

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Rationelle Krankenkost

Allihn, Hans

Öflingen, [1911]

8. Kalte süße Speisen

urn:nbn:de:bsz:31-56680



8. Kalte süße Speisen.

Flammeri von Maismehl. 30 g Maismehl, Mondamin, Maizena oder Gustin werden in etwas Milch glatt verrührt und in $\frac{1}{2}$ Liter kochende Milch, in welcher 20 g Zucker und etwas Salz aufgelöst sind, einlaufen gelassen und unter fortwährendem Rühren gekocht, etwa eine halbe Stunde lang. Es geht dies auch im Wasserbade, wobei die Gefahr des Anbrennens nicht vorhanden ist. Die etwas verkühlte Masse wird mit einem Ei abgezogen und in eine mit kaltem Wasser ausgespülte Form getan und, wenn kalt, gestürzt.

Flammeri von Grieß. Hierzu werden 30 g Grieß genommen und verfahren wie bei dem Maismehl. Zu den Flammeris eignet sich als Beigabe jede Fruchtsauce.

Grütze mit Obst. Hierzu wird 1 Liter Fruchtsaft ($\frac{1}{3}$ Saft und $\frac{2}{3}$ Wasser) von Himbeeren, Kirschen, Brombeeren, schwarzen Johannisbeeren oder ebenso viel sehr verdünntes Apfelmus oder durchgeschlagenes Rhabarber-Kompott zum Kochen gebracht und 90 g in Wasser verrührtes Maismehl oder Grieß hineinlaufen gelassen und unter fortwährendem Rühren gar gekocht (Maismehl ca. eine Viertelstunde, Grieß ca. eine halbe Stunde). Die etwas abgekühlte Masse wird in Glasschalen angerichtet und, wenn erkaltet, mit einem Beiguß von kalter Milch gegeben.

Tutti Frutti. Es wird Creme bereitet, indem $\frac{1}{2}$ Liter Milch mit zwei Eßlöffeln Zucker, einem wallnußgroßen Stück Butter und etwas abgeriebener Zitronenschale oder Vanille zum Kochen gebracht wird. 40 g Maismehl (Maizena, Mondamin oder Gustin) werden mit etwas Milch und zwei Eigelb verquirlt und in die kochende Milch einlaufen gelassen. Die Masse muß unter beständigem Umrühren noch 10 Minuten kochen. Am

sichersten geschieht das im Wasserbad. Wenn die Masse etwas verkühlt ist, wird der Schnee von zwei Eiweiß darunter gemischt. Inzwischen ist der Boden einer Glasschale mit Biskuitplätzchen oder mit Zwieback, der mit Wein angefeuchtet ist, belegt und darauf beliebig Kompott, Gelee oder Marmelade gegeben worden. Darüber wird die Creme getan und die Schüssel nach dem Erkalten aufgetragen.

Man ersieht auch an diesen Speisen, die den Kranken sehr willkommen und zuträglich sind, wie vielfach hierbei die durch die Frischhaltung bereiteten Obstvorräte Verwendung finden.

