Mahlzeit! MarktTreff

Viele weitere Ideen zum Nachkochen finden Sie auch online:
www.markttreff-sh.de/de/lieblings-rezepte

Sommer 2026

Das aktuelle Rezept vom Team des
Kapitän-Tadsen-Museums auf Hallig Langeneß

www.langeness.de/tagesausflug/langeness

Jetzt ist es soweit: Im Sommer 2026 sind die Bauarbeiten für den MarktTreff auf der Hallig Langeneß gestartet – mitten im Weltnaturerbe Wattenmeer.

Unweit des künftigen MarktTreffs auf der Warft Treuberg wartet auf die Besucherinnen und Besucher eine einmalige Sehenswürdigkeit: das Kapitän-Tadsen-Museum.
Das original erhaltene Kapitäns-Anwesen von 1741 – kostbar ausgestattet und mit mehr als 1.600 holländischen Fliesen geschmückt – zeigt eindrucksvoll das Halligleben vor über 250 Jahren. Und wie die Langeneßerinnen und Langeneßer sagen: „Zum Verständnis des Halliglebens gehört ein Besuch des Kapitän-Tadsen-Museums dazu.“

Was auch dazu gehört: Der Genuss von Futtjes (teilweise auch Futjes oder Futtjens), dem süßen Klassiker der Halligen, Inseln und der nordfriesischen Westküste.
Eigentlich eine Fettspeise vor allem zum Jahreswechsel, sind heutzutage Futtjes ganzjährig beliebt zu Festen und in großer Runde – zum Beispiel zu Anlass des Baustarts für einen neuen MarktTreff. In diesem Sinne viel Spaß beim Feiern, Nachbacken und: „Mahlzeit! MarktTreff“

Extra-Tipp: Klassisch werden Futtjes ähnlich den niederländischen Poffertjes in heißem Fett in besonderen Stielpfannen (mit halbrunden Vertiefungen) ausgebacken. Stattdessen kann auch eine Bratpfanne mit etwas höherem Rand oder ein Topf verwendet werden, dann aber mit etwas mehr Fett, damit die Futtjens „frei baden“ können.

Futtjes – goldbraune Happen Glück

Die Zutaten (für 18 – 20 Personen):

1 Liter	Milch
125 g	Butter
1.000 g	Mehl
½ TL	Salz
1	Bio-Zitrone (ausgepresster Saft und abgeriebene Schale)
3 EL	Rum
15	Eier
1 TL	Kardamom (nach Geschmack)
250 g	Rosinen (nach Geschmack)
1 Würfel	Hefe (42 g)
1 TL	Zucker
1.000 g	Frittierfett
Ggf.	Zucker-Zimt-Mischung, Früchtemus oder Beeren (nach Geschmack)

Mahlzeit!
MarktTreff

Viele weitere Ideen zum Nachkochen finden Sie auch online:
www.markttreff-sh.de/de/lieblings-rezepte

Sommer 2026

Die Zubereitung:

Brandteig ansetzen: Man koche 1 Liter Milch und 125 g Butter auf, schütte 500 g Mehl (die Hälfte der Gesamtmenge) und ½ TL Salz hinein. Den Teig kräftig rühren, bis sich unten eine weiße Schicht bildet.

Die übrigen Zutaten vorbereiten und abmessen; man schlägt nach und nach – abwechselnd fest und flüssig – die folgenden Zutaten unter den Brandteig: Zitronensaft und -schale, Rum, Eier, Kardamom, Rosinen und anschließend die restlichen 500 g Mehl.
Nach Geschmack können Kardamom und Rosinen weggelassen werden.

Zum Schluss werden 1 Würfel Hefe und 1 TL Zucker dazugegeben: Diesen Teig 1 – 2 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen.

Schließlich 1.000 g Frittierfett erhitzen und mit dem Esslöffel Futtjes-Teigkugeln ins heiße Fettbad geben und goldbraun backen.

Nach Geschmack mit Zucker-Zimt-Mischung, Früchtemus oder Beeren servieren – oder ganz klassisch einfach so genießen. Guten Appetit!