

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Die fleischlose Küche**

**Binswanger, Maria**

**Baden-Baden-Lichtental, 1913**

II. Gemüse.

**urn:nbn:de:bsz:31-56180**

so treibe man die Suppe durch ein Sieb. Kochzeit 3—4 Stunden. Etwas geröstete Zwiebel zuletzt daran gegeben, erhöht den Wohlgeschmack, macht die Suppe aber schwerer verdaulich.

Die Bouillon dient als Brühe zu Omelettesuppe, Klößesuppe etc.

---

## II. Gemüse.

### a) Schotengemüse.

#### 1. a) Grüne Bohnen.

Fünf Pfund grüne Bohnen, 50 Gramm Butter, zwei Kochlöffel Mehl, etwas Salz und Petersilie.

Die Bohnen werden abgezogen, der Quere nach ein bis zweimal durchgebrochen, gewaschen und in kochendem Salzwasser weich gekocht. Von Butter und Mehl bereite man eine helle Einbrenne, gieße mit Bohnenwasser auf, verrühre fein, gebe die Bohnen hinzu, etwas feingewiegte Petersilie, und lasse alles noch eine gute halbe Stunde aufkochen.

Die Zubereitung der Wachsbohnen ist dieselbe.

#### 1. b) Grüne Bohnen auf andere Art.

Grüne oder Wachsbohnen können auch nur in Butter mit etwas Salz und feingewiegter Petersilie gedünstet werden. Wenn sie weich sind, bestäube man sie mit ein wenig Mehl, gieße etwas Wasser dazu und lasse alles eine halbe Stunde dünsten.

### 1. c) **Grüne Bohnen auf englische Art.**

Grüne oder Wachsbohnen werden in ein wenig Salzwasser weichgedünstet, ohne Mehl nur in Butter geschwenkt und so zu Tisch gegeben.

### 2. **Grüne Erbsen oder Schotenkerne.**

Sechs Pfund Erbsen (mit Hülsen), 50 Gramm Butter, ein Kochlöffel voll Mehl, Salz, etwas Zucker und Petersilie.

Die Erbsen, wenn ausgehülst, werden gewaschen, in der Butter mit Salz und Zucker gedünstet; während des Kochens wird stets etwas Wasser nachgegossen; die Erbsen müssen jedoch ganz bleiben. Das Mehl wird mit etwas kaltem Wasser glatt angerührt, und mit der Petersilie an die Erbsen gegeben. Man dünste das Ganze noch eine halbe Stunde.

### 3. **Grüne Erbsen und Karotten.**

Die grünen Erbsen, sowie die Karotten werden gesondert, wie unter 2 und 6 angegeben, gekocht. Bevor das angerührte Mehl hinzugefügt wird, gibt man die Gemüse zusammen und läßt alles noch eine halbe Stunde kochen.

### 4. a) **Zuckerschoten.**

Fünf Pfund Zuckerschoten, 50 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Salz, etwas Zucker und Petersilie.

Man zieht die Fäden von den Schoten ab, wäscht das Gemüse und dünstet es in Butter mit Zucker und Salz weich. Das Mehl wird mit ein wenig kaltem Wasser glatt abgerührt, an die Schoten gegossen, die feingewiegte Petersilie beigefügt, alles gut vermengt und eine halbe Stunde langsam gekocht.

#### 4. b) **Zuckerschoten auf andere Art.**

Die zugerichteten Schoten werden in Salzwasser und etwas Zucker weichgekocht. Das Mehl lasse man in Butter schwitzen, rühre mit Schotenwasser glatt ab, gebe die Schoten mit der feingewiegten Petersilie dazu, vermenge alles gut und lasse es eine halbe Stunde aufkochen.

#### 5. **Zuckerschoten und Karotten.**

Man bereite Zuckerschoten und Karotten gesondert zu, wie unter 4 a) und 6 angegeben. Mische beides vor dem Beigeben des mit kaltem Wasser angerührten Mehles.

### b) **Knollen- und Wurzelgemüse.**

#### 6. **Karotten oder Möhren.**

15—20 Stück Karotten, je nach Größe, 100 Gramm Butter, etwas Zucker, Salz, zwei Eßlöffel voll Mehl und Petersilie.

