

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kochbüchlein für den praktischen Haushaltungsunterricht an Volks- und Fortbildungsschulen

Specht, Mathilde

Leipzig, 1912

17. Sago.

urn:nbn:de:bsz:31-58620

Wasser liegen bleiben. Ganze Fische setzt man in kaltem oder warmem, Fischstücke in heißem Wasser auf. Fische dürfen nicht aufkochen, sondern man läßt sie nur ziehen. Fische, die gebacken werden, hüllt man mit Mehl, Ei und Weckmehl ein.

Beim Einkauf toter Fische muß man darauf achten, daß sie festes Fleisch, rote Kiemen und klare Augen haben.

16. Reis.

Der Reis gehört wie die einheimischen Getreidearten zu den Gräsern, gedeiht aber nur in heißen Ländern.

Seine eigentliche Heimat ist unbekannt; er wurde seit den ältesten Zeiten in China, Indien und auf den Sundainseln angebaut. Später wurde der Reisbau auch in Ägypten, Spanien, Italien und zuletzt in Amerika eingeführt.

Man unterscheidet zwei Arten: Sumpfreis und Bergreis. Ersterer erfordert sehr viel Feuchtigkeit, weshalb der Boden künstlich bewässert werden muß. Bergreis braucht nur bei größter Trockenheit Wässerung, ist aber nicht so ausgiebig wie der Sumpfreis und gedeiht nur in einigen Teilen Asiens.

Der Reis wird immer nach dem Lande benannt, in dem er wächst. Bekannte Sorten sind: Karolina-, Mailänder-, Java-, Bengal- Madrasreis.

Der geschälte Reis kommt in seiner Zusammensetzung und seinem Nährwert der Kartoffel näher als unsern einheimischen Getreidearten; er hat von allen am wenigsten Eiweißstoffe, aber das meiste Stärkemehl.

Der Reis kommt nur enthüllt, aber ganz und gemahlen in den Handel. Ganz wird er zu Suppen, Brei, Gemüse, Pudding usw. verwendet. Das Reismehl ist weißer als die andern Getreidemehle und wird zu Backwerk und süßen Speisen benützt. Aus dem Reismehl wird eine vorzügliche Stärke und der zu Heilzwecken dienende Reispuder gewonnen.

17. Sago.

Man unterscheidet 3 verschiedene Sorten; den ostindischen echten oder Perlsgago, den westindischen oder Tapioka und den deutschen oder Kartoffelsago.

Der echte Sago wird aus dem Mark der Sagopalme, Tapioka aus der Wurzel der Cassavapflanze und der deutsche Sago aus der Kartoffel gewonnen.

Alle 3 Sorten werden auf ähnliche Weise hergestellt: das Stärkemehl wird ausgeschwemmt und mit Wasser zu einem Brei verarbeitet, welcher getrocknet, zerkleinert, gesiebt und geröstet wird. Der ostindische und der deutsche Sago kommen in Form von runden Perlen, der Tapioka als Flocken in den Handel.

Sago wird hauptsächlich zu Suppen, mitunter auch zu Pudding u. dergl. verwendet.

Echten Sago und Tapioka stellt man mit kaltem Wasser auf und läßt ihn lange kochen, Kartoffelsago dagegen wird in die kochende Brühe gegeben und ist in 15—20 Minuten gar.

18. Salz.

Das Salz ist nicht nur das wichtigste und angenehmste Gewürz sondern auch ein unentbehrliches Nahrungsmittel. Außerdem wird es seiner säulnshemmenden Wirkung wegen zum Aufbewahren pflanzlicher und tierischer Nahrungsmittel benutzt.

Man unterscheidet Meer-, Stein- und Quellsalz.

Gutes Salz ist grobkörnig, glänzend weiß und muß sich im Wasser vollständig lösen. Es darf keinen bitteren Geschmack und unangenehmen Geruch haben.

Salz darf nie in Metallgefäßen aufbewahrt werden.

19. Essig.

Ein sehr wertvoller Speisezusatz ist der Essig. Er wird aus Wein, Brantwein und Obstwein hergestellt.

Der beste, aber zugleich teuerste ist der Weinessig; minderwertige Sorten sind Obst- und Bieressig. Am meisten kommt der Brantwein- oder Schnelleffig in den Handel. Der schärfste Brantweinessig, der bei der Verwendung verdünnt werden muß, heißt Dopelessig oder Essigsprit. Er hat den Vorzug, daß er sich länger hält als gewöhnlicher Essig.

Essig dient nicht nur zum Würzen mancher Speisen, sondern auch wie das Salz zum Aufbewahren verschiedener Nahrungsmittel.