

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Koch- und Haushaltsbuch für den einfachen Haushalt

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

Rindfleisch.

urn:nbn:de:bsz:31-57534

39. Kartoffelsuppe.

Kartoffeln	6	Pfg.
Suppengrünes	4	"
1/2 Eßlöffel Palmin	3	"
1 Eßlöffel Mehl	1	"
1 kleiner Eßlöffel Salz und 1 Prise Pfeffer	1/2	"
	<hr/>	
	14 1/2	Pfg.

Die Kartoffeln werden mit dem Suppengrün in Salzwasser weichgekocht, dann durch ein Sieb getrieben. Nun macht man eine Einbrenne, löscht mit der Suppe ab und läßt dieselbe nochmals gut aufkochen.

40. Quäker Oats-Kartoffelsuppe.

Kartoffeln	6	Pfg.
Lauch und Petersilien	2	"
1/2 Eßlöffel Palmin	3	"
1 Tasse Quäker Oats	6	"
1/2 Theelöffel Maggi	1 1/2	"
	<hr/>	
	18 1/2	Pfg.

Eine feingeschnittene Zwiebel wird in Palmin schön gelb geröstet, dann gibt man die in kleine Würfel geschnittenen Kartoffeln, etwas feingehackte Petersilie und Lauch hinein, läßt alles gut abrösten, gibt 1 gehäufte Tasse Quäker Oats hinzu, salzt und gibt dann nach Bedarf Wasser zu und läßt es 1/2 Stunde gut durchkochen bis alles genügend weich ist. Vor dem Anrichten würzt man noch mit Maggi's Würze.

Rindfleisch.**41. Das Fleisch.**

Wenn wir auch zugeben, daß dem Werte des Fleisches vielfach eine zu hohe Bedeutung beigemessen wird, so dürfen wir es immerhin als eines der wertvollsten Nahrungsmittel bezeichnen, welches jedoch viel Aufmerksamkeit bedarf, soll es nichts von seinen wertvollen Bestandteilen einbüßen. Die hauptsächlichsten Nährstoffe des Fleisches sind: Eiweiß, Fett, Salze, Leim, Zucker und Säuren. Stärkemehl fehlt ihm gänzlich, weshalb wir dasselbe durch Zugabe von Kartoffeln

und verschiedenen Mehlspeisen zc. ersezen. Verwendung finden hauptsächlich die Muskelfasern, der Fleischsaft und das Fett. Außerdem benutzen wir aber auch Knochen, Häute, Blutgefäße, Sehnen und das Blut. Die Billigkeit entscheide nicht allein beim Einkauf des Fleisches, denn es ist vorteilhafter gutes Fleisch zu kaufen, auch wenn es etwas teurer ist.

Gutes Fleisch muß:

1. Eine schöne rote Farbe haben, darf nicht dunkel oder gar blau aussehen.
2. Es muß saftig und nicht trocken sein und einen guten Geruch haben.
3. Das Fett muß weiß oder hellgelb und hart sein. Ist das Fett dunkelgelb, weich und wässerig, so nehme man es nicht.

Die Zubereitung des Fleisches ist eine dreifache: Kochen, Dämpfen und Braten. Wir kochen das Fleisch, wenn wir es mit Wasser, wir dämpfen es, wenn wir es mit Fett und Wasser, wir braten es, wenn wir es mit Fett allein zubereiten.

Nur das Fleisch gesunder Tiere darf gegessen werden; durch den Genuß kranker Tiere kann die Krankheit auf den Menschen übertragen werden.

Die Güte des Fleisches hängt von dem Alter und der Ernährung der Tiere ab. Das Fleisch von jungen, gut genährten Tieren ist am besten; dieses ist zart, saftig und wohl-schmeckend und daher nahrhaft und gut verdaulich, während das Fleisch alter Tiere zähe und trocken ist und selbst durch langes Kochen und Braten nicht genügend erweicht werden kann.

Die Schwanz- und Bruststücke, Hesse und Dünning eignen sich zum Kochen. Zum dämpfen wähle man oberes Schwanzstück, Kamm oder Bug und Mittelbruststück. Zum Braten dagegen die Rippenstücke, Keulenstücke, Hals und Lendenbraten.

