

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

A. Straßer's deutsches Preis-Kochbuch

Straßer, A.

Freiburg i. B. ; Leipzig, 1894

I. Über Krankenkost im Allgemeinen.

urn:nbn:de:bsz:31-56535

Der Tisch für Kranke und Genesende.

I.

Über Krankenkost im Allgemeinen.

Von Frau Th. Pelissier, Frankfurt a. M.

(Preisgekrönt.)

Von allen Kranken sind Magenleidende naturgemäß am schwierigsten zu verpflegen. Gerade deshalb aber läßt sich mit ziemlicher Sicherheit voraussetzen, daß eine Ernährungsart, die sich bei einem Magenkranken bewährt hat, in vielen anderen Krankheitsfällen sich als zweckmäßig und wohl niemals schädlich erweisen wird. Selbstverständlich ist bei der Verköstigung Kranker in erster Linie die Vorschrift oder das Gutdünken des behandelnden Arztes maßgebend. Wenn der Arzt nun aber im allgemeinen auch seine Bestimmungen hinsichtlich der Ernährung seiner Patienten trifft, so kann doch nicht von ihm verlangt werden, daß er, namentlich im Stadium der Refonvalescenz, den Speisezettel täglich bis ins Einzelne festsetzt.

Bei Schwerkranken, deren Appetit in der Regel darnieder liegt, ist man in der Auswahl der Gerichte natürlich sehr beschränkt. Hier gilt es besonders, durch möglichste Abwechslung die Gflust zu erwecken, doch hüte man sich sehr, einem Kranken zuviel des Guten auf einmal vorzusetzen. Patienten erschrecken bei dem Anblick größerer Quantitäten, in dem Gedanken, dieselben aufzehren zu sollen. Viel richtiger ist es, einem Kranken nur eine bescheidene Portion zu reichen und ihm dabei zu sagen: „Wenn es dir schmeckt, kannst du mehr davon erhalten.“ Besonders in der Zeit der Erholung, wo der Appetit in den meisten Fällen ein sehr reger zu sein pflegt, liegt die Gefahr, den Kranken zu überfüttern, sehr nahe. Die Freude der Umgebung über die zunehmende Gflust und darum zunehmende Kräftigung nach oft langen, traurigen Wochen ist ja so begreiflich, und ebenso begreiflich ist es, daß dann gar leicht der Fehler gemacht

wird, dem Leidenden zum Essen zuzureden, anstatt ihm zu bedenken zu geben, daß allzuviel ungesund ist.

Schon mancher Rückfall mit dem allertraurigsten Ausgange ist durch Diätfehler entstanden, denn die Gefahr eines Zustandes wird ja durch Wiederholungen stets erhöht und gleichzeitig die Widerstandsfähigkeit der Patienten geschwächt. Also im Stadium der Erholung muß es ganz besonders als Richtschnur gelten, den Patienten nur in mäßigen Quantitäten, aber in nicht zu langen Zwischenräumen Nahrung nehmen zu lassen.

Man kann einem Genesenden ohne Schaden für dessen Gesundheit alle zwei bis drei Stunden einen Imbiß darreichen. Selbstverständlich muß bei einem Leidenden noch mehr, als dies gewöhnlich schon der Fall sein sollte, auf allerbeste Qualität der zur Verwendung gelangenden Lebensmittel Bedacht genommen werden.

Man muß oft wochenlang einen Kranken ohne Fleischnahrung bei Kräften erhalten. In solchem Falle ist Fleischsaft mehrmals des Tags, warm oder auch kalt, löffelweise genommen, ein empfehlenswertes Stärkungsmittel. Sehr nahrhaft ist auch ein Brei von in Milch gekochter Haferrübe zum zweiten Frühstück oder Abendessen; dieser Speise werden selbst sonst sehr schwer zu verdauliche Patienten niemals überdrüssig.

