

Story Idea

Krefeld, im August 2023

9 Delikatessen aus Kanadas Northwest Territories

Zugegeben - denkt man an die Northwest Territories, ist „kulinarische Hochburg“ wohl nicht das erste, das einem in den Sinn kommt. Auf der anderen Seite beherbergt das riesige Territorium mit einigen der weltweit reinsten Gewässern und am wenigsten verdorbenen Böden frische Pflanzen und gesunde Wildtiere. Was für eine Inspirationsquelle für die unzähligen traditionellen Rezepte vieler innovativer Köche!

Vom fangfrischen Fisch bis hin zu Kräutern und Delikatessen, die es nur im Norden gibt – hier gibt es neun gute Gründe, warum die Northwest Territories auf der Bucket List eines jeden Foodies stehen sollten.

Bannock

[Bannock](#) ist DAS Leib- und Wohlgefühlgericht der Northwest Territories. Im Grunde genommen besteht das traditionelle Fladenbrot nicht mehr als aus Mehl, Wasser, Backpulver und etwas Schmalz. Es wird am Lagerfeuer und am Esstisch, in gemütlichen Hütten und im Zeltlager, bei großen Familienfeiern und zum Lunch bei der Arbeit verzehrt – oder trifft es verschlungen in diesem Fall vielleicht besser?!

Die Rezepte variieren je nach Gemeinde, Familie und den Zutaten, die man gerade zur Hand hat. Bannock kann Haute Cuisine sein - der Teig lässt sich aber auch ganz schnell und simpel zusammenrühren. Die einen heben Beeren unter, rühren Zucker oder Salz ein, andere verfeinern das gebackene Bannock mit Butter und Marmelade. Bannock gibt es zum Frühstück, Mittag, Abendessen, zum Nachtisch oder als schnellen Snack zwischendurch. Egal, wie, wo und wann man eins isst, eines ist sicher: das Fladenbrot ist ein wahrer Genuss!

Wo bekommt man Bannock? Bei den meisten Outdoor-Touren – einschließlich Hundeschlittenfahrten, Nordlicht-Beobachtungen oder kulturellen Touren – wird den Gästen frisch zubereitetes Bannock angeboten. Wer nicht genug davon bekommt, sollte den legendären Bannock'n Egger Frühstückssandwich bei Birchwood Coffee Ko in Yellowknife's Innenstadt kosten.

Frischer Fisch

Felchen, Quappe, Zander, Seeforelle, Nordhecht, Äsche oder Saibling: in den Northwest Territories gibt es sie alle. In den unzähligen Gewässern wimmelt es nur so vor einigen der köstlichsten und gesündesten Fische der Welt. Gibt es einen besseren Abschluss für einen Angeltag als ein frisches nach eigenem Geschmack zubereitetes Filet? Besucher der Northwest Territories können Ausflüge mit örtlichen Angel-Guides buchen. Das Highlight eines solchen Ausflugs ist vor allem das

Mittagessen am Ufer, der so genannte „Shore Lunch“ – der inoffiziellen Nationalspeise der Northwest Territories. (Nicht umsonst waren die NWT in der Vergangenheit bereits Gastgeber der Weltmeisterschaften im Shore Lunch.)

Aber keine Sorge – auch, wenn man nicht selbst fischen geht, kann man leicht in den Genuss des frischen Fisches kommen. Er steht nämlich auch auf der Speisekarte der meisten Restaurants!

Wo bekommt man frischen Fisch? [Bullock's Bistro](#) in Yellowknife ist eine typische Anlaufstelle für Fish and Chips. Aber auch im [Alestine's](#) in Inuvik, einem gemütlichen, rustikalem Restaurant mit anspruchsvoller Speisekarte, sind die Tacos mit frischem Fisch ein Gaumenschmaus. Und dann wären da natürlich noch eine Reihe von Angel-Guides, wie z.B. Küchenchef Carlos von [Yellowknife Outdoor Adventures](#), die mit raffinierten Aromen ein köstliches Mittagessen bei bestem Seeblick zaubern.

Trockenfisch

Wo es frischen Fisch gibt, kann Trockenfisch nicht weit sein – zumindest hier im Norden. Die nordische Delikatesse wird langsam und behutsam über einem Rauchfeuer getrocknet, nachdem der Fisch entsprechend gesäubert und in Streifen oder Würfel geschnitten wurde.

Wo bekommt man Trockenfisch? Wenn im Sommer die Fähre MV Louis Cardinal verkehrt und die Abenteuerer des Dempster Highways über den Peel und Arctic Red River bringt, halten Kenner Ausschau nach dem Trockenfisch-Stand vor Tsiigehtchic – einer Gwich'in-Dene-Gemeinde, die für den besten Trockenfisch des Nordens bekannt ist. Ebenfalls im Rennen ist auch die K'atl'odeeche First Nation, die am Ostufer des Hay Rivers und gegenüber der gleichnamigen Stadt zu Hause ist. Wenn man besonders viel Glück hat, findet man ihren Trockenfisch auf dem samstäglichen Bauernmärkten in Hay River!

Arktische Cranberry

Schlendert man Ende August oder Anfang September durch die Ortschaften der Northwest Territories, könnte man fast meinen, sie seien komplett verlassen. In Wahrheit machen sich ihre Einwohner - gewappnet mit Taschen, Eimern und Körben - nur auf den Weg zu ihren streng geheimen Cranberry-Pflückplätzen. Die Nordstaatler nehmen das Beerensammeln verdammt ernst! Wird man eingeladen, jemanden zu seinen bewährten Beerenfundorten zu begleiten, ist dies ein wahres Zeichen des Vertrauens und der Freundschaft.