Die Karotten werden geschabt, gewaschen, in längliche Stückchen geschnitten, und in Butter gedünstet. Sind die Karotten weich, so rührt man das Mehl mit etwas kaltem Wasser fein ab, gießt es an die Karotten, fügt ein wenig feingewiegte Petersilie dazu, vermengt alles gut und läßt das Gemüse eine gute halbe Stunde langsam kochen.

#### 7. **Teltower Rübchen.**

Vier Pfund Rübchen, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, etwas Zucker, Salz.

Die Rübchen werden gewaschen, 5—10 Minuten in kochendes Wasser gegeben, zum Abtropfen auf ein

Sieb gegossen und noch warm geschält. Alsdann bräunt man das Mehl in Butter, gibt etwas Zucker daran und Salz, löscht mit kaltem Wasser ab und verrührt alles fein. Die Einbrenne kocht man eine halbe Stunde, gibt die Rübchen hinein und läßt sie noch kurze Zeit durchziehen, doch so, daß sie ganz bleiben.

#### 8. Roterübegemüse.

Acht bis zehn Stück rote Rüben,  $\frac{1}{2}$  Tasse sauren Rahm, ein Kochlöffel voll Mehl, den Saft von 1—2 Zitronen, Salz und etwas Zucker, 50 Gramm Butter.

Die Rüben werden roh geschält, in feine Scheiben geschnitten oder gehobelt, in Butter und wenig Wasser gedünstet. Sind sie weich, so rührt man das Mehl mit dem sauren Rahm glatt und gießt es an die Rüben, fügt den Zitronensaft, Salz und Zucker bei und läßt das Ganze noch eine halbe Stunde kochen.

#### 9. Weiße Rüben.

Acht bis zehn Rüben, je nach der Größe, 50 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Zucker und Salz.

Die Rüben werden geschält, in längliche Stückchen geschnitten und gewaschen. Ein Eßlöffel voll Zucker wird in Butter dunkel gebräunt, die Rüben dazu gegeben und weich gedünstet, wobei stets etwas Wasser nachgegossen wird, damit sie nicht anbrennen. Sind die Rüben weich, so rührt man das Mehl mit kaltem Wasser glatt ab und gießt es an dieselben. Lasse alles noch eine halbe Stunde langsam kochen.

#### 10. Schwarzwurzeln.

Zwei Bund Schwarzwurzeln, 100 Gramm Butter, drei Kochlöffel voll Mehl, Salz, ein wenig Muskatnuß und ein Eigelb.

Man schabe und schneide die Schwarzwurzeln flink, lege sie in kaltes Salzwasser, damit sie weiß bleiben, wasche sie einige Male durch und gebe sie in kochendes Salzwasser. Sind sie weich, so mache man eine Mehlschwitze, gieße mit dem Schwarzwurzelwasser auf, gebe alsdann das Gemüse hinein und lasse alles noch eine gute halbe Stunde kochen. Muskatnuß und das Eigelb werden vor dem Anrichten dazu gegeben.

#### 11. a) Meerrettichgemüse.

Eine Stange Meerrettich, 50 Gramm Butter, ein Kochlöffel voll Mehl, Salz, 4—5 Hand voll geriebene Semmeln.

Man schabt und reibt den Meerrettich, läßt das Mehl in Butter hellgelb schwitzen, rührt den Meerrettich hinein, mengt gehörig und löscht mit kaltem Wasser ab; dann gibt man Salz und geriebene Semmel dazu und läßt alles eine halbe Stunde kochen. Die Semmelbröseln mildern den scharfen Geschmack.

#### 11. b) Meerrettich auf andere Art.

Eine Stange Meerrettich, 3—4 Hand voll geriebene Semmeln, 50 Gramm Butter, Salz, 1—1 1/2 Liter Milch und etwas Zucker.

Der Meerrettich wird geschabt, gerieben und mit einem Teller zugedeckt, einige Zeit beiseite gestellt. Eine halbe Stunde vor der Mahlzeit wird geriebene Semmel schön gelb in Butter geröstet, der Meerrettich dazu gegeben und etwas mitgeröstet; dann die Milch daran gegossen, eine kleine Prise Salz und Zucker beigefügt und das Ganze einmal gut aufgekocht. Man bringt ihn sofort zu Tisch.

### 12. Selleriegemüse.

Die Zubereitung ist dieselbe wie bei Schwarzwurzeln oder Pastinaken. Wenn gewünscht, kann etwas saurer Rahm beigefügt werden.

### 13. Kohlrabi.

12—14 Stück Kohlrabi, je nach Größe, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, eine Zwiebel, Petersilie und Salz.

