

**Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

**Kochbüchlein für den praktischen Haushaltsunterricht  
an Volks- und Fortbildungsschulen**

**Specht, Mathilde**

**Leipzig, 1912**

IV. Gemüse

**urn:nbn:de:bsz:31-58620**

sie mit gekochtem und wieder erkaltetem Essig und gießt dies über die Heringe. Sie müssen vollständig in der Brühe liegen und können nach 8—10 Tagen schon verwendet werden.

#### IV. Gemüse.

##### 41. Erbsen und Gelbrüben.

Für 2 Personen:

|  |               |
|--|---------------|
| 1 kleines Maß Erbsen . . . . .                                   | 0,15 <i>ℳ</i> |
| 1 Büschel Gelbrüben . . . . .                                    | 0,05 "        |
| 1 Eßlöffel Fett . . . . .  | 0,04 "        |
| Petersilie, Salz, Pfeffer . . . . .                              | 0,01 "        |
| $\frac{1}{2}$ Kaffeel. Zucker, $\frac{1}{2}$ Eßl. Mehl . . . . . | 0,01 "        |
| Wasser oder Fleischbrühe . . . . .                               | —             |
|  | <hr/>         |
|  | 0,26 <i>ℳ</i> |

Die gepuzten, in Streifen geschnittenen Gelbrüben und die ausgebrockelten Erbsen werden gewaschen. Die fein gewiegte Petersilie wird in heißem Fett gedünstet, das Gemüse zugegeben, gesalzen und langsam weich gedämpft. Wenn die Brühe eingekocht ist, gibt man etwas Wasser oder Fleischbrühe und kurz vor dem Anrichten Pfeffer, Zucker und ein dünnes Mehlteiglein daran.

Jedes Gemüse kann auch einzeln auf dieselbe Art zubereitet werden.

Zubereitungszeit:  $1\frac{1}{2}$ —2 Stunden.

##### 42. Grüne Bohnen.

Für 2 Personen:

|  |               |
|--|---------------|
| 1 $\bar{u}$ Bohnen . . . . .   | 0,15 <i>ℳ</i> |
| 1 Eßlöffel Fett . . . . .  | 0,04 "        |
| Petersilie, Salz und Pfeffer, $\frac{1}{2}$ Tasse<br>Wasser, $\frac{1}{2}$ Kaffeelöffel Mehl . . . . . | 0,01 "        |
|  | <hr/>         |
|  | 0,20 <i>ℳ</i> |

Die Bohnen werden geköpft, abgezogen, fein geschnebelt und gewaschen. Nun gibt man sie mit der fein gewiegten Petersilie,

Salz und Pfeffer in das heiße Fett und läßt sie langsam weich dämpfen. Nach und nach gießt man etwas Wasser oder Fleischbrühe daran und stäubt kurz vor dem Anrichten etwas Mehl darüber.

Zubereitungszeit: 2—2½ Stunden.

### 43. Gelbe Bohnen.

Für 2 Personen:

|   |               |
|---|---------------|
| 1 $\mathcal{L}$ Bohnen . . . . .  | 0,18 <i>M</i> |
| Wasser und Salz . . . . .   | —             |
| 1 Stückchen Butter . . . . .  | 0,06 „        |
| 1 schwacher $\mathcal{E}$ hl. Mehl, Petersilie, Salz<br>und Pfeffer . . . . . | 0,01 „        |
| Wasser oder Fleischbrühe . . . . .  | —             |
|   | <hr/>         |
|   | 0,25 <i>M</i> |

Die Bohnen werden geköpft, abgezogen, zerbrochen, gewaschen, in Salzwasser weich gekocht und auf einen Seiher abgeschüttet. Von Butter und Mehl macht man eine helle Mehlschwitze, löscht mit Wasser oder Fleischbrühe ab, gibt feingewiegte Petersilie, Salz und Pfeffer und zuletzt die Bohnen zu und läßt sie noch kurze Zeit aufkochen.

