

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Erprobte Kochrezepte**

**Maggi GmbH <Berlin>**

**Berlin, [ca. 1935]**

Fleischspeisen

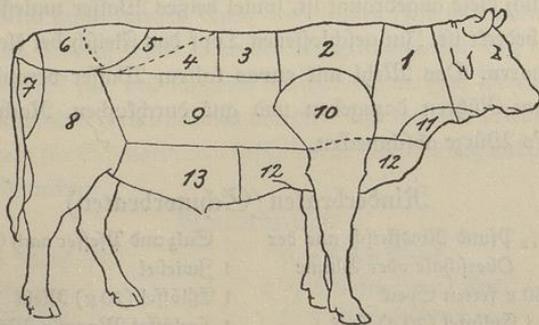
**urn:nbn:de:bsz:31-57609**



# Fleischspeisen

## Rindfleisch

Die gebräuchlichen Bezeichnungen der einzelnen Stücke beim Einkauf sind folgende: 1 Hals. 2 Fehltrippe. 3 Hohe Rippe. 4 Lende. 5 Filet. 6 Hüfte. 7 Schwanzstück. 8 Blume (Rose). 9 Querrippe (Zwerchrippe). 10 Schulter. 11 Stich. 12 Brust. 13 Bauch.



Es eignen sich zum Braten: Hohe Rippe, Roastbeef, Lende, Filet; zum Schmoren: Blume (Rose), Schwanzstück; zum Kochen: Brust, Schulter, Beinsfleisch (Querrippe).

## Gekochtes Rindfleisch

Am geeignetsten ist ein Stück Rinderbrust, das man mit kochendem Wasser aufsetzt. Fett und Knochen beläßt man dem Stück, damit das Fleisch saftig bleibt. Es empfiehlt sich, feingeschnittenes Grünzeug mitzukochen und erst zu salzen, nachdem das Fleisch schon  $\frac{1}{2}$  Stunde gekocht hat. Im übrigen siehe Kochvorschrift auf Seite 13.

## Gulasch

1 $\frac{1}{2}$ Pfund Rindfleisch	3 Zwiebeln
30 g fetten Speck	Paprika und Salz nach Geschmack
1 Eßlöffel (20 g) Fett	
1 Eßlöffel (20 g) Mehl	12 Tropfen Maggi's Würze

Den feingewürfelten Speck mit dem Fett braun anbraten. Das in Würfel geschnittene Fleisch mit Paprika sowie Salz bestreuen und ebenfalls gut anbraten. Danach auch die zerleinerte Zwiebel begeben und wenn auch diese angebräunt ist, soviel heißes Wasser zugießen, daß das Fleisch bedeckt ist. Im geschlossenen Topf das Fleisch bei kleinem Feuer garschmoren. Das Mehl mit etwas kaltem Wasser verquirlen, unter ständigem Rühren dazugeben und gut durchkochen. Nach Salz und Maggi's Würze abschmecken.

## Rinderbraten (Schmorbraten)

1 $\frac{1}{2}$ Pfund Rindfleisch aus der Oberschale oder Blume	Salz und Pfeffer nach Geschmack
30 g fetten Speck	1 Zwiebel
1 Eßlöffel (20 g) Fett	1 Eßlöffel (20 g) Mehl
	1 Teelöffel Maggi's Würze

Den feingewürfelten Speck mit der Butter anbraten. Das mit Salz und Pfeffer eingeriebene Fleisch von allen Seiten scharf braun braten. Die feingeschnittene Zwiebel dazugeben und sobald auch diese gebräunt ist, nach und nach heißes Wasser zugießen. Im festgeschlossenen Topf

Bei kleinem Feuer 2 Stunden weichschmoren. Nun das Fleisch herausnehmen, warmstellen, das Mehl mit etwas kaltem Wasser verquirlen und unter ständigem Rühren zum Bratensatz geben. Soviel Wasser zugeießen, daß eine sämige Soße entsteht. Nach Salz und Maggi's Würze abschmecken.

Will man noch ein übriges tun, so nimmt man an Stelle des Wassers Fleischbrühe, die man aus 1—2 Maggi's Fleischbrühwürfeln hergestellt hat.