Die Kohlrabi werden geschält, gewaschen, fein geschnitten oder gehobelt und in der Hälfte der angegebenen Butter gedünstet. Sind sie weich, so macht man von der übrigen Butter und dem Mehl eine hellgelbe Einbrenne, dünstet die feingewiegte Petersilie und Zwiebel etwas mit, löscht mit ein wenig kaltem Wasser ab, rührt es glatt und gießt es an die Kohlrabi, dann verrührt man alles gut, und läßt das Gemüse eine halbe Stunde langsam fertig kochen.

### 14. Pastinaken.

15—20 Rüben, je nach Größe, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Salz und Eigelb.

Die Rübchen werden geschabt, gut gewaschen, in Stückchen geschnitten und in Salzwasser  $\frac{1}{2}$  Stunde gekocht. Man macht alsdann eine helle Mehlschwitze, gießt mit dem Pastinakenwasser auf, läßt die Einbrenne  $\frac{1}{4}$  Stunde gut kochen, gibt die Pastinaken hinein und zieht sie vor dem Anrichten mit Eigelb ab.

### 15. Petersilienkartoffeln.

Zwei bis drei Teller voll gekochte, in Scheiben geschnittene Kartoffeln, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Salz, ein großer Büschel Petersilie.

Das Mehl wird in Butter ganz hell eingebrannt, mit Wasser aufgegossen, Kartoffeln, Salz und die feingewiegte Petersilie hineingegeben, alles vermengt und eine halbe Stunde gekocht.

#### 16. Saures Kartoffelgemüse.

Zwei bis drei Teller voll gekochte, in Scheiben geschnittene Kartoffeln, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Salz, Zitronensaft, ein Lorbeerblatt.

Das Mehl wird in Butter gebräunt, mit kaltem Wasser abgelöscht, fein verrührt, Salz, Lorbeerblatt und Zitronensaft, und zuletzt die Kartoffeln hineingegeben. Man lasse das Ganze eine halbe Stunde kochen.

### c) Blattgemüse.

#### 17. Spinat.

Spinat, 100 Gramm Butter, drei Kochlöffel voll Mehl, Salz, Zwiebel und etwas Muskatnuß.

Man verliet den Spinat, wäscht ihn öfter durch und gibt ihn in wenig kochendes Salzwasser; lasse ihn aufwallen, nehme ihn heraus und wiege ihn alsdann mit einer Zwiebel ganz fein. Aus Mehl und Butter bereite man eine hellgelbe Einbrenne, gebe den Spinat hinein, verrühre alles gut, gieße etwas Wasser nach, füge das nötige Salz bei und etwas Muskatnuß, und lasse den Spinat noch eine halbe Stunde kochen.

#### 18. Sauerampfer.

wird in gleicher Weise zubereitet.



### 19. Mangold.

Mangoldblätter, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Salz, Zwiebel und etwas Muskatnuß.

Man streiche die Blätter von den Stielen ab, wäscht erstere mehrmals durch, läßt sie in wenig Salzwasser einige Male aufwallen, und wiegt das Gemüse nach dem Abtropfen mit einer Zwiebel sehr fein. Aus Butter und Mehl bereitet man eine hellgelbe Einbrenne, gibt den Mangold hinein nebst etwas geriebener Muskatnuß, und läßt das Gemüse eine halbe Stunde langsam aufkochen.

### 20. Gemüse aus Mangoldstielen.

Mangoldstiele, 50 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Salz, ein Eigelb.

Diese Stiele werden, nachdem alles Grüne abgestreift, gewaschen, in halbfingerlange Stückchen geschnitten und in Salzwasser weich gekocht. Das Mehl läßt man in Butter schwitzen, gießt mit dem Mangoldwasser auf und rührt alles glatt. Dann gibt man die Mangoldstiele hinein und läßt sie nochmals gut aufkochen. Ein Eigelb wird vor dem Anrichten noch hinzugegeben.

### 21. Wirsing.

2—3 Köpfe Wirsing, 100 Gramm Butter, drei Kochlöffel voll Mehl, Salz, Petersilie, etwas Muskatnuß.

Man entfernt die äußeren, schlechten Blätter und die dicken Blattrippen, schneidet die Köpfe fein und kocht sie in Salzwasser weich. Aus Butter und Mehl macht man eine gelbe Einbrenne, läßt die Zwiebel und Petersilie, beide feingewiegt, etwas damit anziehen, gibt den Wirsing dazu, mengt alles gut, gießt Wirsingwasser nach, fügt etwas Muskatnuß bei und läßt alles noch eine halbe Stunde kochen.