Zubereitungszeit: 1½—2 Stunden.

### 44. Weißkraut.

Für 2 Personen:

|   |               |
|---|---------------|
| Kraut . . . . .                                     | 0,08 <i>M</i> |
| Wasser und Salz z. A. . . . .                       | —             |
| ½ $\mathcal{E}$ ßlöfel Fett . . . . .               | 0,02 „        |
| 1 $\mathcal{E}$ ßlöfel Mehl, Salz, Muskat . . . . . | 0,01 „        |
| ½ Tasse Wasser . . . . .                            | —             |
|   | <hr/>         |
|   | 0,11 <i>M</i> |

Das Kraut wird gepuht, gewaschen, in kochendes Salzwasser eingelegt und in offenem Topfe weich gekocht. Sodann wird es auf einen Seiher geschüttet, mit kaltem Wasser abgeschreckt und im Seiher klein zerschnitten. Von Fett und Mehl bereitet man eine gelbe Mehlschwitze, löscht mit Wasser ab, gibt das Kraut mit Salz und Muskat zu und läßt es noch kurze Zeit dämpfen.

Auf dieselbe Art können Wirsing und offene Rosenkohl-  
blätter zubereitet werden.

Zubereitungszeit:  $\frac{3}{4}$  Stunden.

#### 45. Wirsing.

Für 2 Personen:

|   |               |
|---|---------------|
| 1 kleines Köpfchen Wirsing . . . . .    | 0,12 <i>M</i> |
| Wasser und Salz z. A. . . . .           | —             |
| 1 Eßlöffel Fett . . . . .               | 0,04 „        |
| 1 Eßlöffel Mehl, Salz, Muskat . . . . . | 0,01 „        |
| $\frac{1}{2}$ Tasse Wasser . . . . .    | —             |
|   | <hr/>         |
|   | 0,17 <i>M</i> |

Der Wirsing wird gepuzt, gewaschen, in Salzwasser weich gekocht, abgeschüttet und abgeschreckt. Sodann wird er fest ausgedrückt und fein verwiegt, mit Mehl in heißes Fett gegeben und längere Zeit gedünstet. Nun würzt man mit Salz und Muskat, löscht mit Wasser ab und läßt das Gemüse noch kurze Zeit dämpfen.

Ebenso können Mangold, Melde, Sauerampfer, Winterkohl und Spinat bereitet werden. Bei Spinat und Sauerampfer kann man zum Ablöschen statt Wasser auch Milch nehmen.

Zubereitungszeit: 1 Stunde.

#### 46. Bayerisch-Kraut.

Für 2 Personen:

|   |               |
|---|---------------|
| Weißkraut . . . . .   | 0,08 <i>M</i> |
| 1 Eßlöffel Fett . . . . .                                   | 0,04 „        |
| $\frac{1}{2}$ Zwiebel, 1 Stückchen Speck . . . . .          | 0,04 „        |
| Pfeffer, Salz, Kümmel . . . . .                             | 0,01 „        |
| $\frac{1}{2}$ Tasse Wasser . . . . .                        | —             |
| $\frac{1}{2}$ Kaffeelöffel Mehl, 1 Eßlöffel Essig . . . . . | 0,01 „        |
|   | <hr/>         |
|   | 0,18 <i>M</i> |

Das Weißkraut wird gepuzt und fein geschnitten oder gehobelt. In heißem Fett läßt man Speck- und Zwiebelwürfelchen gelb werden, gibt das Kraut zu, würzt es mit Pfeffer, Salz und

Kümmel und läßt es langsam dämpfen, indem man immer nur so viel Wasser daran gibt, daß es nicht anhängen kann. Kurz vor dem Anrichten stäubt man etwas Mehl darüber, gibt Essig zu und schüttelt das Kraut tüchtig untereinander.

Zubereitungszeit: 2—3 Stunden.

