

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

**Die Führung eines Haushaltes in bescheidenen
Verhältnissen**

Mang, Adolf

Heidelberg, 1890

VIII. Das Kochen.

urn:nbn:de:bsz:31-56775

5. Das Essen soll ein sorgenloser, schöner Vereinigungspunkt der Familie sein. Thränen aber vergiften die Speisen! Das Essen soll würdig mit einem Gebete eingeleitet und geschlossen werden, was viel zu einer gehobenen Stimmung beiträgt. Jedes Stückchen Brot mit Dank gegen Gott genossen schmeckt gut.

VIII. Das Kochen.

A. Vorbedingungen.

1. Reinlichkeit. Die erste Anforderung bei Zubereitung der Speisen ist größte Reinlichkeit. Die Küche sollte darum hell und geräumig sein. Es ist dann ein Stolz der Hausfrau, stets die Küche aufgeräumt und die Geschirre blank zu halten. Nach dem Gebrauch stellt sie die Geschirre nicht ungerenigt beiseite, sondern spült sie sofort gründlich, reinigt auch die Hände nach schmutziger Arbeit sofort am Küchenhandtuch.

2. Vorbereitung und Überlegung. Durch große Hast beim Kochen werden die Speisen gewöhnlich verdorben. Die Hausfrau muß daher schon am Vorabende ihre Vorbereitungen für den folgenden Tag treffen. Dürrengemüse müssen belesen, für trockene Späne zum Anfeuern muß gesorgt werden. Besonders eine Arbeiterfrau muß sehr frühe ihr Tagewerk beginnen, damit das Frühstück rechtzeitig fertig wird und der Mann nicht nüchtern zur Arbeit gehen muß. Sonst würde er den ganzen Tag verstimmt sein oder gar zu dem verhängnisvollen Frühstüchlein greifen. Das Essen soll pünktlich fertig sein. Die Frau muß daher die nötige Zeit zum Kochen haben, sonst hilft ihr alle Kochkunst nichts.

Wenn die Frau aber ebenfalls zur Fabrik gehen muß, so fehlt ihr die nötige Zeit. Denn daß von 12—1 Uhr ein richtiges Mittagessen zubereitet und auch noch eingenommen werden kann, ist rein unmöglich. Die Frau hängt dann eben den Kaffeehafen ein, oder sie holt eine Flasche Bier nebst Käse und Brot.

Diese „kalte Küche“ kommt meist teurer zu stehen als ein gutes Mittagessen. Mann und Frau kommen dann nur halbgesättigt und kraftlos zur Fabrik. Den größten Schaden hat dann der Fabrikant; denn die Leute können mit dem besten Willen nicht dasselbe leisten, wie Wohlgesättigte und sind häufig krank. Hier kann nur Abhilfe eintreten: 1. indem die Frau schon am Vorabend oder bei Bereitung des Frühstückes das Mittagessen vorbereitet und manches schon halb gar kocht, 2. indem dieselbe mindestens $\frac{1}{2}$ Stunde früher entlassen wird. Verschiedene hochherzige Fabrikanten entlassen auch die Mütter unter ihren Arbeiterinnen früher. Jeder Arbeitgeber, der nicht durch eine ungünstige Geschäftslage gezwungen ist, auf den äußersten Nutzen sehen zu müssen, sollte dieses schöne Beispiel nachahmen. Wenn der Arbeiter ordentlich wie jeder andere Mensch auch gegessen hat, dann kann er etwas ganz anderes leisten als bei einem Mittagessen, das diesen Namen nicht verdient. In Privathäusern ist die Wasch- oder Putzfrau ja auch um 11 oder $\frac{1}{2}$ 12 Uhr verschwunden, um kochen zu gehen. Wenn der Arbeiter sieht, wie der Arbeitgeber für ihn bis ins kleinste, ja selbst für ein gutes Mittagessen sorgt, dann wird auch jener ganz unnütze, blinde Haß verschwinden, wie er bisweilen noch getroffen wird.

Vielorts bringen auch Weiber oder Kinder, die oft stundenweit (!) laufen, dem Arbeiter das karge, selbstzubereitete Mahl, weil ihm sonst die nötige Mittagspause fehlen würde. Das Essen ist dann meist kalt und schlecht, das Fett geronnen. Es mundet nicht und schlägt nicht an, weshalb laut ärztlichen Beobachtungen solche Arbeiter meist an Verdauungsstörungen leiden! Dabei geht viel Zeit verloren, die doch auch Geld ist, die Kinder zerreißen viel Schuhe und Kleider, sie erkälten sich bei Schnee und Regen, treiben sich auch oft auf dem Heimwege stundenlang herum, Mädchen wie Knaben — sie lernen nichts Gutes dabei. Auch hier könnten sich die Arbeitgeber ein großes Verdienst erwerben, wenn sie den Arbeiter veranlassen würden, ein kräftiges Mittagessen (z. B. Gemüse und Fleisch beisammen) in einem kleinen emaillierten Kesselchen mit Handgriff mitzubringen und an ihrer Feuerstelle zu wärmen. Der Arbeitgeber sollte ja ohnehin für ein Mittagobdach sorgen. Oder man errichte billige Volkstüchen, wo noch keine solche bestehen. Dann kann der Arbeiter, der zu weit hat oder ledig ist, für 30 Pfg. warme Suppe, Gemüse und ein Stück Fleisch nebst seinem Brot zu Mittag essen, während das ihm überbrachte Essen meist nicht so viel

wert ist, als seine Angehörigen Kleider und Schuhe zerreißen! Und die Herstellung desselben kostet doch auch Geld!