### Rouladen

1½ Pfund Rindfleisch	2 Zwiebeln
50 g Speck zum Füllen	1 Gurke
20 g Speck, 1 Eßlöffel (20 g) Fett zum Anbraten	2 Teelöffel Senf 1 Eßlöffel (20 g) Mehl

Die Rindfleischscheiben klopfen; Speck, Zwiebeln und Gurke kleinschneiden, mit Senf, Salz und Pfeffer vermischen und auf die Fleischscheiben streichen. Die Scheiben zusammenrollen, mit einem Faden umwickeln und im angebratenen Speck und heißen Fett von allen Seiten gut anbraten. Darauf soviel kochendes Wasser beigießen, daß die Rouladen fast bedeckt sind und langsam weichschmoren. Zur Bereitung der Soße die Rouladen herausnehmen und die Soße mit dem Mehl binden, wie im Rezept für Schmorbraten beschrieben. Zum Schluß mit Maggi's Würze abschmecken.

### Sauerbraten

1½ Pfund Rindfleisch	50 g fetten Speck
¼ Liter Essig	2½ Eßlöffel (50 g) Fett
¼ Liter Wasser	50 g Pfefferkuchen
1 Zwiebel, einige Gewürzkörner	1 Eßlöffel (20 g) Mehl
1 Lorbeerblatt	12 Tropfen Maggi's Würze

Essig und Wasser kochen und abkühlen lassen, mit der in Scheiben geschnittenen Zwiebel sowie den Gewürzkörnern und Lorbeerblatt zum

Fleisch geben. In dieser Beize das Fleisch 3 Tage unter öfterem Wenden ziehen lassen. — Im angebratenen Speck und heißen Fett das Fleisch von allen Seiten scharf anbraten. Soviel Wasser und einen Teil der Beize zum Fleisch gießen, daß es halb bedeckt ist. Bei geschlossenem Topf  $1\frac{1}{2}$  Stunden weichschmoren lassen. Das Fleisch zur Bereitung der Soße herausnehmen und warmstellen. Den geriebenen Pfefferkuchen mit  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser zum Bratenatz geben, aufkochen lassen und sodann die Soße mit dem Mehl binden. Zum Schluß nach Salz abschmecken und mit Maggi's Würze vollenden.

### Gedämpfte Rindsleber

$\frac{3}{4}$ Pfund Rindsleber	$2\frac{1}{2}$ Eßlöffel (50 g) Fett
2 Eßlöffel (40 g) Mehl	1 Maggi's Fleischbrühwürfel
1 Zwiebel	Salz, etwas Pfeffer

Die Leber häuten, in fingerdicke Scheiben schneiden, salzen und pfeffern, dann in Mehl wenden und in dem heißgemachten Fett auf beiden Seiten braunbraten, bis sie nicht mehr blutet, wenn man hineinsticht (5 Minuten). Die Leberscheiben aus der Pfanne heben, die feingeschnittene Zwiebel hineingeben, in dem zurückgebliebenen Bratfett durchdämpfen, das restliche Mehl hinzufügen, mit der Zwiebel gut verrühren und mit einer Tasse Fleischbrühe ablöschen, die man aus Maggi's Fleischbrühwürfel hergestellt hat. Wenn die Soße gut durchgekocht ist, nach Salz und Pfeffer abschmecken, die Leberscheiben hineinlegen, noch einmal schnell aufkochen lassen und sofort zu Tisch geben.

Man kann die Soße bequemer aus 1 Würfel Maggi's Bratensoße bereiten. Nachdem die Leberscheiben aus der Bratpfanne gehoben sind, in der restlichen Bratbutter den Bratensoßenwürfel sehr fein zerdrücken, gut  $\frac{1}{4}$  Liter kaltes Wasser darübergießen und unter Umrühren aufkochen lassen. Dann die Leberscheiben wieder hineinlegen, das Ganze noch einmal aufkochen und sofort anrichten.

### Leberknödel

1 Pfund Rindsleber	2 Eßlöffel (40 g) Mehl
$\frac{1}{8}$ Pfund Speck	2 Brötchen
$\frac{1}{8}$ Pfund Nierenfett	Salz, Pfeffer
2 Eier	feingehackte Petersilie
1 kleine Zwiebel	

Die gehäutete Leber sowie Speck und Talg durch die Fleischmaschine geben. Die Brötchen einweichen und gut ausgedrückt an die Leber geben. Die feingehackte Petersilie und Zwiebel hellbraun dünsten und samt den Eiern, Mehl und Gewürz mit der Leber untermengen. Nun die Knödel mit einem Eßlöffel abstechen und in siedendem Wasser 15 Minuten kochen. — Beim Anrichten mit ausgelassenem Speck und gebräunter Zwiebel übergießen. Als Beilage Sauerkraut mit Kartoffelbrei reichen.