Haben wir nun gutes Fleisch in die Küche gebracht, so gilt es vor allem die Güte desselben bis zum Kochen zu erhalten und während des Kochens dieselbe noch zu erhöhen.

Das Fleisch darf nicht längere Zeit auf Holzplatten liegen, denn diese saugen den wertvollen Fleischsaft auf. Wird dasselbe auf einer Holzplatte geklopft, so muß dieselbe vorher befeuchtet werden.

Es muß gut zugedeckt werden, um es vor Staub und Fliegen zu schützen.

Es wird in kaltem Wasser rasch abgewaschen und sofort mit einem reinen Tuche abgetrocknet.

Damit die Fleischfasern gelockert werden, muß es geklopft werden.

Soll das Fleisch länger aufbewahrt werden, so darf es weder gefalzen noch gewaschen werden, sondern man lege es in Essig oder Sauermilch, auch kann man es mit heißem Fett begießen.

Um eine gute kräftige Brühe zu bekommen, wird das Fleisch mit kaltem Wasser aufgesetzt, das Fleisch wird dann aber trocken. Wünschen wir jedoch ein saftiges Stück Fleisch, so wird dasselbe mit heißem Wasser aufgesetzt. In der plötzlichen Hitze gerinnt das Eiweiß und verhindert das Austreten des Fleischsaftes, weshalb wir auch das Fleisch beim Dämpfen und Braten sofort der Hitze aussetzen.

42. Rindfleisch.

Gekochtes Rindfleisch.

$\frac{3}{4}$ Pfund Rindfleisch	45	Pfg.
2 Liter Wasser		
Suppengrün, 1 Eßlöffel Salz	$2\frac{1}{4}$	"
	<hr/>	
	$47\frac{1}{4}$	Pfg.

Das Fleisch wird nach Belieben mit kaltem oder heißem Wasser und Salz aufgesetzt und rasch zum kochen gebracht. (Siehe Fleisch.) Dann gibt man das gut gepuzte und gewaschene Suppengrün zu und läßt das Fleisch langsam in zugedektem Topfe $1\frac{1}{2}$ –2 Stunden kochen. Die Brühe darf nicht so einkochen, daß man noch Wasser nachfüllen muß, da dies die Suppe sehr verschlechtert. Muß dies aber geschehen, so darf man nur heißes Wasser nachgießen.

43. Suppenfleisch gebraten.

$\frac{3}{4}$ Pfund Rindfleisch	45	Pfg.
Suppengrün	2	"
1 Eßlöffel Salz und 1 Eßlöffel Mehl	$1\frac{1}{4}$	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
1 Zwiebel, 1 Stückchen Brot, $\frac{1}{2}$ Theelöffel Maggi	$1\frac{1}{2}$	"
	<hr/>	
	$55\frac{3}{4}$	Pfg.

Will man das Suppenfleisch nicht immer gekocht auf den Tisch bringen, so kann man es zur Abwechslung auf folgende Art bereiten: Eine Stunde vor Tisch nimmt man es aus der Kochbrühe, legt es in heißes Fett, gibt eine zerschnittene Zwiebel, eine in zwei Teile geschnittene Gelbrübe und eine Brotkruste und etwas Wasser zu und läßt es auf jeder Seite $\frac{1}{2}$ Stunde braten. Beim Anrichten streut man in die Bratpfanne 1 Eßlöffel Mehl, rührt es mit kochendem Wasser glatt und läßt es gut durchkochen. Beim Anrichten würzt man die Sauce mit Maggi.

44. Suppenfleisch in Pfeffer sauce.

$\frac{3}{4}$ Pfund Rindfleisch	45	Pfg.
Suppengrün	2	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
2 Eßlöffel Mehl	2	"
1 Zwiebel, Pfeffer, 1 Eßlöffel Salz, Essig	2	"
$\frac{1}{2}$ Theelöffel Maggi	$1\frac{1}{2}$	"
	<hr/>	
	58 $\frac{1}{2}$	Pfg.

Man bereitet eine braune Ragout sauce (siehe Sauce) würzt mit Salz, Pfeffer und etwas Essig und läßt die Sauce $\frac{1}{2}$ Stunde kochen. Kurz vor Tisch nimmt man das Fleisch aus der Kochbrühe, schneidet es in kleine Würfel, gibt es in die Sauce und läßt es darin heiß werden. Mit etwas Maggi abgeschmeckt gibt man es zu Tisch.