3. Sparsamkeit beim Kochen. Nicht bloß mit dem Brennmaterial, sondern auch mit den Lebensmitteln muß man hauswälderisch umgehen. Eine Verschwenderin schält z. B. die Kartoffeln fingerdick, die sparsame Frau schabt sie, so lange es geht und schält sie dann, so dünn sie kann. Ebenso vermeidet sie beim Obst und Gemüse jeden unnützen Abfall. Alle Speisereste weiß sie noch passend zu verwerten. Da gehen nach den Ermahnungen des Heilandes nicht einmal die Brotsamen verloren. Durch größte Achtsamkeit vermeidet sie auch das Verderben der Speisen beim Kochen, z. B. das Überlaufen der Milch, das Anbrennen und Versalzen der Speisen, wodurch viel Geld verschwendet würde. Ist eine Speise aber doch einmal angebrannt, so rettet sie dieselbe noch, indem sie dieselbe, ohne umzurühren, in einen andern Topf schüttet und darin in neuer Brühe weiter kocht.

4. Die Kochgeschirre müssen gesund und dauerhaft sein. Irdenes Geschirr muß gut glasiert und gebrannt sein, beim Anklopfen einen hellen Ton geben und die Glasur darf bei starkem Andrücken des Fingernagels nicht abspringen. Umspinnene Geschirre mit Blechboden halten wohl zwölfmal länger, kosten aber nur das Doppelte! Auch bricht kein Boden durch, es geht kein Essen verloren und es entstehen keine Verbrennungen! Irdenes Geschirr muß vor dem Gebrauch stundenlang mit Wasser, Essig und Salz ausgekocht werden, um die noch nicht völlig eingebrannte Bleiglasur wegzuzüßen. Denn diese würde leicht eine Quelle schleichender Vergiftung für die Familie werden. Ebenso müssen auch Kupfergeschirre jedesmal vor dem Gebrauche blank geschneuert werden, weil sich sonst im Rükhendunst giftige Kupfersalze darauf

bilden. Sauere Speisen dürfen in kupfernen oder Thongeschirren weder gekocht werden, noch stehen bleiben, sonst kann leicht eine Vergiftung entstehen.

Alle Geschirre für die Küche und den täglichen, gewöhnlichen Gebrauch schaffe man, wo es nur geht, in emailliertem Eisen an, so Kochgeschirre, Teller, Tassen, Waschbecken, Schöpflöffel, Becher zc. Sie sind sehr gesund und haltbar. Ein Teller hält bereits einen Menschen aus! Auch rein eiserne Bratpfannen und Kochgeräte sind gesund und sehr haltbar, nur müssen sie im Anfang mit Salz, Asche und Essig ausgekocht werden. Zum Kochen von Milch und Obst empfehlen sich Töpfe aus Bunzlauer Geschirr. Die Geräte müssen in jeder Weise geschont z. B. nie ohne Wasser oder Fett ans Feuer gestellt werden, ferner nach dem Gebrauche sorgfältig gereinigt und immer trocken gehalten werden, sonst gehen sie durch Rost vor der Zeit zu Grunde. Ist nur eine ganz kleine Stelle durchgerostet, so kann man diese noch durch Einnieten von einem Schuhnagel mit breitem Kopf eine Zeit lang erhalten. Glas und Porzellan kittet man mit Krystallkitt, Thongeschirre mit gleichen Theilen von gebranntem Kalk und weißem Käse, die man mit Wasser anmacht.

B. Kochrezepte.

a. Zubereitung des Fleisches.

1. Kochen des Fleisches.

Im Haushalte der weniger bemittelten Klassen wird das Fleisch am besten folgendermaßen gekocht: Ein Hauptvorteil ist es, daß das Fleisch einige Tage abgehängt und mit einem Holzhammer geklopft wird. Es wird dadurch viel mürber und zarter. Etwaige Knochenplitter werden sodann mit einem Messer abgekrazt und das Fleisch sehr schnell abgewaschen, damit keine Nährstoffe ins Wasser übergehen. Die zerspaltenen Knochen und geringere Stücke des Fleisches werden einige Stunden im Kochtopfe

in kaltem, gesalzenem Wasser stehen gelassen oder doch wenigstens mit kaltem, gesalzenem Wasser ans Feuer gesetzt und langsam bis zum Sieden erhitzt. (Die Fleischbrühe darf nicht abgeschöpft werden, denn die grauen Flocken sind edles Eiweiß.) Dann wirft man das bessere Stück in das strudelnde Wasser und läßt es einige Minuten kochen. (Dünne Stücke rollt man zusammen und umschlingt sie mit einem Bindfaden.) Dann läßt man das Fleisch nur ganz langsam weiter kochen. Man erreicht dies dadurch, daß man den Topf an eine vom Feuer entfernte Stelle bringt. Später fügt man Grünes und Wurzelwert zu. Die Zuthaten dürfen nicht zu frühe hinzukommen, sonst verflüchtigt sich ihr Aroma. Auf diese Weise erhält man eine gute Fleischbrühe und ein Fleisch, das nach dem Urtheil Sachverständiger einem Braten nicht nachsteht.