### Hackbraten (falscher Hase)

$\frac{1}{2}$ Pfund Rindfleisch	2 Eßlöffel (40 g) Butter
$\frac{1}{2}$ Pfund Schweinefleisch	1 Ei, Salz, Pfeffer
2 Weißbrötchen	$\frac{1}{2}$ Eßlöffel (10 g) Mehl
1 Zwiebel	1 Maggi's Fleischbrühwürfel
etwas gehackte Petersilie	2 Eßlöffel saure Sahne (Rahm)

Das in kleine Stücke geschnittene Fleisch, die in etwas Milch oder Wasser eingeweichten und wieder gut ausgedrückten Brötchen und die Zwiebeln durch die Fleischmaschine drehen. Dann mit Salz, etwas Pfeffer und gehackter Petersilie würzen, das Ei hineingeben, zu einem Teig verarbeiten und eine Rolle wie ein längliches Brot formen. Die Butter in der Pfanne heißmachen, den Braten hineinlegen und unter Begießen und Zugabe der Fleischbrühe, die aus dem Maggi-Fleischbrühwürfel bereitet wird, ungefähr eine halbe Stunde braten. Kurz vor dem Anrichten die Soße mit dem Mehl sämig machen, auch die saure Sahne (Rahm) hinzugeben und nach Salz und Pfeffer abschmecken.

Wer Sahnensoße nicht liebt, zerdrückt einen Würfel Maggi's Bratensoße recht fein, gießt gut  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser darüber, läßt unter Rühren aufkochen und gießt diese Soße kurz vor dem Anrichten zu dem Hackbraten. Ein Sämnigmachen der Soße mit Mehl erübrigt sich bei Verwendung von Maggi's Bratensoße.

### Kohlrouladen

siehe unter Gemüse auf Seite 83.

### Frikadellen

1 Pfund gehacktes Fleisch ( $\frac{1}{2}$ Rind-, $\frac{1}{2}$ Schweinefleisch)	Pfeffer und Salz nach Geschmack
2 Semmeln	2 kleine Zwiebeln
1 Ei	$1\frac{1}{2}$ Eßlöffel (30 g) Fett

Die in Wasser eingeweichten und wieder ausgedrückten Semmeln mit dem Fleisch, dem Ei, einer feingehackten Zwiebel, Salz und Pfeffer zu einem Teig vermengen. Kleine, flache Klöße daraus formen, diese im heißgemachten Fett von beiden Seiten braunbraten und zum Schluß die zweite in Scheiben geschnittene Zwiebel mitbräunen.

### Königsberger Klops

$\frac{1}{2}$ Pfund Rindfleisch	1 kleine Zwiebel
$\frac{1}{2}$ Pfund Schweinefleisch	1 Teelöffel gehackte Petersilie
2 Weißbrötchen	1 Eßlöffel (20 g) Mehl
1 Ei	Salz, etwas Pfeffer
$1\frac{1}{2}$ Eßlöffel (30 g) Butter	1 Scheibe Zitrone
	2 Maggi's Fleischbrühwürfel

Die in etwas Milch oder auch Wasser eingeweichten und wieder gut ausgedrückten Weißbrötchen nebst dem in kleine Stücke geschnittenen Fleisch und der Zwiebel durch die Fleischmaschine drehen, das Ei und die Petersilie dazugeben, salzen, pfeffern und alles untereinandermischen.

Dann nicht zu große, runde Klopse formen und 15 Minuten in folgender Soße garkochen: Die Butter zergehen lassen, das Mehl hineingeben und etwas durchdämpfen lassen. Nun mit  $\frac{2}{3}$  Liter Brühe auffüllen, die aus 2 Maggi's Fleischbrühwürfeln bereitet wird, die Zitronenscheibe hinzufügen und gut durchkochen lassen. Beim Anrichten nach Salz und Pfeffer abschmecken. Wird eine säuerliche Soße bevorzugt, so ist noch etwas mehr Zitronensaft oder auch ein Eßlöffel Kapern hinzuzufügen. — Auch zum Fleisch kann man einige gutgewässerte und feingehackte Sardellen geben.

### Ragout aus verschiedenen Fleischresten

$\frac{3}{4}$ Pfund Fleischreste, gleich welcher Art	1 Eßlöffel (20 g) Mehl
$1\frac{1}{2}$ Eßlöffel (30 g) Butter	2 Maggi's Fleischbrühwürfel
1 Zwiebel	1 kleine saure Gurke
	etwas Pfeffer, $\frac{1}{4}$ Lorbeerblatt

Die Butter heiß werden lassen, das Mehl und die feingeschnittene Zwiebel darin bräunen, mit gut  $\frac{1}{2}$  Liter Fleischbrühe, die aus den beiden Maggi-Fleischbrühwürfeln durch Übergießen mit kochendem Wasser bereitet wird, auffüllen, glattrühren, noch eine Prise Pfeffer, das Stückchen Lorbeerblatt und die in feine Scheiben geschnittene saure Gurke beifügen. Die Fleischreste in Stücke schneiden, in die Soße geben und darin durchkochen lassen.

