

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Koch- und Haushaltungsbuch für den einfachen Haushalt

**Amberg, Lina
Rost, Clara
Schubert, Margarete
Saarbrücken, 1905**

Die Fette.

urn:nbn:de:bsz:31-57534

4. Die Fette.

Die Fette teilen wir ein in tierische und pflanzliche Fette. Zu den tierischen Fetten gehören Rinder-, Schweine-, Hammel-, Gänsefett und die Butter. Das Fett, welches am leichtesten flüssig wird, ist am verdaulichsten, wie Butter, Gänse-, Schweine- und Rinderfett. Das Hammelfett ist von allen Fetten am schwersten zu verdauen, weil es das härteste von allen Fetten ist; es gebraucht um zu schmelzen die größte Hitze. Für den Gebrauch in der Küche ist eine Mischung von Schweine- und Rinderfett sehr vorteilhaft.

Das feinste aber auch teuerste tierische Fett ist die Butter. Gute Butter muß dicht, geschmeidig, rein, von gleichmäßiger Farbe, von angenehmem Geruch und Geschmack sein. Die Butter muß vor Staub geschützt an einem kühlen Orte aufbewahrt werden.

Verfälscht wird die Butter häufig durch Zusatz minderwertiger Fette oder durch einen zu großen Zusatz von Wasser, solche Butter ist bröckelig; oder durch Zusatz von Mehl und Kartoffelstärke, dann ist die Butter auf der Schnittfläche fleckig und streifig und beim Schmelzen bleibt ein mehliges, schleimiges Rückstand.

Rindsfett wird ausgebraten indem man dasselbe häutet, gut wäscht und in kleine Würfel schneidet. Dann gibt man es in einen Topf, gießt auf jedes Pfund 5 Eßlöffel Wasser, deckt den Topf zu und läßt es langsam $1\frac{1}{2}$ Stunde kochen; dann nimmt man den Deckel ab und läßt die Grieben gelb werden. Nun wird das Fett abgegossen, die Grieben leicht ausgedrückt und zum Gebrauch für Kartoffelsuppen, Hülsenfrüchte zc. zurückgestellt.

Gutes Rindsfett muß hart und dicht, von gelblich-weißer Farbe sein und einen reinen Fettgeruch haben.

Schweinesfett wird wie Rindsfett ausgebraten, nur gibt man anstatt Wasser, Milch zu und zwar auf 1 Pfund Schweinesfett 3 Eßlöffel Milch.

Beide Fettarten werden heiß vermischt und offen aufbewahrt.

Zu den pflanzlichen Fetten gehören die verschiedenen Oele, z. B. Olivenöl, Rüßöl, Nußöl, Mohnöl, Mandelöl und das

Balm
gestell
wie
freien
besond
herget
leben
gut v
schließ
Balm
herein
auf je
achten
man
weil
Jahr
stoffes
aus.
Pfund
über
sparr

Die
nur ist
nicht
am B
oder
Speise
find, i
daß e
nehme
es ver
Gesch
Genü

Palmin, welches aus dem Marke ausgereifter Kokosnüsse hergestellt wird und keinerlei Beimischung enthält. Es ist erwiesen, daß die reinen Pflanzenfette durch das Fehlen der freien Fettsäuren den tierischen Fetten überlegen sind. Insbesondere kann das von der Firma H. Schindl in Mannheim hergestellte „Palmin“, welches, wie Zuschriften von Magenleidenden beweisen, selbst von einem schwachen Magen sehr gut vertragen wird, und von uns in unsern Kochkursen ausschließlich verwendet wird, empfohlen werden. Wenn sich das Palmin durch seine leichte Verdaulichkeit schon von vornherein empfiehlt, so geschieht dieses noch mehr im Hinblick auf seine große Ausgiebigkeit und Billigkeit.

Bei der Verwendung von Palmin ist stets darauf zu achten, daß man nur $\frac{3}{4}$ von der Quantität nimmt, welche man von anderen Fetten bisher zu gebrauchen gewohnt war, weil Palmin kein Wasser enthält. Dieses macht aber das Jahr hindurch, besonders in einer Familie, in der die Kartoffelspeisen die vorherrschenden sind, bedeutende Ersparnisse aus. Zieht man noch den billigen Preis von 65 Pfg. das Pfund mit herein, so ergibt sich bei 1 Pfund Palmin gegenüber der Verwendung von einem Pfund Butter 70 Pf. Ersparnis, wie nachfolgende Rechnung zeigt:

1 Pfund Butter kostet	Mk. 1,20
1 " Palmin "	65 Pfg.
ab $\frac{1}{4}$ größere Ausgiebigkeit 15 " "	0,50
Ersparnis	Mk. 0,70

Die Verwendung ist die gleiche wie bei jedem anderen Fett, nur ist darauf zu achten, daß man es in die Pfanne gebracht, nicht überhitzt. Ob das Palmin richtig heiß ist, kann man am Besten dadurch ersehen, daß man einen Kartoffelschnitz oder ein Stückchen Zwiebel, je nach Art der zubereitenden Speise, in das Palmin legt; sobald diese schön braun geworden sind, ist das Fett recht zum backen.

Ueber die Beschaffenheit des Palmin sei nur erwähnt, daß es ein reines Pflanzenfett ist und weder einen unangenehmen Geruch noch einen Beigeschmack hat. Im Gegenteil, es verleiht den Speisen einen sehr milden und angenehmen Geschmack, welcher auch der Zunge eines Feinschmeckers volle Genüge leistet.