Das nahrhafteste Frühstückgetränk für leichte Kranke und Genesende ist Cacao und zwar ist davon der holländische am besten geeignet.*) Diesem kann zur Erhöhung des Nährwertes und ohne daß dadurch sein Geschmac in wahrnehmbarer Weise sich verändert, ein Eigelb beigefügt werden. In schweren Krankheitszeiten ist Milch, wenn sie vertragen wird oder der Kranke nicht einen ausgesprochenen Widerwillen gegen dieselbe hat, geeigneter; Thee hingegen wird beinahe immer vertragen und auch meist gern genommen.

Sehr günstig auf die Verdauung Kranker wirkt gekochtes Obst. Dieses giebt man anfänglich in Breiform, später frischgekochte oder Dunstfrüchte jeder Art; vielleicht einmal täglich oder zur Mittags- und Abendmahlzeit, je nach Bedarf. Mit Fleisch beginnt man bei Hühnern, Tauben und Kalbfleisch, diesen folgt Ochsenfleisch in verschiedener Zubereitung, Hase, Reh, Feldhuhn, einige Fischarten, roher Schinken.

*) Sehr empfehlenswert ist der von Wittekop & Co. in Braunschweig hergestellte „Cacao mit Löwenmarke“; ebenso der mit den höchsten Preisen ausgezeichnete „Cacao Sobtzid“ aus der Fabrik von Franz Sobtzid, königlicher Hoflieferant in Ratibor, sowie der anerkannt vorzügliche Cacao von Gebrüder Stollwerck, Hof-Chokoladefabrikanten in Köln.

Schweinefleisch, Wasservögel, als Gans, Ente, die meisten Fische sind Kranken beinahe niemals gestattet

Mit Gemüse macht man bei Kartoffel-, auch Kastanienbri den Anfang; später sind Gelb- und Weißrüben, Spargeln, Schwarzwurzeln, Blumenkohl und Spinat erlaubt. Wenig zur Krankenkost eignen sich dagegen Erbsen, Bohnen und die mannigfachen Kohllarten.

Bei der Zubereitung sämtlicher Speisen für Kranke dürfen nicht zu reichlich Gewürz und Fett in Anwendung gebracht werden, ebenso wie man die Speisen auch nur ganz wenig salzen darf.*)

Gerne nehmen Genesende zum zweiten Frühstück oder des Abends zum Thee ein belegtes Butterbrötchen. Hier hat man reiche Auswahl an Sardellenbutter, Kaviar, Göttinger Wurst, rohem Schinken, kaltem Braten. Frische Eier, weichgekocht, sind dem ersten oder zweiten Frühstück einzuverleiben, wenn man zu letzterem nicht eine Tasse Kraftbrühe mit Ei vorzieht; auch Nühreier können gegeben werden.

Bei Getränken kommt außer der ärztlichen Verordnung sehr die Neigung des Leidenden in Betracht. Milch, Thee, Cacao sind wie schon erwähnt, meist zuträglich, dagegen nicht häufig Kaffee. Von Weinen sind in der Regel französische Rotweine die für Kranke geeignetsten. Letztere lieben auch oft ein Gläschen Südwein zum zweiten Frühstück, während man Rotwein zu den Hauptmahlzeiten reicht. Daß bei dem Genuße geistiger Getränke seitens Kranker und Genesender auch wieder große Vorsicht beobachtet werden muß, versteht sich von selbst.

Ohne Zweifel erscheint einem großen Teile der Leserinnen alles oder das meiste des in vorstehenden Zeilen Angeführten als etwas „Selbstverständliches“. Vielleicht aber findet sich unter der Zahl, namentlich der jüngeren Leserinnen, doch gar manche in Krankenpflege unerfahrene Frau. Solchen nach Kräften zu nützen und ihnen vielleicht in traurigen Zeiten eine schwere Sorge abnehmen zu können, ist der Zweck dieser einfachen Zusammenstellungen.