(Buch der richtigen Ernährung nebst Kochbuch v. Maria Ernst.)

2. Sauerfleisch.

Zwei Löffel Mehl werden mit 1—2 Zwiebeln in Fett gelb geröstet und mit kochendem Wasser oder Fleischbrühe aufgefüllt. Man giebt 2 Lorbeerblätter, einige Pfefferkörner und einige geschnittene Essiggurken nebst etwas Essig dazu. Das gekochte Fleisch wird in Stücke geschnitten und 10 Minuten mit der Sauce kochen lassen. (Kochbüchlein f. d. einf. Haushalt.)¹⁾

3. Sauerbraten.

Ein Kilo Rindfleisch legt man im Sommer 2—3 Tage, im Winter 4—5 Tage in Essig mit 3 Zwiebeln, 4 Lorbeerblättern, Nelken und Pfefferkörnern und dreht das Fleisch täglich um. Beim Zubereiten läßt man in einem Topf reichlich Fett heiß werden, legt das Fleisch hinein, schüttet den Essig mit daran und läßt ihn eindampfen. Man röstet einen Löffel voll Mehl gelb, der mit kochendem Wasser und Salz aufgefüllt wird und läßt das Fleisch damit aufkochen. Die Sauce wird durchgeschlagen. (Kochbüchlein f. d. einf. Haushalt.)

¹⁾ Mainz. Verlag von J. Diemer. 2. Auflage. 25 Pfg. Dieses äußerst praktische Büchlein sollte in keiner Arbeiterfamilie fehlen.

4. Süßer Rindsbraten.

Ein Kilo Rindfleisch läßt man mit 70 Gramm Fett von allen Seiten anbraten, dann giebt man $\frac{1}{2}$ Liter kochendes Wasser dazu, nebst Brot, Salz, Pfeffer, Muskat und läßt es bei gelindem Feuer reichlich dämpfen. Man rührt 1 Eßlöffel voll Mehl mit Wasser an und läßt dieses mit der Sauce aufkochen, die man durchschlägt. (Kochbüchlein f. d. einf. Haushalt.)

5. Leberklöße

Auf $\frac{1}{2}$ kg feingehackte Leber rechnet man etwa 2 eingeweichte, wieder gut ausgedrückte Semmel, 2 Eier, 3–4 Löffel voll feines Mehl, das nötige Salz, etwas Muskatnuß, feingewiegte und in Fett gedämpfte Zwiebeln und Petersilien. Man macht alles gut untereinander, legt mit einem Löffel längliche Klöße in kochendes Salzwasser und läßt sie etwa 10 Minuten aufkochen. Sollten die Klöße noch zerfahren, so muß noch mehr Mehl unter den Teig geschafft werden. Die Brühe, in der die Klöße abgekocht werden, kann man zur Suppe verwenden.

(Karlsruher Kochschule.)

6. Lungenmus oder Gekröse.

Eine Lunge oder ein Herz wird gut gehäutet, gewaschen und in Würfel geschnitten. Man macht in einem Topfe 70 Gramm Fett heiß, nebst feingeschnittener Zwiebel und einem Löffel Mehl, läßt dieses gelb rösten. Dann füllt man mit 1 Liter kochendem Wasser auf, fügt einen Eßlöffel Essig, Salz, Pfeffer, Lorbeerblätter und die in Würfel geschnittene Lunge hinzu. Das Ganze muß gleichmäßig auf gelindem Feuer kochen.

(Kochbüchlein f. d. einf. Haushalt.)

b. Fischspeisen.

7. Schellfische oder andere Fische zu kochen.¹⁾

Der Fisch wird rasch gewaschen, geschuppt und je nach Größe in 3–4 Teile zerlegt. Nochmals abgepült, thut man denselben

¹⁾ No. 7–12 nach dem Fischkochbüchlein der Fischhandlung Karstens und Co. in Ottensen bei Hamburg.

in stark gesalzenes Wasser. Sowie das Wasser zu kochen beginnt, ist der Fisch gar, weiter kochen darf er nicht. Zum Aufnehmen des Salzes läßt man ihn noch eine Weile im Fischwasser und richtet ihn recht heiß an. Man giebt gekochte, heiße Kartoffeln dazu, geschmolzene Butter (Fett) und guten Senf.

8. Grüne (frische) Heringe oder andere Fische zu braten.

Nachdem die Heringe gewässert und ausgenommen sind, trocknet man sie mit einem reinen Tuche ab, bestäubt sie mit einem Gemisch von Mehl und geriebener Semmel und brät sie in sehr heißem Fett, so daß sie braun und troß werden.