## 22. Salatgemüse.

Sechs bis acht Köpfe Salat, 100 Gramm Butter, drei Kochlöffel voll Mehl, Salz, Zwiebel, etwas Muskatnuß.

Die Salatköpfe werden zerschnitten, rasch gewaschen, bis zum Weichwerden in wenig kochendes Salzwasser gegeben und dann gewiegt. Aus Butter und Mehl macht man eine hellgelbe Einbrenne, läßt die feingeschnittene Zwiebel darin anziehen, gibt das Salatgemüse hinzu, verrührt alles gut und gießt mit dem Gemüsewasser auf. Salz und etwas Muskatnuß wird beigefügt, das Ganze noch eine halbe Stunde gut durchgekocht und, wenn gewünscht, mit Eigelb abgezogen.

## 23. Porree- oder Lauchgemüse.

10 Wurzeln Porree, 100 Gramm Butter, drei Kochlöffel voll Mehl, Salz und ein Eigelb.

Die äußeren Blätter werden entfernt, der Porree gut gewaschen, in halbfingerlange Stückchen geschnitten, in kochendes Salzwasser gegeben und weich gekocht, doch so, daß die Stückchen noch ganz bleiben. Aus Mehl und Butter wird eine helle Einbrenne bereitet, mit Porreewasser aufgegossen und gut aufgekocht. Dann gibt man den Porree hinein und läßt ihn noch  $\frac{1}{4}$  Stunde darin ziehen. Vor dem Anrichten gibt man Eigelb daran.

## 24. Grünkohl.

Sechs bis acht Köpfe Grünkohl, je nach Größe, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, eine Zwiebel, Petersilie und etwas Muskatnuß.

Die Blätter werden sauber geputzt, gewaschen, in wenig kochendes Salzwasser gegeben und weich gekocht; dann wird der Kohl fein gewiegt. Man macht

eine Mehlschwitze, dünstet die feingewiegte Zwiebel und Petersilie darin, rührt den Grünkohl hinein und gießt mit dem Grünkohlwasser auf. Ein wenig Muskatnuß wird beigegeben und der Kohl noch eine halbe Stunde langsam gekocht.

#### 25. Weißkraut.

Zwei feste Köpfe Weißkraut, 50 Gramm Butter, 50 Gramm Zucker, zwei Kochlöffel voll Mehl, Salz, etwas Kümmel und den Saft von 1—2 Zitronen.

Die äußeren Blätter werden entfernt, das Kraut fein geschnitten oder gehobelt und gut gewaschen. Der Zucker wird in Butter schön gebräunt, das Kraut hineingegeben, Salz und Kümmel gleich beigegeben und zugedeckt gedünstet. Ist das Kraut weich, so wird der Zitronensaft noch beigegeben. Das Mehl wird mit kaltem Wasser glatt angerührt, an das Kraut gegossen, alles gut vermengt und noch eine halbe Stunde durchgekocht.

#### 26. Rot- oder Blaukraut.

Ein großer oder zwei kleine Köpfe Kraut, 50 gr Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, drei Aepfel, etwas Zucker, Salz, der Saft einer Zitrone.

Das Kraut wird von den äußeren Blättern befreit, fein geschnitten oder gehobelt, gut gewaschen und in Butter langsam gedünstet. Man gibt auch gleich etwas Zucker, Salz und die feingeschnittenen Aepfel dazu. Ist das Kraut weich, so fügt man den Zitronensaft bei, rührt das Mehl mit kaltem Wasser glatt ab, gießt es an das Kraut, verrührt das Ganze gut und läßt es noch eine halbe Stunde kochen.

### 27. Sauerkraut.

Drei Pfund Sauerkraut, 100 Gramm Butter, eine Zwiebel, ein Kochlöffel voll Mehl, Salz.

Das Kraut wird einmal rasch durchgewaschen; die Zwiebel läßt man in Butter etwas gelb werden, gibt das Kraut hinein und läßt es recht weich dünsten. Nun rühre man das Mehl mit etwas Wasser glatt ab, gieße es an das Kraut und salze. Es bedarf hernach noch eine halbe Stunde Kochzeit.

