

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

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

**Specht, Mathilde**

**Leipzig, 1912**

21. Zucker.

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

Für Kinder, Magenranke und Blutarme ist der Genuß saurer Speisen schädlich.

## 20. Hefe.

Es gibt verschiedene Teiglockerungsmittel, welche bei der Bereitung von Brot, Kuchen und anderem Backwerk gebraucht werden, nämlich Hefe, Sauerteig, Hirschhornsalz, Natron, Pottasche. Am meisten wird die Hefe verwendet und unterscheidet man flüssige Bierhefe und Kunst- oder Preßhefe. Letztere ist haltbarer und zuverlässiger und hat die flüssige Hefe fast ganz verdrängt. Bierhefe darf weder sauer riechen noch bitter schmecken. Gute Preßhefe hat eine gelblich=weiße Farbe, einen obstartigen, nicht saueren Geruch und feuchtbrüchige Beschaffenheit; sie muß sich in Wasser oder Milch leicht verrühren lassen.

Während flüssige Hefe schnell verdirbt, läßt sich Preßhefe an kühlen, luftigen Orten im Sommer 3—4 Tage, im Winter noch länger aufbewahren.

Bei Verwendung der Hefe ist zu beachten, daß alle Zutaten erwärmt werden; der Teig muß warm stehen und darf keiner Zugluft ausgesetzt sein. Zu große Hitze jedoch tötet die Hefepilze. Einen Vorteig zu machen ist mit der zuverlässigen Preßhefe nicht nötig; dies Verfahren mußte bei der flüssigen Hefe angewandt werden.

## 21. Zucker.

Der Zucker ist für die Ernährung von großer Bedeutung; er ist ein Kohlehydrat und dient zur Wärmebildung.

Man gewinnt den Zucker aus dem in Amerika und Indien wachsenden Zuckerrohr und aus Zuckerrübe, die bei uns gedeiht. Die Rübenzuckerfabrikation bildet heute eine der wichtigsten Großindustrien Deutschlands.

Der Zucker wird hauptsächlich zu Backwerk und zum Einmachen des Obstes verwendet; außerdem dient er als Zutat zu vielen Speisen und Getränken und als Heilmittel bei Husten und Heiserkeit.

Guter Zucker ist hart, von blauweißer Farbe und darf beim Zerklopfen nicht stäuben. Er kommt als Hut-, Würfel-, Grief- und Staubzucker in den Handel. Da bei feinem Zucker mit-

unter Fälschungen mit Gips, Kreide, Mehl u. s. w. vorkommen, so ist es ratsam, nur ganzen Zucker einzukaufen.

Zucker darf nur an trockenen Orten aufbewahrt werden.

## 22. Gewürze.

Die Gewürze haben keinen besonderen Nährwert, sie verdanken ihre Bedeutung nur den flüchtigen ätherischen Ölen, welche in geringen Mengen angewandt die Speisen wohlschmeckend machen und angenehm auf die Verdauung und das Nervensystem wirken. Im Übermaß genossen erhitzen sie das Blut zu sehr und sind deshalb schädlich. Kinder besonders sollen keine stark gewürzten Speisen bekommen.

Wir teilen die Gewürze in 2 Gruppen: in die einheimischen und ausländischen Gewürze.

Zu den einheimischen Gewürzen gehören Bohnenkraut, Boretsch, Dill, Majoran, Basilium, Schnittlauch, Petersilie, Thymian, Estragon, Pimpinell, Salbei, Waldmeister, Kümmel, Koriander, Anis, Fenchel, Wacholder u. s. w.

Die wichtigsten ausländischen Gewürze sind Pfeffer, Zimt, Nelken, Muskatnuß, Muskatblüte, Vanille, Sternanis, Ingwer, Lorbeerblätter, Senfkörner, Safran.

Die gemahlene Gewürze werden vielfach durch Beimischung von Knochenmehl, Ziegelmehl, Brotrinde u. s. w. gefälscht, weshalb es sich empfiehlt, die Gewürze ganz zu kaufen und nach Bedarf selbst zu mahlen.

Die Gewürze bewahrt man in festverschlossenen Gläsern oder Blechbüchsen auf.

## 23. Genußmittel.

Die Genußmittel Kaffee, Tee und Kakao sind ebenso wie die Gewürze, in geringen Mengen genossen, auf die Verdauung und das Nervensystem von angenehmer Wirkung.

Nährstoffe haben Kaffee und Tee nur durch Zusatz von Milch und Zucker, während Kakao selbst durch seinen Fett- und Eiweißgehalt einen nicht unbedeutenden Nährwert besitzt.