### Gülze (Gelee, Aspik, Grand)

3 Maggi's Fleischbrühwürfel	1 Stückchen Lorbeerblatt
6 Blatt Speisegelatine	1 Eßlöffel Essig
$\frac{1}{2}$ Liter Wasser	

Das Wasser mit dem Essig und dem kleinen Stück Lorbeerblatt zum Kochen bringen und Maggi's Fleischbrühwürfel darin auflösen. Die

Gelatine in kaltem Wasser waschen, ausdrücken und ebenfalls in die Brühe geben, verrühren und in passender Form kaltstellen.

Soll gekochtes Fleisch, gekochter Fisch, Eier, Geflügelstücke oder anderes gesüßt werden, das noch flüssige Gelee darübergießen und kaltstellen.

### Herstellung eines guten Koch- und Bratfettes

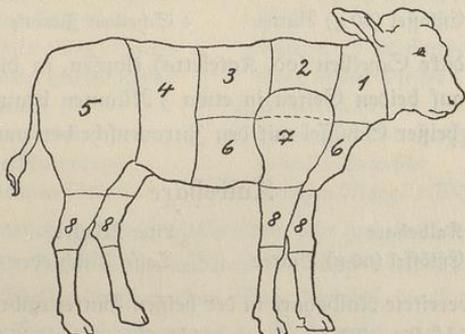
1 Pfund Nierentalg	1/2 Pfund Butter
1 Pfund Schweineliefen	1 kleine Zwiebel
	1/2 Lasse Milch

Das Nierenfett in kleine Würfel schneiden oder durch die Fleischmaschine drehen, mit der Milch und der Zwiebel aufs Feuer setzen und unter Umrühren so lange kochen lassen, bis es völlig klar ist und keine Wellen mehr schlägt. Dann durch ein feines Sieb seihen und die Grieben gut ausdrücken.

Das Schweinefett ebenfalls sehr fein schneiden oder durch die Fleischmaschine drehen und unter Umrühren kochen lassen, bis es ganz hell ist und nicht mehr aufwallt. Dann zum Nierenfett gießen. Schließlich die Butter in einen nicht zu kleinen Topf geben (damit sie nicht überkocht), aufs Feuer bringen und so lange kochen, bis sie klar ist und der auf dem Boden sich ablagernde Satz gelblich zu werden beginnt. Dann langsam zu den beiden anderen Fetten gießen, gut vermischen und auch dann und wann noch längere Zeit bis zum Erkalten umrühren. Dadurch wird ein ganz glattes Fett erzielt. Die Grieben des Nieren- und Schweinefettes können als Zugabe zu Bratkartoffeln verwendet werden.

## Kalbfleisch

Die gebräuchlichsten Bezeichnungen der einzelnen Fleischstücke sind folgende: 1 Hals. 2 Nacken (Mittelgrat). 3 Kotelett. 4 Nierenbraten. 5 Keule (Schlegel). 6 Brust. 7 Schulter (Blatt). 8 Haxe.



Es eignen sich zum Braten: Keule (Schlegel), Nierenbraten, Kotelett, Brust, Schulter (Blatt), Haxe; zum Kochen: Hals, Nacken, Brust.

## Kalbfleisch gekocht

Kalbfleisch wird mit soviel kochendem Wasser aufgesetzt, daß es eben bedeckt ist. Ein Stück Nierentalg beifügen, doch erst in der zweiten Hälfte der Kochzeit salzen. Kochdauer  $1\frac{1}{2}$  Stunde.

## Kalbsbraten

$1\frac{1}{2}$  Pfund Keule

$\frac{1}{4}$  Liter saure Sahne

$2\frac{1}{2}$  Eßlöffel (50 g) Butter

1 Eßlöffel (20 g) Mehl

50 g Speck

Salz nach Geschmack

Das Fleisch waschen, abtrocknen. Den kleingeschnittenen Speck in der Butter anbraten, das Fleisch hineinlegen und von allen Seiten gut bräunen. Erst dann nach und nach etwas heißes Wasser zugießen und

Hierauf die Zwiebel und die Petersilienwurzel entfernen, nach Salz und Pfeffer abschmecken, der Soße den Saft der halben Zitrone beifügen, mit dem Eigelb abziehen und Maggi's Würze darunterühren.

