Blütezeit erlebte Celle im 17. Jh., als Herzog **Georg Wilhelm** gemeinsam mit seiner hugenottischen Gattin **Eléonore Desmier d'Olbreuse** den Umbau zu einer prachtvollen, barocken Residenz vorantrieb. Von 1618 bis 1648 tobte in ganz Europa der Dreißigjährige Krieg, der auch in der heutigen Lüneburger Heide Tausende von Opfern forderte. 1705 verstarb Georg Wilhelm und mit ihm der letzte Celler Herzog. Schon 1682 hatte der „Heideherzog“ seine Tochter **Sophie Dorothea** mit ihrem Cousin, dem hannoverschen Thronfolger Georg Ludwig, dem späteren König Georg I. von Großbritannien, verheiratet. So konnte nach Georg Wilhelms Tod 1705 das Fürstentum Lüneburg mit dem Fürstentum Hannover vereinigt werden.

Vom Kurfürstentum Hannover zum Bundesland Niedersachsen

1692 wurde **Ernst August**, seines Zeichens Herzog zu Braunschweig-Lüneburg und Herrscher über das Fürstentum Calenberg, von Kaiser Leopold I. zum neunten Kurfürsten des Heiligen Römischen Reichs ernannt. Somit war er Herrscher über das neue Kurfürstentum Braunschweig-Lüneburg, auch Kurfürstentum Hannover genannt – zu dem auch Lüneburg zählte. 1714 wurde sein Sohn, Herzog **Georg Ludwig** von Braunschweig-Lüneburg, aufgrund des 1701 vom englischen Parlament verabschiedeten Act of Settlement (quasi ein Ausschlussverfahren für mögliche katholische Thronfolger) zum König **Georg I.** von Großbritannien bestimmt. Hiermit löste also ein Adelliger aus dem Haus Hannover, einer jüngeren Linie des Welfengeschlechts, die Königsdynastie des Hauses Stuart in England ab. Sowohl Georg I. als auch sein Sohn und Nachfolger Georg II. waren in **Personalunion** Könige von England und Kurfürsten von Braunschweig-Lüneburg sowie nach dem Untergang des Heiligen Römischen Reichs im Sommer 1806 Könige im souveränen Königreich Hannover. Die Geschehnisse im Norden Deutschlands lenkten die Regenten überwiegend von London aus.

Während Napoleons Eroberungsfeldzug durch Europa wurde 1810 auch Lüneburg von Frankreich als Teil des **Departements Elbmündung** annektiert, bis preussische und russische Truppen während der sogenannten **Befreiungskriege** (1813 bis 1815) die napoleonischen Truppen bei der Schlacht von Gehrde 1813 schlugen. Der Wiener Kongress, der nach der Niederlage Napoleons Europa im Jahr 1814 neu ordnete, hatte auch Auswirkungen auf die Region. Das einstige Kurfürstentum Hannover wurde zum **Königreich** erhoben bzw. es erklärte sich auf der Versammlung an der Donau mit viel

Verhandlungsgeschick und Machtbewusstsein selbst dazu. 1833 trat unter dem neuen Herrscher **Wilhelm IV.**, Nachfolger seines verstorbenen Bruders Georg IV., ein vergleichsweise liberales Staatsgesetz in Kraft, das den Parlamenten weiter gehendere Rechte zugestand.

Nach dem Tod Wilhelms IV. im Juni 1837 bestieg seine Nichte Victoria den Thron in Großbritannien. Da für die Thronfolge in Hannover das welfische Erbrecht galt und dieses eine weibliche Thronfolge ausschloss, wenn gleichzeitig im Hause Braunschweig-Lüneburg ein möglicher männlicher Erbe bereitstand, wurde Wilhelms Bruder **Ernst August** im selben Jahr **König von Hannover**. Damit endete auch die 123-jährige Personalunion zwischen Großbritannien und Hannover. Rund 30 Jahre

später, nach dem preußisch-österreichischen Krieg im Jahr 1866, bei dem die Hannoveraner auf Seiten der Österreicher kämpften, wurde das Königreich Hannover von Preußen annektiert.

Bereits Ende des 19. Jh. entstanden auf Initiative des preußischen Kriegsministeriums große **Truppenübungsplätze** in der Lüneburger Heide, auf denen während des Ersten Weltkriegs (1914–1918) u. a. Kampfstoffe produziert wurden und die auch in den Zeiten des Dritten Reichs eine wichtige Rolle bei der Kriegstreiberei der Nationalsozialisten spielten. Von 1937 bis zum Ende des Zweiten Weltkriegs 1945 war Lüneburg Gauhauptstadt des Gaus Ost-Hannover. 1946 wurde das Bundesland **Niedersachsen** als eines von zunächst elf Ländern in der noch jungen Bundesrepublik Deutschland gegründet.

