

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kochbüchlein für den praktischen Haushaltungsunterricht an Volks- und Fortbildungsschulen

Specht, Mathilde

Leipzig, 1912

23. Genußmittel.

urn:nbn:de:bsz:31-58620

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.

Die Kaffeebohnen sind Samen aus der kirschkähnlichen Frucht des Kaffeebaumes, der wohl aus der afrikanischen Landschaft Caffa stammt, jetzt aber in allen tropischen Ländern verbreitet ist.

Nach der Bearbeitung der Bohnen bei der Ernte wird eine gelbliche, grüne, bläulichgraue oder braune Farbe erzielt. Man unterscheidet im Handel etwa 25 Sorten, die stets nach ihrer Heimat benannt werden; die bekanntesten sind Mokka-, Java-, Rio-, Ceylon- und Jamaika-Kaffee.

Der Kaffee soll nur in kleinen Mengen geröstet und in gut verschlossenen Büchsen aufbewahrt werden.

Beim Einkauf achte man darauf, daß die Bohnen hart, schwer und gleichmäßig in Größe und Farbe sind.

Gemahlener Kaffee soll man nicht kaufen, weil derselbe kein Aroma hat und auch mitunter gefälscht wird.

Der Teestrauch stammt ursprünglich aus Assam in Asien wo er heute noch wild wächst; er wird aber seit den ältesten Zeiten in China, Japan und den ostindischen Inseln mit großer Sorgfalt angebaut. Die Versuche, die Teekultur auch in Amerika und Australien einzuführen, sind insofern mißglückt, als der Tee zwar gedeiht, aber ungenießbar ist.

Die zur Teebereitung verwendeten Blätter werden 2—4 mal im Jahre geerntet und bekommen durch verschiedene Behandlung beim Trocknen und Rösten eine schwarze oder grüne Farbe.

Beim Einkauf ist zu beachten, daß die Blätter dicht gerollt sind und keine Stiele haben. Auch der bedeutend billigere Teestaub ist verwendbar.

Der Tee muß gegen Luft und Licht geschützt in fest verschlossenen Büchsen aufbewahrt werden.

Das tropische Amerika ist die Heimat des Kakaobaumes, der aber jetzt auch auf einigen afrikanischen und ostasiatischen Inseln angebaut wird.

Die weißen Samen werden aus der Frucht entfernt, erhalten durch künstliche Gärung eine braune Farbe und kommen zunächst als Kakaobohnen in den Handel. Die Bearbeitung der Bohnen zu Pulver geschieht in besonderen Fabriken. In neuerer Zeit wird vielfach eine Mischung von Kakao und Hafermehl als Haferkakao verkauft, ein vorzügliches Nahrungsmittel für Kinder und schwächliche Leute.

Aus Kakao wird durch Beifügung von Zucker und Gewürzen die Schokolade bereitet.

Kakao und Schokolade sind einer Menge Fälschungen ausgesetzt. Sie dürfen nur an trockenen, kühlen Orten aufbewahrt werden.

24. Das Einmachen.

Da uns die Natur im Winter nichts liefert, so müssen wir suchen, die Nahrungsmittel, die wir nicht frisch aufbewahren können, wie z. B. Kartoffeln, für den Winter einzumachen.

Wir können Gemüse und Obst auf mancherlei Arten einmachen: mit Hilfe verschiedener Konservierungsmittel wie Salz, Essig, Zucker oder durch Tötung der Fäulniserreger durch hohe Hitzegrade oder durch Wasserentziehung, welsch letzteres beim Dörren angewendet wird.

Die eingemachten Gemüse, welche für einfache Haushaltungen hauptsächlich in Betracht kommen, sind Sauerkraut, Bohnen und weiße Rüben. (Siehe Nr. 137 und 138! Seite 89.) Außerdem können Gurken, Tomaten, Zwiebelchen u. s. w. in Essig eingelegt werden.

Beim Einmachen des Obstes ist eine Hauptsache, daß man nur trockene, ausgereifte und unbeschädigte Früchte verwendet.

Das Obst wird als Gelée, Marmelade, Mus, Dunstobst oder Fruchtsaft eingekocht. Gelée, Marmelade und Fruchtsaft verlangen viel Zucker, während zu Mus und Dunstobst wenig oder kein Zucker nötig ist.

Alles eingemachte Obst muß fest verschlossen an trockenen, luftigen Orten aufbewahrt werden. Eingemachte Gemüse stellt man in den Keller.

25. Zubereitung des Fleisches.

Bei der Zubereitung des Fleisches hat man zu beachten, daß es nicht sofort nach dem Schlachten verwendet werden darf, sondern erst 24—36 Stunden in luftigem Raume aufbewahrt werden muß. Eine Ausnahme hiervon macht das Wellfleisch. Das Fleisch darf nicht längere Zeit auf Holzbrettern liegen; um die Fasern zu lockern, wird es leicht geklopft.