9. Getrockneter Stockfisch.

1½ Pfund Stockfisch genügt für 5 Personen. Derselbe wird tüchtig mit der Keule geklopft, jedoch nicht zerstückt und 3 Tage in Wasser gelegt, welches alle 3—4 Stunden erneuert wird und welchem man stets einen Theelöffel voll Soda hinzufügt. Dann zieht man die Haut ab und schneidet den Fisch in passende Stücke, setzt Wasser mit ein paar geschnittenen Zwiebeln darin aufs Feuer und thut, sobald dasselbe kocht, den Fisch hinein.

So läßt man ihn nur aufkochen und dann 5—10 Minuten ziehen. Nach dem Ausheben des Fisches muß besonders das Wasser gut abtropfen; man salzt den Fisch und giebt ihn mit brauner Butter und Senf zu Tisch, doch sind auch billigere Saucen nicht zu verwerfen; (statt Butter dient stets billiges Fett!)

(NB. Wird mehr Stockfisch gekocht als gegessen wird, so kann das Übrige in zurückgehaltener Brühe erwärmt oder auch als Salat angemacht werden.)

10. Kuschlemusch.

Kartoffeln werden in der Schale gekocht, wenn sie gar sind abgezogen, in Scheiben geschnitten und dann aus Fett, Zwiebeln, Mehl, Essig, Wasser, Salz und Pfeffer eine gebräunte Sauce gemacht; der vom vorigen Tage übrige Stockfisch wird von Gräten befreit, in Stücke geteilt und mit den Kartoffeln in der Sauce aufgekocht; als Zuluft dient Staudensalat. (Dies Gericht ist unter dem Namen „Kuschlemusch“ am Rhein in Bürgerfamilien sehr beliebt.)

(Dr. Reklam, Buch der vernünftigen Lebensweise.)

11. Pfannfisch.

(Sächs. Gericht vom übriggebliebenen Stockfisch.)

Der Fisch wird nach Angabe Nr. 9 zubereitet, von Haut und Gräten befreit und fein gehackt. Dann läßt man ein Stück Butter heiß werden, giebt ein gut Teil feingehackter Zwiebeln hinein und läßt sie zugebedekt weiß kochen, nicht braun braten, fügt den Stockfisch nebst Salz und gestoßenem Pfeffer hinzu und läßt ihn unter öfterem Durchrühren gut durchschmoren, wobei zuletzt Kartoffeln, welche in der Schale gekocht und kalt gerieben worden sind, hinzugefügt werden. (Schmeckt delikat! D. Vf.)

12. Heringskartoffeln.

Kartoffeln werden, nachdem sie recht rein gewaschen, in der Schale mit Wasser weich gekocht, die Schale abgezogen, in Scheiben geschnitten, jedoch so heiß als möglich gehalten. Unterdessen werden Zwiebeln in kleine Würfel geschnitten, mit Speck oder Fett gelb gebraten, Mehl dazu gerührt und Milch zugegossen, daß es eine sämige Sauce wird, die man mit Pfeffer und Salz abschmeckt, mit dem ausgegräteten, in feine Würfel geschnittenen Heringen und zuletzt mit den geschnittenen Kartoffeln vermischt. Das Gericht muß saftig, darf nicht steif gekocht werden.

(Dr. Meinert „Wie lebt man gut und billig?“)

c. Suppen.

13. Griessuppe.

Man bringt 3 Liter Wasser mit Salz tüchtig zum Kochen, läßt unter beständigem Rühren $\frac{1}{4}$ oder $\frac{1}{2}$ Pfd. feinen Griess einlaufen und giebt ein Stück Butter dazu. Vor dem Anrichten werden 2 Eier mit 1 Schoppen Milch verrührt und die Suppe dann hinzugeschüttet. (Kochbüchlein f. d. einf. Haushalt.)

14. Bohnen-, Linsen- und Erbsensuppe.

Man nimmt entweder 1 Pfd. oder, falls die Suppe noch für den Abend dienen soll, $1\frac{1}{2}$ Pfd. Linsen, Erbsen oder Bohnen zu dieser Suppe, läßt diese mit 2 Liter Wasser weich kochen, giebt Salz, Lauch oder Zwiebeln dazu. Man rührt 1 Löffel Mehl mit Wasser an und läßt dieses mit

der Suppe aufkochen. Vor dem Anrichten giebt man in Fett geröstetes Brot oder Zwiebeln dazu. (Zu Erbsen kann man auch $\frac{1}{4}$ oder $\frac{1}{2}$ Pfd. Reis mitkochen.)

(Kochbüchlein f. d. einf. Haushalt.)

15. Hafergrützsuppe.

Die Hafergrütze wird in Butter gelb geröstet, mit dem nötigen Wasser oder besser mit Fleischbrühe abgelöscht, das nötige Salz dazugegeben, die Suppe $\frac{3}{4}$ — 1 Stunde aufgekocht und über in Butter geröstete Brotwürfeln angerichtet, oder statt letzterem mit Rahm und Ei abgezogen.

(Karlsruher Kochschule.)