### Saure Kalbsflecke (Kutteln, Gekröse)

2 Pfund Kalbsflecke	1 Nelke
2 Eßlöffel (40 g) Butter	2 Gewürz-, 2 Pfefferkörner
2 Eßlöffel (40 g) Mehl	Salz, etwas Pfeffer
1 Zwiebel	$\frac{1}{4}$ Lorbeerblatt
1 gelbe Rübe	$\frac{1}{2}$ Zitrone oder etwas Essig
1 Petersilienwurzel	gehackte Petersilie
1 Stückchen Sellerie	10 Tropfen Maggi's Würze

Die Flecke mehrfach mit Salz abreiben, sehr gut waschen und in kaltem Wasser aufs Feuer bringen. Wenn das Wasser kocht, abgießen und frisches kaltes Wasser darübergeben, Salz, Zwiebel, die Suppenkräuter und das andere Gewürz beifügen und die Flecke recht weich kochen. Dann herausnehmen, in große Würfel schneiden und folgende Soße bereiten: Die Butter heiß werden lassen, darin das Mehl leicht andünsten, mit 1—2 Schöpflöffel Brühe glattkochen, nach Salz und Pfeffer abschmecken und den Saft der halben Zitrone oder Essig beifügen. Nun die Flecke in die Soße geben und gut durchkochen lassen. Beim Anrichten Maggi's Würze sowie etwas gehackte Petersilie unter die Soße rühren.

### Gefüllte Kalbsbrust

3 Pfund Kalbsbrust	1 Stückchen Sellerie
2 Weißbrötchen	3 Eßlöffel (60 g) Butter
1 Ei	Salz, Pfeffer
1 große und 1 mittlere Zwiebel	1 Teelöffel Petersilie
1 gelbe Rübe (Mohrrübe)	1 Prife Muskatnuß
	10 Tropfen Maggi's Würze

Da sich kleinere Stücke nicht füllen lassen, eine größere Kalbsbrust nehmen und die Knochen sogleich vom Fleischer (Metzger) entfernen

das Fleisch völlig garbraten. Vor dem Anrichten die saure Sahne dazu-  
geben und die Lunte mit etwas Mehl binden.

### Kalbschnitzel oder Koteletts

1 Pfund Schnitzel	Salz nach Geschmack
3 Eßlöffel (60 g) Butter	4 Scheiben Zitrone

Mäßig dicke Scheiben (od. Koteletts) klopfen, in die heiße Butter  
legen und auf beiden Seiten in etwa 3 Minuten braun braten. Nun  
salzen, auf heißer Schüssel mit den Zitronenscheiben anrichten.

### Kalbshare

1 Kalbshare	$\frac{1}{8}$ Liter Wasser
3 Eßlöffel (60 g) Butter	$\frac{1}{2}$ Tasse Milch oder Sahne, Salz

Die vorbereitete Kalbshare in der heißen Butter anbraten, leicht sal-  
zen und mit  $\frac{1}{8}$  Liter Wasser in etwa  $1\frac{1}{2}$  Stunde weichschmoren. Wenn  
das Wasser verkocht ist, das Fleisch bräunen und vorsichtig Milch oder  
Sahne nachgießen.

### Kalbfleisch-Frikassee

1 Pfund Kalbfleisch	1 Eigelb
$1\frac{1}{2}$ Eßlöffel (30 g) Butter	Salz, etwas Pfeffer
1 Eßlöffel (20 g) Mehl	1 Petersilienwurzel
1 Zwiebel	6 Tropfen Maggi's Würze
1 Nelke	$\frac{1}{2}$ Zitrone

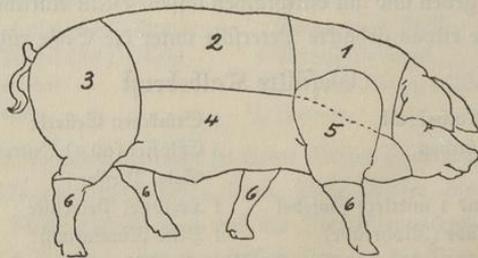
Das Fleisch waschen, in nicht zu kleine Stücke schneiden, mit kaltem  
Wasser bedeckt aufs Feuer setzen, Salz, Prise Pfeffer, die Zwiebel, in  
die man die Nelke gesteckt hat, und die Petersilienwurzel hineingeben  
und das Fleisch langsam garkochen lassen. Dann in der Butter das Mehl  
hell durchschwitzen, mit der Kalbsbrühe zu einer glatten Soße kochen und  
zu dem Fleisch gießen, gut umrühren und noch  $\frac{1}{4}$  Stunde kochen lassen.

lassen. Etwa übrigbleibende Teile der gefüllten Kalbsbrust schmecken kalt vorzüglich und reichen also noch zu einer zweiten Mahlzeit.