45. Schmorbraten.

$\frac{3}{4}$ Pfund Rindfleisch	45	Pfg.
1 Eßlöffel Palmin	6	"
1 Eßlöffel Mehl	1	"
Pfeffer, Nelken, Lorbeerblatt, Zwiebel,	3	"
1 Stückchen Brot, 1 Eßlöffel Salz		
	<hr/>	
	55	Pfg.

Das Fleisch wird geklopft, rasch gewaschen, abgetrocknet und mit Salz und Pfeffer auf allen Seiten eingerieben. Dann

läßt man das Palmin gut heiß werden, gibt das Fleisch mit den Zutaten hinein und läßt es bei guter Hitze, in offenem Topfe unter öfterem Ummenden auf allen Seiten braun anbraten. Nun gießt man $\frac{1}{4}$ Liter Wasser an die Seite, deckt den Deckel sofort darauf damit der Dampf darin bleibt und stellt es in den Bratofen. Unter häufigem Begießen und Ummenden bratet das Fleisch in 1—1 $\frac{1}{2}$ Stunde fertig. Ist die Sauce zu sehr eingekocht, gieße man noch etwas heißes Wasser nach. Eine Viertelstunde vor dem Anrichten nimmt man das Fleisch heraus, stellt es heiß, nimmt das Fett von der Sauce, rührt das Mehl mit kaltem Wasser an, gibt dies der Sauce bei und läßt sie damit aufkochen. Dann wird die Sauce durch ein Sieb getrieben und dem Braten beigegeben.

46. Sauerbraten.

1 $\frac{1}{2}$ Pfund Rindfleisch (für 2 Tage)	90	Pfg.
$\frac{1}{2}$ Liter Essig	10	"
Nelken, Zwiebel, Pfefferkörner, 1 Eßlöffel Salz, 1 Brotrinde, 1 Lorbeerblatt	2	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
2 Eßlöffel Mehl	2	"
	110	Pfg.

Der Essig wird mit dem Lorbeerblatt, Nelken und Pfefferkörner gekocht und kochend über das gewaschene Fleisch gegossen. Im Sommer läßt man das Fleisch 2—4 Tage, im Winter 4—8 Tage darin liegen, wendet es aber täglich um. Beim Zubereiten läßt man das Palmin heiß werden, gibt das Fleisch nebst den Zwiebeln, Salz und der Brotrinde hinzu und läßt es schnell auf allen Seiten anbraten, gießt dann einen Teil des Essig, in dem das Fleisch gelegen hat, hinzu, und läßt den Braten gut zugedeckt in 1 $\frac{1}{2}$ —2 Stunden langsam gar werden. Ist die Sauce zu sehr eingekocht, schüttet man heißes Wasser nach. Vor dem Anrichten gibt man das angerührte Mehl der Sauce bei und läßt sie damit durchkochen.

47. Bierbraten.

$\frac{3}{4}$ Pfund Rindfleisch	45	Pfg.
1 kleine Flasche Bier	10	"
Suppengrün	2	"
1 Zwiebel, Pfeffer, 1 Theelöffel Zucker,	2	"
1 Eßlöffel Salz, 1 Stückchen Brot		
Speck	5	"
1 Eßlöffel Mehl	1	"
1 eingemachte Gurke	2	"
1 Theelöffel Maggi	3	"
	70	Pfg.

Das Fleisch wird gut mit Speck durchzogen und mit Salz und Pfeffer eingerieben. Das Bier wird in eine gut verschließbare Bratpfanne gegeben, gibt den Braten und die übrigen Zutaten zu und läßt den Braten auf der Seite des Herdes gut zugedeckt weich dämpfen. Ist das Bier zu sehr eingedämpft, dann gießt man etwas heißes Wasser bei. Eine Viertelstunde vor Tisch gibt man das angerührte Mehl, sowie eine klein geschnittene Gurke zu, läßt die Sauce nochmals gut aufkochen und würzt beim Anrichten mit Maggi's Suppenwürze.

48. Roastbeef.

2 Pfund Rindfleisch (2 Tage)	130	Pfg.
Salz und Pfeffer	1	"
1 Eßlöffel Mehl	1	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
	138	Pfg.