16. Gebrannte Mehlsuppe.

Man röstet das Mehl nebst einem Stück Zucker in heißer Butter schön braun, löscht dies mit kaltem Wasser ab; wenn das Mehl schön glatt ist, gießt man das nötige warme Wasser dazu, giebt feingeschnittenes Schwarzbrot, das nötige Salz, nach Belieben etwas Kümmel hinein und läßt die Suppe $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Stunde aufkochen.

(Karlsruher Kochschule.)

17. Kartoffelsuppe.

Rohe Kartoffeln werden geschält, in Sätze zerschnitten, gewaschen, in Salzwasser wenig gekocht, durchgetrieben, in dieselbe Brühe gegeben, nebst einem Stück Butter und dem noch fehlenden Salz noch eine Weile aufgekocht und über Brotwürfel angerichtet.

(Karlsruher Kochschule.)

18. Reissuppe.

Der Reis wird mit kochendem Wasser angebrüht, das Wasser abgegossen, dann in einem Topf mit Wasser auf das Feuer gesetzt; wenn das Wasser eingekocht ist, kommt ein Stückchen Butter dazu und wird so nach und nach mit Fleischbrühe aufgefüllt, bis er völlig weich ist. Vor dem Anrichten wird die Suppe mit Ei abgezogen. Auf die Person rechnet man einen starken Eßlöffel voll Reis. (Haushaltungsschule Neckarbischofsheim.)

19. Zwiebelsuppe.

Die geschälten Zwiebeln werden in Scheiben geschnitten, im Kochgeschirr mit Fett $\frac{1}{4}$ Stunde geschmort, Mehl darüber

gestreut und unter fortwährendem Umrühren das Mehl 5 Minuten geschwift. Alsdann gießt man reichlich Wasser dazu, quirlt das Mehl damit klar, läßt die Suppe noch $\frac{1}{4}$ Stunde kochen und würzt sie mit Salz und gestoßenem Pfeffer.

(Dr. Meinert: „Wie lebt man gut und billig?“)

20. Brotsuppe mit Kummel.

Überbleibsel und Abfälle von Schwarz- oder Weißbrot werden mit Wasser bedeckt mehrere Stunden hingestellt. Alsdann gießt man so viel Wasser hinzu, als man eben Suppe braucht, thut 2 Löffel verlesenen, gewaschenen Kummel dazu und läßt es kochen, treibt die Suppe durch ein grobes Sieb, giebt etwas Rinderfett oder Butter dazu, das nötige Salz, und wenn man sie recht gut zu haben wünscht, rührt man sie mit 3 Löffel Milch, worin man 1 Ei klar gequirlt hat, ab.

(„Das Hauswesen“, v. A. Kuz, Hannover.)

21. Brotsuppe mit Milch.

Brotresten, mit Wasser weich gekocht und durchgeschlagen, setzt man eine entsprechende Quantität Milch zu, giebt ein wenig Zucker und das nötige Salz daran und läßt die Suppe aufziehen, aber nicht mehr kochen, weil die Milch bei längerem Kochen leicht gerinnen kann. Auch diese Suppe wird sehr verbessert, wenn man sie zuletzt mit einem zerquirlten Ei abrührt.

(Karlsruher Kochschule.)

22. Rahmsuppe.

Feingehacktenes Brot wird in etwas Butter geröstet, mit Wasser abgelöscht, gesalzen, gut abgekocht und kurz vor dem Anrichten der vertlepperte Rahm dazugerührt und einige Minuten mitgekocht.

(Karlsruher Kochschule.)

d. Gemüse.

23. Sauerkraut.

Daselbe wird mit kaltem Wasser aufs Feuer gesetzt und weich gekocht; dann läßt man Fett heiß werden, etwas Mehl und Zwiebel leicht anziehen, löscht es ab, giebt das Kraut dazu, verbünnt es so viel wie nötig und läßt es noch eine Weile dämpfen; oder man kocht ein Stück Schweinefleisch darin und rührt dann ein Mehlteiglein ein.

(Karlsruher Kochschule.)

24. Bayerisch Kraut.

Das Kraut wird fein geschnitten, einige Stunden vor dem Gebrauch gesalzen und nach Belieben etwas Kümmel dazu gegeben; alsdann läßt man Fett heiß werden, Zwiebeln leicht anziehen, giebt das Kraut hinein, streut ein wenig Mehl darüber, gießt einige Löffel voll Wein oder Essig dazu, auch etwas Wasser oder Fleischbrühe und läßt es weich dünsten. (Karlsruher Kochschule.)

25. Wirsing.

Man kocht 2—3 Köpfe, die man gut gepulvt und gewaschen hat, in kochendem Salzwasser und schüttet sie auf ein Sieb zum Ablassen. In Fett läßt man einen Löffel Mehl und feingeschnittene Zwiebeln gelb werden, füllt es mit kochendem Wasser oder Fleischbrühe auf, fügt Salz, etwas Muskat nebst dem ausgebrühten Gemüse dazu, und läßt es tüchtig aufkochen. (Kochbüchlein für den einfachen Haushalt.)

26. Weißkraut zu kochen.

1 — 2 Köpfe Weißkraut werden auf dieselbe Art zubereitet. (Kochbüchlein für den einfachen Haushalt.)

