

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

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

**Specht, Mathilde**

**Leipzig, 1912**

5. Getreide.

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

Käsestoff, Milchzucker, Salze und Kalk in richtiger Zusammensetzung enthält. Kindern im ersten Lebensjahr kann sie als alleinige Nahrung dienen.

Bei uns wird meist Kuh- seltener Ziegenmilch verwendet.

Man unterscheidet Vollmilch, Magermilch, und Buttermilch. Vollmilch nennt man die Milch in der Zusammensetzung, wie sie uns das Tier liefert; dieselbe sieht gelblich-weiß aus, hat guten Geschmack und Geruch und hinterläßt keinen Bodensatz. Ein Tropfen zerfließt nicht auf dem Fingernagel, sinkt aber im Wasser unter. Magermilch ist die abgerahmte Milch, die aber trotz des geringen Fettgehaltes als wohlschmeckendes, nahrhaftes und billiges Nahrungsmittel viel mehr Verwendung finden sollte. Die bei der Butterbereitung zurückbleibende Flüssigkeit heißt Buttermilch.

Um Milch süß zu erhalten, muß sie bald abgekocht werden mit Beachtung der größten Reinlichkeit der Geschirre. Ungekochte Milch wird leicht sauer, im Sommer schneller als im Winter; der Milchzucker verwandelt sich in Säure und bewirkt das Gerinnen des Eiweiß- oder Käsestoffes. Aus Sauermilch wird Käse bereitet, der flüssige Rückstand heißt Molken.

### 5. Getreide.

Das Getreide, eines der wichtigsten Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreich, gehört in die Ordnung der Gräser und hat verschiedene Blütenstände: Ähre, Rispe und Kolben.

Die verschiedenen Getreidearten sind Weizen, (Dinkel, Einkorn,) Gerste, Roggen, Hafer, Hirse, Reis und Mais. Sie liefern uns nicht nur in ihren Körnern ein nützliches Nahrungsmittel, sondern auch die Verwendung von Stroh, Spreu und Kleie ist sowohl in Haushaltung wie Landwirtschaft und Industrie eine mannigfache.

Das Samenkorn besteht aus der unverdaulichen Schale, dem eiweißhaltigen Kleber, dem stärkemehlhaltigen Kern und dem darin eingeschlossnen fettreichen Keim.

Die Getreidesamen werden in der Küche ganz oder geschält, gerollt, oder gequetscht und gemahlen als Graupen, Grüze, Flocken, Grieß und Mehl verwendet. Beim Mahlen wird die äußere unverdauliche Hülle entfernt, mit dieser aber sehr viel von dem dicht

darunter liegenden Eiweiß oder Kleber, weshalb die feineren Mahlerzeugnisse nicht so nahrhaft sind, wie die gröberen; dagegen sind die feineren leichter verdaulich.

Man bewahrt die ganzen Körner und die gröberen Mahlerzeugnisse in Säckchen hängend, die Mehlarthen in Holzkasten, Porzellan- oder Steinguttöfen an luftigen trockenen Orten auf.

## 6. Mehl.

Das feinste und in der Küche am häufigsten verwendete Mahlerzeugnis ist das Mehl. Außer den verschiedenen Getreidemehlen benutzt man auch Buchweizen-, Kartoffel- und Hülsenfruchtmehle.

Das Mehl dient uns vor allem zur Bereitung des Brotes und wird hierzu hauptsächlich Weizen- und Roggenmehl verwendet; jedoch wird in manchen Gegenden auch Gersten-, Hafer- und Buchweizenmehl zur Bereitung des Brotes genommen. Aus Hafer- und Gerstenmehl werden Schleimsuppen, aus Reis- und Maismehl feinere Backereien bereitet.

Am meisten verbraucht man in der Küche jedoch das Weizenmehl und zwar als Bindemittel bei Klößen und dergl., zum Sämigmachen von Suppen, Gemüse und Beigüssen, zu Mehlspeisen und Kuchen.

Rohes Mehl ist ungenießbar, es wird erst durch Kochen, Backen und Rösten wohlgeschmeckend und verdaulich. Gebackene Mehlspeisen sind verdaulicher als gekochte, geröstetes Mehl ist am verdaulichsten.

Mehl wird mitunter mit Gips, Kreide, Knochenmehl, Schwefelspat und dergl. verfälscht oder auch mit geringeren Mehlsorten vermischt. Gutes Mehl sieht gelblich, nicht grau aus; es hat kräftigen Geruch und soll beim Zusammenballen mit der Hand nicht zerstäuben, die Fingerabdrücke sollen bleiben.

Größere Vorräte müssen von Zeit zu Zeit umgeschaufelt werden, damit das Mehl nicht stickig wird.

## 7. Eier.

Es kommen in der Küche meist Hühnereier, seltener Enten- und Gänseeier zur Verwendung.