Hierzu nimmt man von dem Rippenstück eines jungen Ochsen, das Fleisch darf aber nicht frisch sein, sondern muß im Winter 6–8 Tage, im Sommer womöglich 2–3 Tage alt sein. Die Knochen werden herausgelöst, das Fleisch rasch gewaschen und abgetrocknet und mit dem Klopsholz tüchtig unter öfterem Wenden geklopft, bis es sich weich anfühlt, dann drückt man es mit der Hand wieder zusammen und reibt es mit Salz und Pfeffer ein. Nun läßt man in der Bratpfanne das Palmin kochend werden, gibt das Fleisch

hinein und läßt es unter beständigem Begießen und Wenden braten. Kocht die Sauce zu sehr ein, so gießt man etwas Wasser zu. Auf 1 Pfund Fleisch rechnet man 10 Minuten Bratzeit. Kurz vor dem Anrichten gibt man der Sauce das angerührte Mehl bei und läßt dies mit durchfochen.

49. Gulasch.

$\frac{3}{4}$ Pfund Rindfleisch	45	Pfg.
1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Salz und etwas Pfeffer	1	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
1 Eßlöffel Mehl	1	"
	<hr/>	
	53	Pfg.

Hierzu nimmt man am besten ein Stück vom Lendenbraten und schneidet es in Würfel. Dann läßt man das Palmin heiß werden, gibt die Fleischwürfel nebst Salz, eine feingeschnittene Zwiebel und Pfeffer hinein und dämpft sie auf raschem Feuer einige Minuten. Nach 10 Minuten gibt man das mit kaltem Wasser angerührte Mehl daran und läßt dies noch einmal mit aufkochen.

50. Lendenschitzel.

$\frac{3}{4}$ Pfund Rindfleisch	60	Pfg.
1 Eßlöffel Palmin	6	"
1 kleiner Eßlöffel Salz und etwas Pfeffer	$\frac{1}{2}$	"
	<hr/>	
	66 $\frac{1}{2}$	Pfg.

Man schneidet von dem Fleisch 3—4 Schitzel, reibt sie mit Salz und Pfeffer ein, gibt sie in das heiße Palmin und bakt sie bei raschem Feuer auf beiden Seiten ungefähr 5 Minuten. Dann richtet man sie auf einer erwärmten Platte an und gießt den mit etwas Fleischbrühe angegossenen Fleischsaft drüber.

51. Beefsteak.

$\frac{3}{4}$ Pfund Rindfleisch (Lenden)	60	Pfg.
Salz, Pfeffer, 1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
	<hr/>	
	66 $\frac{1}{2}$	Pfg.

Von dem Fleisch schneidet man 3--4 Scheiben quer durch, klopft sie etwas in die Breite und rundet sie hübsch. Hierauf bestreut man sie mit Salz und Pfeffer und bratet sie in dem heißen Palmin mit einer Zwiebel auf beiden Seiten und zwar so, daß sie immer noch rötlich sind und beim Durchschneiden der volle Saft hervorquillt. Beim Anrichten wird der Fleischsaft darüber gegossen.

52. Königsberger Klopps.

$\frac{1}{2}$ Pfund Rindfleisch	30	Pfg.
$\frac{1}{4}$ Pfund Schweinefleisch	18	"
1 Bröddchen	3	"
1 Ei	7	"
1 Häring	8	"
1 Zwiebel und etwas Petersilie	1	"
1 kleiner Eßlöffel Salz, Pfeffer, Muskat	1	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
	<hr/>	
	74	Pfg.

Das Fleisch wird fein gehackt oder durch die Fleischmaschine getrieben, das eingeweichte und gut ausgedrückte Bröddchen nebst der mit der Zwiebel und Petersilie vermiegte Häring, das Ei, Pfeffer, Salz und Muskatnuß damit vermischt und von der Masse längliche oder runde Klößchen geformt, die in dem heißen Palmin auf beiden Seiten schön braun gebacken werden.

Oder

man dämpft sie in folgender Sauce:

Sauce zu Königsberger Klopps.

1 Eßlöffel Mehl	1	Pfg.
1 Eßlöffel Palmin	6	"
1 Zwiebel, 1 Löffel Senf und etwas Essig, 4--6 zerdrückte Pfefferkörner	1	"
$\frac{1}{2}$ Theelöffel Maggi's Suppenwürze	$\frac{1}{2}$	"
	<hr/>	
	$9\frac{1}{2}$	Pfg.

