

# Wie sah das Leben auf der Geest aus?

## Dörfliches Leben- Essen und Trinken

Wie heute auch war der Tagesablauf in den Geestdörfern durch die Mahlzeiten bestimmt:

Zwischen 7:00 und 8:00 Uhr Frühstück (nach dem Melken)

11:00 Elfüürtje

12:00 Uhr Mittag

15:00 Uhr Tee und Brot

Zwischen 18:00 und 19:00 Uhr Abendbrot

Zu essen gab es Folgendes:

**Frühstück:** Bratkartoffeln, Spiegeleier oder Eierkuchen  
oder aufgewärmtes Essen vom Vortag, Buttermilchbrei  
oder Roggenmehlbrei. An Sonntagen gab es auch  
Zwieback mit Milch und Weißbrot.

**Elfüürtje :** Tee und Malzkaffee, Wurst-Schinken- und Käsebroten-  
Beliebt war auch, einfach Zucker auf das Butterbrot zu  
streuen- diese Mahlzeit wurde in Erntezeiten und bei  
Feldarbeiten draußen eingenommen.

**Mittag :** Gemüse, Speck, Kartoffeln- alles zusammengestampft  
(dörstampft Eeten)- Gekochte wurde – bis 1930 noch- auf  
dem offenen Herdfeuer.

**Abendbrot:** Essen vom Mittag, Bratkartoffeln, Buttermilchbrei, Milchsuppe mit  
Haferflocken oder eingedickte Hafergrütze, Reis oder