Wo bekommt man Cranberrys? Am besten zieht man selbst los, sucht und pflückt die säuerlich-bittere Beere. Geht man leer aus, kann man jederzeit auf die köstlichen, in den Northwest Territories hergestellten Cranberry Sky-Schokoriegel von Cabin Snacks und Chocolates zurückgreifen – hier sind die handgepflückten Cranberrys direkt lecker verarbeitet.

Aqpik

Aqpik, auch Moltebeere oder „Bakeapple“ genannt, sind pummelige pfirsichfarbene Beeren, die im Spätsommer reif zum Pflücken sind. Sobald der Korb gefüllt ist, können sie zu schmackhafter Marmelade eingekocht oder als süßer Belag für Kuchen oder andere Backwaren genossen werden.

Wo bekommt man Aqpik? Auch hier findet man nicht viele Menschen, die ihre geheimen Sammel-Spots freiwillig kundtun. Die Abenteuerlustigen können sich aber auf eine kleine Schatzsuche machen. Heißer Tipp: Die Beeren befinden sich in der Regel unter den Labrador-Teepflanzen.

Muktuk

Kommen wir zu einer doch eher gewöhnungsbedürftigen Delikatesse: Muktuk ist eine traditionelle Spezialität der Inuvialuit, die aus der Haut und dem Blubber des Belugawals besteht. Muktuk ist an der arktischen Küste so begehrt, da es reich an Vitamin C und D ist – Nährstoffe, die in der arktischen Ernährung sonst Mangelware sind. Muktuk hat eine ölige Konsistenz und einen fischigen Geschmack und kann roh, gekocht oder getrocknet gegessen werden.

Wo bekommt man Muktuk? Auf den Ausflügen von [Tundra North](#), z.B. bei Führungen durch ein traditionelles Walfanglager in der Nähe von Tuktoyaktuk im Sommer oder im Iglu-Dorf außerhalb von Inuvik während der Wintermonate, erhalten Besucher eine Kostprobe dieser kultigen arktischen Speise.

Fichtenspitzen

Jedes Jahr im Frühling erlebt die stoische Fichte, die in den Wäldern der Northwest Territories allgegenwärtig ist, eine Art Wachstumsschub. Für einige Wochen im Mai schießen lindgrüne Triebe, die fast wie Hopfen aussehen, aus den Enden der Äste. Diese Fichtenspitzen, oder „spruce tips“, werden von Feinschmeckern gesucht, denn die nach Kiefer schmeckenden Sprossen haben es in sich! Sie können pur verzehrt oder als Beilage zu Fisch- und Fleischgerichten serviert werden. Spruce tips werden auch eingelegt oder zum Würzen von Gebäck, Sirup, Tinkturen, Salatdressings oder Speiseölen verwendet. Ja, sogar im Bier kann man sie wiederfinden.

Wo bekommt man Fichtenspitzen? Ist man im Mai vor Ort – ganz klar: im Wald! Ansonsten sind Fichtenspitzentee und -salz bei [Laughing Lichen](#) zu bekommen. Das außergewöhnliche und nur saisonal angebotene Bier, für das lokal geerntete Fichtenspitzen verwendet werden, gibt es übrigens unter dem Namen Forager IPA bei der [NWT Brewing Co](#) in Yellowknife.

Birken-Sirup

Wer wusste, dass die Birke Sirup produziert? Echt wahr! Das Anzapfen von Birken ist eine Frühjahrskunst, die in den Northwest Territories von Familienmitgliedern über Generationen hinweg weitergegeben wird. Das Ergebnis, ein bitterer und doch süßer, nach Karamell schmeckender Sirup, kann für alles Mögliche verwendet werden: von Pudding über Pfannkuchen am Samstagmorgen bis hin zu Fleischglasuren.

Wo bekommt man Birken-Sirup? Sapsucker Birch Syrup – geerntet von einem malerischen Birkenbestand direkt am Ingraham Trail in der Nähe der Dene-Gemeinde Dettah – wird in Geschäften und auf Bauernmärkten im gesamten Territorium verkauft.

Unverwechselbares Gewürz

Back Eddy's Seasoning ist im ganzen Norden als bevorzugtes Gewürz für Steaks und Rippchen oder als perfekter Rand auf einem saftig-salzigen Caesar-Cocktail bekannt. Es ist eines der Geheimnisse, hinter das man nur kommt, wenn man einige Zeit in den Northwest Territories verbringt.

Wo bekommt man das Wunder-Gewürz? Ungelogen - in jedem Lebensmittelgeschäft oder Souvenirladen in den Northwest Territories. Es ist nicht umsonst ein absoluter Klassiker!

Die spektakulären Northwest Territories bestechen durch die blühende Kultur, die tiefgreifende Geschichte und die vielfältigen Traditionen der Einheimischen. Die Gelegenheit, die [authentische Kunst und Kultur](#) auf einer Reise durch den Norden zu erleben, sollte sich niemand entgehen lassen.

Weitere Informationen über die Northwest Territories gibt es unter www.spectacularnwt.de.

Pressekontakt :

Tourism NWT c/o Denkzauber GmbH

Michaela Arnold

Web: www.spectacularnwt.de

Tel.: + 49 2151 51 24 669

Fax.: + 49 2151 51 24 668

E-mail: michaela@denkzauber.de

Über Denkzauber:

Die Kommunikations- und Marketing-Agentur Denkzauber GmbH hat sich auf Kunden in der Tourismus-Industrie spezialisiert. Denkzauber bietet Marketing & Sales Services, Werbung, Social Media, Corporate Publishing, Mailhouse & Fulfillment Lösungen sowie PR-Dienstleistungen an.