#### 47. Rotkraut.

Für 2 Personen:

|   |               |
|---|---------------|
| 1 kleines Köpfchen Rotkraut . . . . .   | 0,10 <i>℔</i> |
| 1 Eßlöffel Essig, 1 Kaffeelöffel Zucker .   | 0,01 "        |
| 1 Eßlöffel Fett . . . . .   | 0,04 "        |
| $\frac{1}{2}$ Zwiebelchen, Salz und Pfeffer, $\frac{1}{2}$ Tasse<br>Wasser, $\frac{1}{2}$ Kaffeelöffel Mehl . . . . . | 0,01 "        |
|   | <hr/>         |
|   | 0,16 <i>℔</i> |

Das Kraut wird gepuzt und fein geschnitten oder gehobelt. Alsdann gibt man etwas Zucker und Essig darüber, schüttelt es durcheinander und läßt es bis zum Gebrauch zugedeckt stehen. In heißem Fett dünstet man fein geschnittene Zwiebel, gibt das Kraut zu, würzt mit Salz und Pfeffer und läßt es langsam weich dämpfen. Ist keine Brühe mehr daran, so gießt man etwas Wasser zu, aber nur so viel, daß das Kraut nicht anhängen kann. Kurz vor dem Anrichten stäubt man etwas Mehl darüber.

Zubereitungszeit: 2—3 Stunden.

#### 48. Sauerkraut.

Für 2 Personen:

|   |               |
|---|---------------|
| $\frac{1}{2}$ <i>℔</i> Sauerkraut . . . . . | 0,06 <i>℔</i> |
| 1 Tasse Wasser . . . . .                    | —             |
| 1 Eßl. Fett, 1 Kaffeel. Mehl . . . . .      | 0,04 "        |
|   | <hr/>         |
|   | 0,10 <i>℔</i> |

Man setzt das Kraut mit kaltem Wasser auf und läßt es langsam kochen. (Ist das Kraut schon sehr scharf, so wäscht man es erst mit frischem Wasser.) Nach einiger Zeit gießt man das heiße Fett darüber. Wenn das Kraut weich ist, streut man etwas Mehl darauf, rührt das Kraut um und läßt es aufkochen. Man kann auch Fett und Mehl in Form einer dünnen gelben Mehlschwitze

an das Kraut rühren. (Ein geschälter, in feine Scheibchen geschnittener Apfel gleich zu Anfang mit aufgestellt gibt dem Kraut einen sehr angenehmen Geschmack).

Zubereitungszeit: 2—3 Stunden.

#### 49. Kohlraben.

Für 2 Personen:

|  |               |
|--|---------------|
| 4—5 Kohlraben . . . . .                                    | 0,10 <i>M</i> |
| Wasser und Salz . . . . .                                  | —             |
| 1 Stückchen Butter . . . . .                               | 0,06 „        |
| 1 Eßl. Mehl, ½ Tasse Wasser, Pfeffer<br>und Salz . . . . . | 0,01 „        |
|  | <hr/>         |
|  | 0,17 <i>M</i> |

Die Kohlraben werden geschält, gewaschen, in Salzwasser weich gekocht und sodann in feine Scheiben geschnitten. Von Butter und Mehl macht man eine helle Mehlschwitze, löscht mit Wasser oder Fleischbrühe ab, würzt mit Salz und Pfeffer, gibt die Kohlraben zu und läßt sie in diesem Beiguß noch kurze Zeit kochen. Sind die Kohlrabenblätter noch jung und schön, so kann man sie mit den Kohlraben in Salzwasser abkochen. Man bereitet sie alsdann wie Wirsing zu (siehe Nr. 45) und gibt sie beim Anrichten um die weißen Kohlraben herum.

Zubereitungszeit: 1—1½ Stunden.