Die Brötchen in Wasser einweichen und gut wieder ausdrücken. Die große Zwiebel sehr fein wiegen und in 20 g Butter andünsten, jedoch nicht braun werden lassen, das Brot hinzufügen und einige Minuten durchdämpfen lassen. Hierauf die Masse in eine Schüssel bringen, darin mit dem Ei, der Petersilie, etwas Salz und Pfeffer sowie der Prise Muskatnuß verrühren, die Kalbsbrust damit füllen und von allen Seiten zunähen. Nun das Fleisch in der Bratpfanne in der restlichen Butter nebst der Zwiebel, der in Würfel geschnittenen gelben Rübe und dem Sellerie von allen Seiten braun anbraten, nach und nach  $\frac{1}{3}$  Liter Wasser hinzugeben, unter öfterem Begießen weichbraten lassen. Beim Anrichten die Soße abschmecken, wenn nötig, mit etwas Weizenmehl binden und Maggi's Würze darunterrühren.

## Schweinefleisch

Die gebräuchlichsten Bezeichnungen der einzelnen Fleischstücke sind:



1 Nacken (Kamm). 2 Kotelett. 3 Keule (Schinken). 4 Bauch. 5 Vorder-schinken (Schulter). 6 Beine (Dickbeine, Füße).

Es eignen sich besonders zum Braten: Rücken (Kotelett), Keule (Schinken), Vorderschinken (Schulter), Nacken; zum Schmoren: Rippen, Nacken (Kamm), Schulter; zum Kochen: Bauch, Dickbeine, Füße.

### Schweinefleisch gekocht

Das Fleisch mit der Schwarte in kochendem Wasser aufsetzen und salzen. Kochzeit 2 Stunden. Man reicht es zu Erbsen, weißen oder dicken Bohnen, Linsen, zu Sauerkraut, Möhren oder Kohlrüben.

### Schweinefleisch-Ragout

wird wie Gulasch zubereitet (siehe Seite 58). Paprika fortlassen, ebenso bei sehr fettem Schweinefleisch den Speck.

### Schweinekotelett

1 Pfund Schweinekotelett	geriebene Semmel
1 $\frac{1}{2}$ Eßlöffel (30 g) Fett	1 Ei

Die Koteletts klopfen, mit Salz und Pfeffer bestreuen, mit Ei und geriebener Semmel panieren und in flacher Pfanne von beiden Seiten hellbraun braten. Dazu Maggi's Bratensoße (siehe Seite 51).

### Schweinebraten

1 $\frac{1}{2}$ Pfund Schweinefleisch	1 Zwiebel
1 Eßlöffel (20 g) Fett	Salz und Pfeffer
1 Eßlöffel (20 g) Mehl	1 Teelöffel Maggi's Würze

Das mit Salz und Pfeffer eingeriebene Fleisch im heißen Fett von allen Seiten anbraten und zuletzt die kleingeschnittene Zwiebel mitbräunen lassen.  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser zugießen und bei geschlossenem Topf 1 $\frac{1}{2}$  Stunde garschmoren lassen. Das Fleisch herausnehmen, warmstellen, das Mehl mit kaltem Wasser anrühren, zum Bratensatz geben, gut aufkochen lassen und nach Salz und Maggi's Würze abschmecken.

## Gebeizte Schweinslende

2 kleine Schweinslenden	1 $\frac{1}{2}$ Eßlöffel (30 g) Butter
$\frac{1}{4}$ Liter roten Kochwein	Salz und Pfeffer
1 Zwiebel	$\frac{1}{4}$ Liter Fleischbrühe
1 Lorbeerblatt	$\frac{1}{2}$ Tasse saure Milch
2 Wacholderbeeren	1 Teelöffel (10 g) Mehl

Die Schweinslenden müssen in der Rotweinbeize mit den angegebenen Gewürzen einige Tage bei täglichem Ummenden durchziehen. Zur Zubereitung das Fleisch abtrocknen, in der heißgemachten Butter auf beiden Seiten braun braten, die Fleischbrühe sowie die mit dem Mehl gut verquirlte saure Milch dazugeben und die Schweinslenden zugedeckt etwa  $\frac{1}{2}$  Stunde schmoren lassen. Den Bratensatz über die in Scheiben geschnittenen Schweinslenden geben. Als Beilage Kartoffelmus.