27. Spinat.

Der Spinat wird verlesen, gewaschen und in Salzwasser weich gekocht; dann wird er in kaltes Wasser gelegt, fest ausgedrückt und mit einem Schöpflöffel Fleischbrühe oder Wasser fein gewiegt. Hierauf wird in einem Stück Butter eine feingeschnittene Zwiebel, ein Kochlöffel Mehl braun geröstet, der Spinat darin gedämpft und mit Fleischbrühe abgelöscht und eine halbe Stunde gekocht. Ebenso wird der Mangold gemacht, nur daß vor dem Anrichten Essig daran gegossen wird und dann noch ein wenig gekocht. Schweinebraten, Bratwurst und gebadene Eier werden dazu gegeben.

(Karlsruher Kochschule.)

28. Grüne Bohnen.

Es wird ein Kochlöffel Mehl mit einer feingeschnittenen Zwiebel braun geröstet, Muskat und ein Zweig Bohnenkraut dazu gethan. Wenn es kocht, kommen die rohen Bohnen hinein und man läßt sie weich kochen. Es werden Hammelbraten, Schweinebraten, Eierhaber oder gefüllte Pläddchen dazu gegeben. (Haushaltungsschule Nectarbischofsheim.)

29. Salzgurken.

Halbgroße Gurken werden in frisches Wasser gelegt (etwa 24 Stunden); man nimmt sie dann heraus und trocknet sie gut ab; der Boden eines steinernen Topfes wird mit Reblaub belegt, dann folgen eine Lage Gurken, etwas Esdragon, Fenchel und ganzer Pfeffer, dann wieder Gurken u. s. f. bis der Topf voll ist. Auf 1 Liter Wasser rechnet man $1\frac{1}{2}$ Schoppen Weinessig und 4 — 5 Hand voll Salz. Dies wird so lange gepetischt, bis das Salz aufgelöst ist, dann über die Gurken gegossen, leicht beschwert, zugebunden und an einem kühlen Orte aufbewahrt.
(Karlsruher Kochschule.)

30. Salzbohnen.

Die Bohnen werden gepuzt, der Bast abgezogen, geschnibelt; man giebt in einen Ständer Reblaub, etwas Bohnenkraut, dann eine Lage rohe Bohnen, streut Salz darüber, wieder Bohnen u. s. f. bis der Ständer voll ist (auf 10 Pfd. Bohnen etwa 1 Pfd. Salz). Oben darauf legt man wieder Reblaub, dann ein Tuch, nachher passende Brettchen und beschwert nun die Bohnen; sollten sie nicht genug Brühe ziehen, so gießt man noch Salzwasser dazu.
(Karlsruher Kochschule.)

31. Sauerkraut.

Daselbe wird aus Weißkraut hergestellt; die äußeren grünen und sonst schlechten Blätter werden entfernt, die Dorsen ausge schnitten und die so hergerüsteten Köpfe mit einem Krauthobel fein geschnitten. Der gut gereinigte Ständer wird mit etwas Salz bestreut; man giebt nun eine Lage Kraut hinein, die recht fest eingedrückt oder eingestampft und mit dem nötigen Salz überstreut wird; in dieser Weise wird fortgefahen. Die letzte Lage des Krautes wird mit großen Blättern belegt, dann mit passend zugeschnittenen Brettern bedeckt und mit saubern Steinen beschwert. Wenn nach 2 Tagen das Wasser nicht über die Bretter geht, gießt man noch genügend Salzwasser hinzu.
(Karlsruher Kochschule.)

32. Kartoffeln mit der Schale schmackhaft zu kochen.¹⁾
Mittelgroße Kartoffeln werden sorgfältig gewaschen, womög-

¹⁾ Nach dem Rezept von Frau Lina Morgenstern, der weit und breit bekannten und hochgeachteten Schöpferin der trefflichen Berliner Volksküchen.

lich in einem eisernen Topf mit Wasser bedeckt, halb gar gekocht, trocken abgegossen, mit etwas Salz bestreut, fest zugedeckt, an nicht starkem Feuer (am besten heißer Asche oder Kohlen) so lange gebraten, bis sie ganz weich geworden und Krüstchen erhalten haben.

33. Petersilienkartoffeln.

Rohe Kartoffeln werden geschält und gewaschen in Scheiben geschnitten; dann läßt man in einem Topfe Butter heiß werden, einige Kochlöffel voll Mehl nebst feiner Zwiebel und Petersilie leicht anziehen und lösch es mit Wasser oder Fleischbrühe ab. Dann giebt man die Kartoffelplättchen dazu, welche auch vorher in Salzwasser abgekocht werden können, verdünnt sie noch so viel wie nötig, giebt Salz hinein und dämpft sie weich. Vor dem Anrichten kann man noch einige Löffel Rahm hinzufügen.
(Karlsruher Kochschule.)

34. Saure Kartoffeln.

Man röstet Mehl in heißer Butter braun, lösch es ab mit Wasser, rührt glatt, giebt das nötige Salz, eine mit Nellen besteckte Zwiebel, Lorbeerblatt und einige Pfefferkörner dazu. Nach und nach verdünnt man die Sauce mit Wasser oder Fleischbrühe, fügt einige Löffel Essig hinzu und läßt dieselbe einige Zeit kochen. Dann giebt man die gewaschenen, geschälten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln hinein und läßt sie weich kochen oder man giebt, wenn die Sauce bereits genug gekocht hat, gesottene Kartoffelplättchen hinein.
(Karlsruher Kochschule.)