### 28. Rosenkohl oder Sprößlinge.

Zwei Pfund Rosenkohl, 50 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, etwas Salz und Muskatnuß.

Der Kohl wird zugeputzt, gewaschen, in kochendes Salzwasser gegeben und weich gekocht. Aus Butter und Mehl macht man eine helle Einbrenne, gießt mit dem Kohlwasser auf und läßt sie gut aufkochen. Dann gibt man den Rosenkohl hinein und läßt ihn nochmals anziehen. Zuletzt rührt man ein wenig geriebene Muskatnuß und vor dem Anrichten ein Eigelb daran.

### 29. Artischocken.

Fünf bis sechs Artischocken, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Salz.

Die Artischocken werden geputzt, sauber gewaschen und jede einzeln zusammengebunden, in Salzwasser weich gekocht. Die Artischocken müssen ganz bleiben. Das Mehl läßt man in Butter ein wenig schwitzen, gießt mit dem Artischockenwasser auf und läßt das ganze nochmals gut aufkochen. Die Artischocken werden auf die Servierschüssel geordnet und der Beiguß darüber gegossen oder separat serviert.

Die Artischocken können aber auch mit zerlassener Butter und eventuell noch mit gerösteten Semmelbröseln serviert werden.

## d) Gemüse verschiedener Art.

### 30. Blumenkohl.

Zwei Köpfe Blumenkohl, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Salz, ein Eigelb.

Man putzt und schneidet den Blumenkohl in kleinere Blumen, wäscht die Stücke gut, und siedet sie in kochendem Salzwasser weich, doch so, daß die Blumen ganz bleiben. Dann werden sie beiseite geschoben. Das Mehl läßt man in Butter schwitzen, gießt mit dem Blumenkohlwasser auf und verrührt es zu glattem Beiguß, den man eine halbe Stunde durchkochen läßt. Vor dem Anrichten rührt man ein Eigelb hinein, nach Belieben auch ein wenig Muskatnuß. Beim Anrichten legt man die Blumenkohlköpfchen auf die Servierschüssel und gießt den Beiguß darüber.

### 31. a) Spargel.

Drei bis vier Pfund Spargel, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, ein Eigelb, Salz.

Man schält die Spargel, wäscht sie und kocht sie, in einzelne Bündel gebunden, in Salzwasser weich, mache eine weiße Einbrenne, lösche mit kaltgestelltem Spargelwasser ab, verrühre sie glatt, und lasse sie eine halbe Stunde kochen. Beim Anrichten ziehe man den Beiguß mit Eigelb ab, ordne die Spargel in eine Schüssel und gieße denselben darüber.

### 31. b) Spargel auf andere Art.

Die Spargel werden in Salzwasser weichgekocht, auf eine gewärmte Platte geordnet, mit heißer Butter übergossen und mit in Butter gelb gerösteter, geriebener Semmel bestreut.

### 32. Gurkengemüse.

Zwei bis drei große Gurken, 100 Gramm Butter, zwei Kochlöffel voll Mehl, Zitronensaft, etwas sauren Rahm, Salz und ein Eigelb.

Die Gurken werden geschält, der Länge nach durchgeschnitten, die Kerne herausgenommen, in halbfingerlange Stückchen geschnitten, in ganz wenig Wasser und Salz weich gedünstet, was in  $\frac{1}{4}$  Stunde geschehen ist. Lasse das Mehl in Butter ganz hell schwitzen, gieße mit der Gurkenbrühe auf, gib sauren Rahm, Zitronensaft hinein, und zuletzt die Gurkenstückchen, und lasse sie noch eine Viertelstunde langsam durchziehen. Vor dem Anrichten rühre man Eigelb hinein.

### 33. Kürbisgemüse.

Die Zubereitung ist dieselbe wie beim Gurkengemüse.

### 34. Leipziger Allerlei.

Verschiedene junge Gemüse, wie: Bohnen, Erbsen, Karotten, Kohlrabi, Blumenkohl, Rosenkohl, Spargel, in Zwiebel und Petersilie gedünstete Pilze.

Die Gemüse werden in kleine Stücke geschnitten und jedes für sich weich gekocht. Hernach wird eine helle Buttereinbrenne gemacht, alles hineingegeben und etwas saure Sahne dazugerührt.

## III. Hülsenfrüchte (als Gemüse).

### 1. Linsengemüse.

Ein Pfund Linsen, 50 Gramm Butter, ein Kochlöffel voll Mehl, Salz, Zwiebel.