#### 50. Bodenkohlraben.

Für 2 Personen:

|                                  |               |
|----------------------------------|---------------|
| 1 Bodenkohlrabe . . . . .        | 0,05 <i>M</i> |
| 2—3 Kartoffeln . . . . .         | 0,02 „        |
| Wasser und Salz . . . . .        | —             |
| 1 Eßl. Fett . . . . .            | 0,04 „        |
| 1 Eßl. Mehl, ½ Zwiebel . . . . . | 0,01 „        |
|                                  | <hr/>         |
|                                  | 0,12 <i>M</i> |

Die Bodenkohlraben werden geschält, in Würfel geschnitten, gewaschen und in kochendes Salzwasser gegeben. Wenn sie halb weich sind, gibt man in Würfel geschnittene Kartoffeln zu und läßt dieselben mit den Kohlraben weich kochen. Hierauf schüttet man das Wasser ab, verrührt das Gemüse oder treibt es durch ein Sieb. In heißem Fett dünstet man Mehl hellgelb, gibt

fein geschnittene Zwiebel dazu, löscht mit Wasser oder Fleischbrühe ab, rührt diese Mehlschwitze an die Kohlraben und läßt dieselben nochmals aufkochen.

Auf dieselbe Weise werden weiße Rüben zubereitet, nur gibt man denselben vor dem Anrichten etwas Zucker bei.

Sehr gut ist, in Bodenkohlraben oder weißen Rüben ein Stück frisches Schweinefleisch mitzukochen. Dasselbe wird zugegeben, wenn das Gemüse anfängt zu kochen und kurz vor dem Anrichten zum Zerschneiden herausgenommen.

Zubereitungszeit: 1½ Stunden.

### 51. Eingemachte Bohnen.

Für 2 Personen:

|                                    |               |
|------------------------------------|---------------|
| ½ <i>℔</i> Bohnen . . . . .        | 0,15 <i>℔</i> |
| Wasser . . . . .                   | —             |
| 1 Eßlöffel Fett . . . . .          | 0,04 "        |
| ½ Eßlöffel Mehl, ½ Zwiebelchen,    |               |
| ½ Tasse Wasser, Salz und Pfeffer . | 0,01 "        |
|                                    | <hr/>         |
|                                    | 0,20 <i>℔</i> |

Die eingemachten Bohnen werden gewaschen, mit weichem Wasser aufgestellt, weich gekocht und auf einen Seiher geschüttet. Von Fett und Mehl macht man eine gelbe Mehlschwitze, gibt fein geschnittene Zwiebelchen zu, löscht mit Wasser ab, kocht die Bohnen in diesem Beiguß nochmals auf und würzt sie mit Pfeffer und wenn nötig mit Salz.

Zubereitungszeit: 1½—3 Stunden.

### 52. Weiße Bohnen.

Für 2 Personen:

|                                   |               |
|-----------------------------------|---------------|
| ½ <i>℔</i> Bohnen . . . . .       | 0,08 <i>℔</i> |
| Wasser und Salz . . . . .         | —             |
| 1 Stück Butter, 1 Eßlöffel Mehl . | 0,07 "        |
|                                   | <hr/>         |
|                                   | 0,15 <i>℔</i> |

Die weißen Bohnen werden ebenso zugerichtet und aufgestellt wie zur Bohnensuppe (siehe Nr. 7). Wenn sie weich sind, werden

sie auf einen Seiher geschüttet und in einer hellen Mehlschwitze, die mit der Bohnenbrühe abgelöscht wurde, aufgekocht.

Zubereitungszeit: 2 $\frac{1}{2}$ —3 Stunden.

Eingemachte und weiße Bohnen werden gern zusammen zu Tisch gegeben, wobei man die grünen in die Mitte der Schüssel und die weißen außen herum oder umgekehrt anrichtet.