35. Kartoffelbrei.

Rohe Kartoffelschnitzeln werden in Salzwasser weich gekocht und durchgetrieben. Dann giebt man ein Stück frische Butter oder Fett dazu, verdünnt den Brei so viel als nötig mit Milch, fügt das nötige Salz hinzu und rührt ihn recht schäumig.
(Karlsruher Kochschule.)

36. Erbsenbrei.

Die Erbsen werden lange eingeweicht, mit kaltem Wasser aufs Feuer gesetzt, weich gekocht und durchgetrieben. Dann röstet man einige Kochlöffel Mehl in heißer Butter gelb, lösch es ab, giebt die durchgetriebenen Erbsen dazu, verdünnt den Brei mit

Wasser, fügt Salz hinzu, rührt ihn tüchtig und läßt ihn noch eine Weile kochen.
(Karlsruher Hochschule.)

37. Kartoffelpfannkuchen (Kleine Puffer.)

Große mehreiche Kartoffeln werden geschält, gewaschen und fein gerieben. Mit einem Löffel schöpft man das reichlich austretende Wasser ab. Hat man noch gekochte Kartoffeln vom vorhergehenden Tage stehen, reibt man auch diese dazu, wodurch die Puffer sehr verbessert werden. Dann giebt man für 6 Personen das nötige Salz, 3 — 4 Eier, 4 Löffel voll dicke, saure Sahne dazu, mischt mit einem Holzlöffel alles recht gut und bäckt die Puffer sofort.

(„Das Hauswesen“ von A. Kuz.)

38. Kartoffelschnitz.

Man schäle rohe Kartoffeln und schneide sie in nicht zu kleine Stücke, setze sie mit kaltem Salzwasser, das darüber gehen muß, auf das Feuer, bedeck den Topf zu, und wenn sie zerfallen wollen, so stürze man sie auf die Schüssel und schmelze sie mit Schmalz zu gebräunten Zwiebeln oder geriebenem Brote. Selleriewurzeln damit gesotten, nachher in Scheiben geschnitten und um die Kartoffeln herumgelegt, passen auch dazu.

Statt sie zu schmelzen, kann man auch Brühe von gekochtem Schweine-, Hammel- oder Rindfleisch darüber gießen und etwas Kümmel oder feingewiegte Petersilie dazu thun. Man ist sie zu Schweine- oder Hammelfleisch.

(„Das Hauswesen“ von S. Kübler.)

39. Geröstete Kartoffeln.

Man schneide die gesottenen Kartoffeln in Scheibchen, lasse Butter, Gänsefett oder Schweinefett in einer Kachel zergehen, thue sie nebst etwas Salz und Pfeffer dazu und lasse sie hübsch gelb braten. Man kann auch etwas Schnittlauch und einen gereinigten und zerschnittenen Hering oder Petersilie und Schalotten dazu nehmen.

Kleine ganze Kartoffeln kann man auch bloß schälen und ganz braten wie oben; nur müssen sie oft gerüttelt werden. Streut man über diese Bratkartoffelchen während des Bratens einen Theelöffel voll Zucker, so erhalten sie dadurch einen schönen Glanz.
(Das Hauswesen v. S. Kübler.)

40. Milchreis.

Der Reis wird mit siedendem Wasser angebrüht, im Wasser aufgekocht und mit Fett verrührt, nach und nach gekochte Milch daran gegossen und Zucker hinzugethan, bis er süß genug ist. Ist der Reis ganz weich gekocht, so wird er angerichtet und mit Zucker und Zimmt bestreut. (Karlsruher Kochschule.)

41. Milchhirse.

Wie Nr. 40.

42. Dürre Bohnen.

1½ Pfd. Bohnen werden in 2 Liter Salzwasser weich gekocht, gut verrührt oder durchgeschlagen. Beim Anrichten werden sie mit in Butter geröstetem Brot begossen. Auch kann man 1 Pfd. fettes Schweine- oder Hammelfleisch mit den Bohnen langsam kochen lassen.

(Kochbüchlein f. d. einf. Haushalt.)

43. Linsen oder Erbsen.

Werden ebenso gekocht wie Bohnen; man kann kleine Würstchen oder Schweinefleisch damit aufkochen lassen.

(Kochbüchlein f. d. einf. Haushalt.)

44. Zubereitung der Pilze.¹⁾

Zum Schmoren der Pilze, bringt man die Pilzstücke, ohne Wasser zugegeben, in eine Pfanne über das Feuer, setzt Fett und Salz dazu und rührt öfters um. Während des Schmorens kann man auch nach Belieben zusetzen; Pfeffer, Zwiebel, Knoblauch, Petersilie, Muskatnuß, Kümmel, Rahm, Eier, Wein und Essig.

(Dr. Köll, die 24 häufigsten Pilze.)