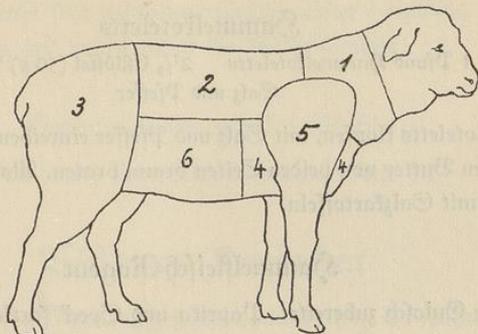
## Lungenhaschee

$\frac{1}{2}$ Schweinslunge	1 Nelke
2 $\frac{1}{2}$ Eßlöffel (50 g) Butter	2 Gewürz- und
2 Eßlöffel (40 g) Mehl	2 Pfefferkörner
1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$ kleines Lorbeerblatt
1 gelbe Rübe	das nötige Salz
1 Petersilienwurzel	8—10 Tropfen Maggi's Würze

Die Lunge in Stücke schneiden, recht sauber waschen und in reichlich Wasser mit Salz, mit den Suppenkräutern und Gewürzen weichkochen. Dann die Lungenstücke herausnehmen und feinhacken. Das Mehl in der Butter gut andünsten, mit 1—2 Schöpflöffel Lungenbrühe auffüllen und gut durchkochen. Dann die gehackte Lunge in die Soße geben, aufkochen, nach Salz, Maggi's Würze und Pfeffer abschmecken.

## Hammelfleisch

Die gebräuchlichsten Bezeichnungen der einzelnen Fleischstücke sind:  
1 Hals. 2 Rücken. 3 Keule. 4 Brust. 5 Schulter. 6 Bauch (Dünnung).



Es eignen sich besonders zum Braten: Keule, Rücken (Kotelett); zum Schmoren: Schulter (Bug), Hals (Ragout), Bauch. Zum Kochen: Brust.

Hammelfleisch ist leicht verdaulich, weshalb es auch für Kranke geeignet ist. Es steht im Geschmack dem Wild am nächsten und in Buttermilch eingelegt, wird es besonders zart.

### Hammelbraten

1½ Pfund Hammelkeule	Salz und Pfeffer nach Geschmack
2 Eßlöffel (40 g) Fett	2 Zwiebeln
1 Eßlöffel (20 g) Mehl	1 Teelöffel Maggi's Würze

Das Fleisch klopfen, mit Pfeffer und Salz einreiben und im heißgemachten Fett von allen Seiten braun braten. Die kleingeschnittenen Zwiebeln dazugeben und sobald auch diese gebräunt sind, nach und nach heißes Wasser zugießen. Im festgeschlossenen Topf bei kleinem Feuer in 1½—2 Stunden weichschmoren. Nun das Fleisch herausnehmen,

warmstellen, das Mehl mit etwas kaltem Wasser verquirlen und unter ständigem Rühren zum Bratensatz geben. Soviel Wasser zugießen, daß eine sämige Soße entsteht. Nach Salz und Maggi's Würze abschmecken.

### Hammelfoteletts

1 Pfund Hammelfoteletts    2½ Eßlöffel (50 g) Butter  
Salz und Pfeffer

Die Koteletts klopfen, mit Salz und Pfeffer einreiben und in der heißgemachten Butter von beiden Seiten braun braten. Als Beilage: Grüne Bohnen mit Salzkartoffeln.

### Hammelfleisch-Ragout

wird wie Gulasch zubereitet. Paprika und Speck fortlassen, dafür eine Knoblauchzehe mitkochen (siehe Seite 58).

### Hammelfleisch mit grünen Bohnen und Kartoffeln

¾ Pfund Hammelfleisch	1 Zwiebel
1½ Pfund grüne Bohnen	1 Stengel Bohnenkraut
1 Pfund Kartoffeln	Petersilie, Salz, Pfeffer
1 Eßlöffel (20 g) Butter	1 Prise Zucker
10 Tropfen Maggi's Würze	

Das Fleisch in große Würfel schneiden, die Butter erhitzen, und das Fleisch nebst der geschälten Zwiebel auf allen Seiten scharf braun braten. Dann die von den Fäden befreiten, in Stücke gebrochenen, gut gewaschenen Bohnen und das Bohnenkraut hinzugeben, soviel Wasser darübergießen, daß Fleisch und Bohnen davon gut bedeckt sind. Nun Salz, Pfeffer, die Prise Zucker zugeben und auf ganz kleinem Feuer 1½ Stunde kochen lassen. Nach dieser Zeit die geschälten, gewaschenen und in dicke Scheiben oder Viertel geschnittenen Kartoffeln hinzufügen

und alles völlig weichkochen. Vor dem Anrichten nach Salz und Pfeffer abschmecken und einen Teelöffel feingehackte Petersilie und Maggi's Würze darunterühren.