Kulinarisches aus der Heide

Die Spezialität schlechthin in der Lüneburger Heide ist die Heidschnucke. Bekannt in kulinarischer Hinsicht sind auch die Heidekartoffeln und der Heidehonig. Zudem wird leckerer Spargel in der Region kultiviert. Traditionelles Armeleuteessen in der Lüneburger Heide waren Buchweizengerichte. Heute gelten sie als Spezialität, allen voran die Buchweizentorte.

Fleisch

Aus dem Fleisch des **Heideschafs** werden zahlreiche Gerichte und Produkte gezaubert: Heidschnuckenbraten, Heidschnuckenragout, Bratwürste und das Heidjer Knipp. Das extrem dunkle und sehr fettarme Fleisch der Heidschnucke erinnert weniger an Lamm, vielmehr an Wild. Nicht selten werden die Saucen für Heidschnuckenbraten- und Ragout mit Wacholder abgeschmeckt, auch davon hat man in der Heidelandschaft ja genug. Echte Fans hin-

gegen behaupten, man müsse das Fleisch kaum würzen, schließlich würden die Heidschnucken genügend aromatische Wildkräuter fressen und sich quasi von selbst würzen – was auch für die Bratwürste von der Heidschnucke gilt. Das **Heidjer Knipp**, hier nicht aus Schweinefleisch, sondern aus Heidschnuckenfleisch hergestellt, ist eine norddeutsche Spezialität. Hergestellt wird es aus Hafergrütze sowie normalerweise allerlei Zutaten vom Tier (so genau will man das gar nicht wissen) und verschiedenen Gewürzen. Knipp wird am besten schön kross gebraten und ist, serviert mit Bratkartoffeln, sauren Gurken, Roter Bete oder auch Apfelmus eine absolute Delikatesse.

In der Gôrde im Wendland jagten schon vor 500 Jahren die Kurfürsten und Herzöge; auch heute kommen rund um das größte zusammenhängende Waldgebiet Norddeutschlands viele Wildgerichte auf den Teller. Zudem ist

die Gôhrde ein Paradies für Pilzsammler. Eine Spezialität aus Celle ist die „Rohe Roulade“ (→ S. 160).

Fisch

Fisch kommt insbesondere in der Nähe der Elbe auf den Tisch, aber auch in der Lüneburger Heide mit ihren zahlreichen Flüssen, Seen und Zuchtteichen kann man hervorragend Forellen essen. In den Monaten Februar und März ist an der Elbe **Stintseason**. Einen festen Starttermin kann man nicht nennen, es hängt von der Wassertemperatur der Elbe ab. Erst ab neun Grad Celsius wagen sich die Stinte von der Nordsee in die Flüsse, um dort zu laichen. Die kleinen Fische riechen merkwürdigerweise nach grüner Gurke und schmecken am besten in Roggenschrot paniert und dann kross in Butter und Speck gebraten. Lüneburgs bekannteste Kneipenmeile ist nach dem kleinen heringsartigen Fisch benannt, weil hier früher lebhafter Handel mit den Stinten getrieben wurde. Kenner verspeisen die ca. 15 cm lange Delikatesse mit Schwanz und Gräten. Stinte kamen jahrelang aufgrund der schlechten Wasserqualität der Elbe nicht auf den Teller; erst nach der Wende konnte man die kleinen „Gurkenfische“ wieder guten Gewissens servieren. Die Elbfischer machen sich allerdings berechtigter Sorgen: 2017 bis 2019 waren schlechte Jahre für den Stintfang, was Wissenschaftler auf die Elbvertiefung zurückführen. Neben den Stinten holen die Fischer u. a. noch Aal, Zander und Hechte aus der Elbe.

Kohl, Kartoffel und Co.

Die Lüneburger Heide ist zwar nicht das Kerngebiet für die sogenannten Kohl- und Pinkel-Fahrten (das sind Ostfriesland, Bremen und das Oldenburger Land), aber auch hier wird in den Wintermonaten gerne Grünkohl serviert. Auswärtige und Ahnungslose bekommen bisweilen schon mal einen



Delikate Knollen, gib'ts in der Region an jeder Ecke ...

Schreck, wenn ihnen das Essen als „**Kohl und Pinkel**“ vorgestellt wird. Grünkohl ist ein typisches Wintergemüse und wird klassischerweise mit Piment und Zwiebeln zubereitet und mit reichlich Fleisch wie Kassler, Bauchspeck und groben Kochwürsten serviert. Und eben mit jener dubiosen Pinkel(wurst). Das ist eine geräucherte Grützwurst, die im Wesentlichen aus Speck, Hafer- oder Gerstengrütze, Schweineschmalz – bisweilen auch Rinderfett – Zwiebeln und diversen Gewürzen besteht. Über die Herkunft des Namens „Pinkel“ herrscht Uneinigkeit. Die langweiligste Version lautet: Pinkel sei der plattdeutsche Name für Rinderdarm. Andere wiederum sagen, er käme daher, dass die Würste früher aufgehängt gelagert wurden und alsbald das Fett zu Boden tropfte – die Wurst also pinkelte.