### 53. Saure Bohnen.

Für 2 Personen:

|  |               |
|--|---------------|
| $\frac{1}{2}$ $\mathcal{R}$ weiße Bohnen . . . . .   | 0,08 <i>ℳ</i> |
| Wasser und Salz . . . . .  | —             |
| 1 Eßl. Fett . . . . .  | 0,04 "        |
| 2 Eßl. Mehl . . . . .  | 0,02 "        |
| 1 Tasse Wasser . . . . .   | —             |
| 1 Lorbeerblatt, 1 Nelke, $\frac{1}{2}$ Zwiebelchen,<br>$\frac{1}{2}$ Kaffeelöffel Salz, 1 Prise Pfeffer,<br>2 Eßlöffel Essig . . . . . | 0,02 "        |
|  | <hr/>         |
|  | 0,16 <i>ℳ</i> |

Die nach Nr. 7 zugerichteten und aufgestellten Bohnen werden, wenn sie weich sind, auf einen Seiher abgeschüttet und in einem sauren Beiguß (siehe Nr. 113) nochmals aufgekocht.

Zubereitungszeit: 2 $\frac{1}{2}$ —3 Stunden.

### 54. Erbsenbri.

Für 2 Personen:

|  |               |
|--|---------------|
| $\frac{1}{2}$ $\mathcal{R}$ Erbsen . . . . . | 0,12 <i>ℳ</i> |
| 1 $\frac{1}{4}$ l Wasser und Salz . . . . .  | —             |
| 1 Eßlöffel Fett, 1 Eßlöffel Mehl . . . . .   | 0,05 "        |
|  | <hr/>         |
|  | 0,17 <i>ℳ</i> |

Die am Abend zuvor gewaschenen und eingeweichten Erbsen werden mit dem Einweichwasser aufgestellt und weich gekocht. Sodann gibt man eine gelbe Mehlschwitze zu, treibt die Erbsen durch, salzt sie, rührt sie glatt und läßt den Brei aufkochen.

Zubereitungszeit: 2 $\frac{1}{2}$ —3 Stunden.

### 55. Linsen.

Für 2 Personen:

|  |               |
|--|---------------|
| $\frac{1}{2}$ $\bar{A}$ Linsen . . . . .         | 0,15 <i>M</i> |
| 1 l Wasser und Salz . . . . .                    | —             |
| 1 Eßlöffel Fett . . . . .                        | 0,04 "        |
| 1 Eßl. Mehl, 1 Eßl. Essig, $\frac{1}{2}$ Zwiebel | 0,01 "        |
|  | <hr/>         |
|  | 0,20 <i>M</i> |

Linsengemüse wird ebenso zubereitet wie Linsensuppe (siehe Nr. 9), jedoch darf Linsengemüse stets nur wenig Brühe haben. Zubereitungszeit:  $2\frac{1}{2}$ —3 Stunden.

### 56. Reisgemüse.

Für 2 Personen:

|  |               |
|--|---------------|
| $\frac{1}{4}$ $\bar{A}$ Reis . . . . . | 0,06 <i>M</i> |
| 2 l Wasser, 1 Eßl. Salz . . . . .      | —             |
| 1 Eßl. Fett oder Butter . . . . .      | 0,04 "        |
| Weckbrofamen . . . . .                 | 0,01 "        |
|  | <hr/>         |
|  | 0,11 <i>M</i> |

Der Reis wird in kochendes Salzwasser eingestreut und in offenem Topfe weich gekocht. Sodann schüttet man ihn auf einen Seiber und läßt ihn gut abtropfen. In einem Topfe läßt man Fett oder Butter zergehen, gibt den Reis zu und dünstet ihn unter öfterem Umschütteln noch einige Minuten. Beim Anrichten schmälzt man ihn mit in Fett gerösteten Weckbrofamen; auch kann man ihn mit geriebenem Käse bestreuen.

Zubereitungszeit:  $\frac{1}{2}$  Stunde.

Für die Kochliste wird der Reis auf folgender Weise zubereitet: Man wäscht ihn, brüht ihn 3 mal, gibt sodann heißes Wasser ( $\frac{1}{2}$  l auf  $\frac{1}{4}$   $\bar{A}$  Reis), Salz und Butter oder Fett zu und stellt ihn, nachdem er 5 Min. gekocht hat, in die Kochliste.

Zubereitungszeit:  $1\frac{1}{2}$ —3 Stunden.