Man macht eine braune oder gelbe Grundsaucen (siehe Saucen) gibt ein Löffel Senf, etwas Essig und einige zerdrückte

Pfefferkörner, sowie Salz hinzu und läßt die Klopps in dieser Sauce weich dämpfen. Beim Anrichten gibt man der Sauce Maggi's Suppenwürze bei.

53. Deutsche Beefsteaks.

$\frac{1}{2}$ Pfund gehacktes Rindfleisch	40	Pfg.
1 Brötchen	3	"
1 kleiner Eßlöffel Salz u. Pfeffer	1	"
1 Zwiebel und etwas Petersilie		
1 Eßlöffel Palmin	6	"
	<hr/>	
	50	Pfg.

Das eingeweichte und wieder ausgedrückte Brötchen, sowie die feinvermiegte Zwiebel und Petersilie nebst Salz und Pfeffer, vermischt man mit dem gehackten Fleisch und formt von der Masse schöne runde daumendicke Steaks, die man in heißem Fett unter fleißigem Begießen gar brät. Das überflüssige Fett wird abgeschöpft, der Fond mit einem Güzchen Wasser stark angefocht und über die Steaks gegossen.

54. Hackbraten.

$\frac{1}{2}$ Pfund Rindfleisch	30	Pfg.
$\frac{1}{4}$ Pfund Schweinefleisch	18	"
1 Brötchen	3	"
1 Ei	7	"
1 Zwiebel, Petersilie, Salz, Pfeffer, Muskat	1	"
Weckmehl	3	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
	<hr/>	
	68	Pfg.

Das Fleisch wird fein gehackt oder durch die Reibmaschine getrieben. Dann gibt man das eingeweichte und wieder ausgedrückte Brötchen, sowie die anderen Zutaten dem Fleische bei und mengt es gut untereinander. Dann formt man auf dem Wellbrett, welches mit Mehl oder Weckmehl bestreut ist, einen länglichen Stollen, bestreut diesen nochmals mit Weckmehl und behandelt den Hackbraten wie jeden anderen Braten.

55. Ochsenhirn.

$\frac{3}{4}$ Pfund Ochsenhirn	45	Pfg.
$\frac{1}{2}$ Liter Essig	10	"
1 Zwiebel, Nelken, Salz und Pfeffer, Lorbeerblatt, gelbe Rübe, 1 Stück Sellerie u. 5—6 Pfefferkörner }	2	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
2 Eßlöffel Mehl	2	"
	65	Pfg.

Das Hirn wird, nachdem es in lauem Wasser gelegen und abgehäutet wurde, nochmals in kaltem Wasser gewaschen, dann Salzwasser mit Essig, einer mit Nelken besteckten Zwiebel, einem Lorbeerblatt, einer Gelbrübe, einem Stück Sellerie und einigen Pfefferkörnern, siedend gemacht und das Hirn zugedeckt, $\frac{1}{2}$ Stunde darin gekocht. Nachdem man es in einem Seiher hat rein ablaufen lassen, schneidet man es in kleinfingerdicke Stücke und gibt eine braune Sauce mit Essig oder eine Häringssauce darüber (siehe Saucen).

56. Kuhenter zu braten.

1 Pfund Kuhenter	50	Pfg.
1 Eßlöffel Salz, 1 Lorbeerblatt, 1 Zwiebel u. Pfeffer	1	"
1 Eßlöffel Palmin	6	"
	57	Pfg.

Das Kuhenter wird gut gereinigt, dann in Wasser mit Salz, einer Zwiebel und einem Lorbeerblatt aufs Feuer gebracht. Da es sehr lange kocht, ehe es weich wird, so setzt man es der Ersparnis wegen, zu einer Zeit an, wo man ohnedies schon Feuer hat, selbst einen Tag vorher. Je weicher es gekocht wird, desto besser ist es. Hierauf wird es aus der Brühe genommen, nachdem man alles Sehnige und Drüsige entfernt hat, in Scheiben geschnitten, mit Salz und Pfeffer bestreut und in heißem Palmin schön braun gebraten.

Oder:

Wenn das Kuhenter, wie oben beschrieben, weich gekocht ist, wird es in Scheiben geschnitten und eine Häringss- oder Senfsauce dazu gegeben.