Wer das Gericht sehr gebunden wünscht, röstet 1 Eßlöffel Mehl in etwas Butter an und macht damit die Brühe sämiger.

### Hammelfleisch mit Weißkohl

(Irish Stew) siehe Eintopfgerichte, Seite 34

## Wild und Kaninchen

Das Wildfleisch soll zwar abgehangen sein, doch ist der früher beliebte „Hautgout“ jetzt mit Recht verpönt. Frei und lustigkühl aufgehängt, hält sich das Wildfleisch in der kalten Jahreszeit 6—8 Tage. Um dem Wildfleisch einen besonders zarten Geschmack zu geben, legt man es einige Tage in saure Milch.

### Hasenbraten

1 Hasenrücken mit Keulen	$\frac{1}{4}$ Liter saure Sahne oder Milch
30 g Speck zum Spicken	$\frac{1}{2}$ Liter heißes Wasser
125 g Butter	1 Eßlöffel (20 g) Mehl
10 Tropfen Maggi's Würze	

Die weißliche Haut von Rücken und den Keulen abziehen, das Fleisch spicken und mit Salz einreiben. In die heiße Butter legen und im Backofen bei mäßiger Hitze unter öfterem Begießen 1 Stunde braten. Dabei nach und nach etwa  $\frac{1}{2}$  Liter heißes Wasser zugießen. Sobald der Hase gar ist, die Soße mit Mehl dicken, die Sahne zugießen und nach Salz sowie Maggi's Würze abschmecken.

## Hasenpfeffer

1 Hasenklein	Zur Beize:
30 g Speck	5 Eßlöffel Essig
1 $\frac{1}{2}$ Eßlöffel (30 g) Butter	1 $\frac{1}{2}$ Liter Wasser
2 Eßlöffel (40 g) Mehl	2 Pfefferkörner
Pfeffer, Salz	2 Nelken
nach Geschmack	1 Zwiebel
Maggi's Würze	1 Lorbeerblatt

Das gut gewässerte Hasenklein in Stücke schneiden und 2 Tage in die Beize legen. — Vor dem Gebrauch das Fleisch abtropfen lassen und mit dem kleingewürfelten Speck in der Butter anbraten. Einige Eßlöffel Beize sowie heißes Wasser zugießen und weichschmoren lassen. Mit Mehl andicken und mit Salz, Zucker, Pfeffer und Maggi's Würze abschmecken.

## Nehbraten

wird in der gleichen Weise wie Hasenbraten zubereitet.

## Hirschkeule

2 Pfund Hirschkeule	Salz, Pfeffer
1 $\frac{1}{2}$ Liter Buttermilch	$\frac{3}{8}$ Liter heißes Wasser
30 g Speck	$\frac{1}{4}$ Liter Buttermilch
100 g Butter	1 Eßlöffel Mehl
	1 Teelöffel Maggi's Würze

Das Fleisch 2 Tage vor der Verwendung in Buttermilch legen, damit es recht zart wird. — Das Fleisch waschen, enthäuten, mit Salz und Pfeffer einreiben, spießen, in die Bratpfanne legen und mit heißer Butter begießen. Gut braun braten und nach und nach heißes Wasser zuschütten. Während des Garbratens fleißig begießen, die Soße mit dem in der Buttermilch verrührten Mehl binden und zuletzt mit Maggi's Würze abschmecken. (Vgl. auch Soße für Wildbraten, Seite 54.)

## Kaninchenbraten

wird wie Hasenbraten zubereitet. Um der Soße einen herzhafteren Geschmack zu geben, wird je nach Geschmack ein wenig Mostrich untergerührt.

## Kaninchen-Frikassée

1 Pfund Kaninchenfleisch	Salz
Suppengrün	1/2 Zitrone
2 Eßlöffel (40 g) Butter	1 Prise Pfeffer und Zucker
2 Eßlöffel (40 g) Mehl	1 Eigelb
10 Tropfen Maggi's Würze	

Das gut vorbereitete, in Portionsstücke geschnittene Fleisch mit dem Suppengrün in leichtem Salzwasser weichkochen. Das Mehl in der heißgemachten Butter leicht anschwitzen, mit soviel Kochbrühe auffüllen, daß eine sämige Soße entsteht, die mit dem Saft einer halben Zitrone, wenig Pfeffer und Zucker pikant gemacht wird. Gut durchkochen, die Soße vom Feuer nehmen, das Eigelb darunterziehen und mit Maggi's Würze abschmecken.