45. Nudeln.

Man macht von 1 Pfd. Mehl, 3 — 4 Eier, wenn nötig einigen Tropfen Wasser, einen festen Teig, schafft denselben so

¹⁾ Die Pilze kann man als Gemüse zubereiten, indem man die Pilzstücke mit Wasser, Salz und Pfeffer kocht, etwas geröstetes Mehl und Petersilie zusetzt und nochmals aufkocht. Ferner als Pilzpfanne. Diese wird aus gekochten Pilzen bereitet, die man fein wägt und mit Eiern und Butter, sowie mit in Milch geweichten Semmelstückchen zusammenrührt und in einer Pfanne bäckt. Die Pilze geben auch einen feinen Salat!

lange, bis er zart anzufühlen und beim Durchschneiden löcherig ist, walt hernach papierdünne Kuchen, läßt diese trocknen und schneidet sie alsdann in lange Riemen, legt sie in kochendes Salzwasser und läßt sie einige Walle aufkochen. Dann nimmt man sie heraus, läßt sie gut abtropfen, legt sie auf eine warmgestellte Platte und schmälzt sie mit Butter und gelben Nudeln.
(Karlsruher Kochschule.)

46. Griestlöße.

Gries und Mehl werden in kochende Milch, worin etwas Salz ist, gerührt; (zu 2 Liter Milch etwa $1\frac{1}{4}$ Pfd. Gries und stark $\frac{1}{3}$ Pfd. Mehl.) Man kocht dies zu einem steifen Brei, nimmt die Masse auf ein feuchtes Nudelbrett, wellt davon einen Kuchen, läßt ihn erkalten, schneidet vieredige Stücke und backt sie in heißem Fett schön gelb.
(Karlsruher Kochschule.)

47. Spähle.

Zu 1 Pfund Mehl 2 — 3 Eier, etwas Salz und das nötige lauwarme Wasser. Man macht einen ziemlich festen Teig, schafft ihn so lange mit dem Kochlöffel, bis er Blasen bekommt und sich von der Schüssel löst, nimmt nun einen Teil des Teiges auf ein Brett, schabt mit einem Messer lange dünne Spähle in kochendes Salzwasser; wenn sie aufschäumen, nimmt man sie heraus, legt sie in warmes Salzwasser und wenn sie wieder gut abgeschüttet sind, werden sie mit heißer Butter und darin gelb gemachtem Weckmehl geschmälzt. Oder die Spähle werden langsam auf schwachem Feuer gebraten. Die Brühe wird zu Suppen mit verwendet.
(Karlsruher Kochschule.)

48. Pfannkuchen.

Man rührt $\frac{1}{2}$ Pfd. Mehl mit $\frac{1}{2}$ Liter abgerahmter Milch, 2 Eiern und etwas Salz zu einem nicht zu steifen Teige an, läßt in einer Pfanne Fett recht heiß werden und schüttet einen Löffel voll Teig hinein. Man backt die Kuchen auf beiden Seiten auf einem recht raschen Feuer.
(Kochbüchlein f. d. einf. Haushalt.)

e. Salate.

49. Lattichsalat.

Man streut Salz und Pfeffer darüber, gießt je nach der Portion 2 — 3 Eßlöffel voll Öl daran, macht dies mit dem

Salat gut durcheinander, dann kommt ebensoviel Essig wie Öl dazu und wird noch einmal mit der Gabel und dem Löffel gut untereinandergemengt. Wer den Schnittlauch liebt, nimmt einige Messerspitzen voll, zartgeschnitten, unter den Salat. Auch sind die verschiedenen Salatkräuter, als Esdragon, Pimpernelle und Borage sehr beliebt.

50 — 52. Gurken- Bohnen- und Endivien Salat.

Wie der vorige.

53. Kartoffelsalat.

Die Kartoffeln werden gekocht, wenn sie kalt aber noch weich sind, in dünne Rädchen geschnitten und in der bezeichneten Weise mit Essig und Öl angemacht. Man kann auch Sering, gereinigt und in Stücke zerschnitten, darunter mischen.

(Karlsruher Kochschule.)

I. Backwerk.

54. Buttergebäckenes.

$\frac{1}{2}$ Pfd. Mehl, $\frac{1}{4}$ Pfd. Butter, $\frac{1}{4}$ Pfd. Zucker, der Saft und die feingewiegte Schale einer halben Zitrone und 3 Eigelb werden auf dem Nudelbrett mit einander gemengt, ausgewellt, mit Formen ausgestochen, hierauf mit Eigelb bestrichen, mit Zucker bestreut und bei guter Hitze gebacken.

(Karlsruher Kochschule.)

Anhang.

Krankenpflege.

Die Hausapotheke.

Folgende Hausmittel können, wenn man sie sofort zur Hand hat, einer Familie unschätzbare Dienste leisten:

1. Der Notverband von Prof. v. Nussbaum, in jeder Apotheke à 50 Pfg. erhältlich, andernfalls von Gebr. Stiefenhofer, München, Mittersendling. Bei Wunden jeder Art, sowie beim Biß toller Hunde oder giftiger Schlangen oder bei Insektenstich sofort angewendet, verhütet er jede Blutvergiftung