*) Ich mache hiermit auf den Entsalzungs- (Osmose-) Apparat von Herrn Dr. G. Fr. Meyer in Braunschweig (s. Inserat) aufmerksam, welchen ich zum Entsalzen von verschiedenen versalzenen Speisen, wie auch von Pöfelfleisch, Heringen und anderen Fischen u. dgl., ohne daß sie ihren Nährwert verlieren, geprüft habe und hiermit empfehle.

C. D. Fleischhauer, Küchenmeister.

Speisezettel für zwei Wochen für Patienten bei fortschreitender Genesung.

1. Tag.

- I. Frühstück: Thee mit mehr oder weniger Milch, oder auch nur Milch; hierzu einige Zwiebäde.
 II. Frühstück: Tasse Bouillon mit Ei.
 Mittagessen: Schleimsuppe mit einem Theelöffel Fleischpepton.
 4 Uhr: Milch oder Thee mit Zwiebad oder einigen Albertbiscuits.
 Abendessen: Ein Teller Suppe mit Eigelb.

2. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Ein weiches Ei, einige trocken geröstete Weißbrotschnitten.
 Mittagessen: Hühnersuppe mit Reis, Mus von durchgedrückten Apfelschnitten.
 4 Uhr: Wie oben.
 Abendessen: Milchgriesmehl (Griesbrei).

3. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Kraftbrühe mit Ei, Weißbrotschnitten.
 Mittagessen: Sagosuppe mit Pepton, gestobtes junges Läubchen.
 4 Uhr: Wie oben.
 Abendessen: Hühnersuppe vom Tage vorher.

4. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Zwei weiche Eier, ein Gläschen Südwein, einige Weißbrotschnitten.
 Mittagessen: Schleimsuppe, Kalbsmilchen, Püree von durchgedrückten Backpflaumen.
 4 Uhr: Wie oben.
 Abendessen: Brei von in Milch gekochter Hafergriße.

5. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Eine Tasse Bouillon mit Ei, ein Butterbrötchen.
 Mittagessen: Schleimsuppe mit Pepton; ein halbes Hähnchen, Kartoffelbrei, ein Glas Rotwein.
 4 Uhr: Zwetschken- oder Apfelpüree mit Weißbrotschnitten oder Butterbrötchen.
 Abendessen: Thee oder Milch, ein halbes kaltes Hähnchen.

6. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Butterbrötchen, ein Ei, weich gekocht, Hafergriße in Milch gekocht, ein Gläschen Südwein.
 Mittagessen: Klare Fleischsuppe, gestobtes Kalbsfleisch, Kompott, ein Glas Rotwein.
 4 Uhr: Thee oder Milch mit Butterbrötchen.
 Abendessen: Suppe, weiches Ei, roher Schinken, fein verwiegt.

7. Tag.

- I. Frühstück: Thee oder Cacao mit Brötchen, Biscuits oder Zwieback.
 II. Frühstück: Bouillon mit Ei, Brötchen mit übrigem verwiegem Schinken ein Gläschen Suidwein.
 Mittagessen: Hühnersuppe mit Eiermudeln, das Hühnerfleisch in Weinsauce, ein Glas Rotwein.
 4 Uhr: Kompott mit Brötchen.
 Abendessen: Thee oder Milch, einige Scheiben gesalzene Ochsenzunge.

8. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Hühnerbrühe mit Ei, Kaviarbrötchen, ein Gläschen Portwein.
 Mittagessen: Schleimsuppe, Beefsteak mit Kompott, Rotwein.
 4 Uhr: Thee oder Milch mit Zwieback oder Butterbrötchen.
 Abendessen: Suppe, Müsli.

9. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Bouillon mit Ei, Sardellenbutter-Brötchen, ein Gläschen Suidwein.
 Mittagessen: Schleimsuppe, Kalbsbraten mit Kompott, Rotwein.
 4 Uhr: Thee oder Kaffee mit einigen Biscuits und Zwiebacken.
 Abendessen: Milchreis, kalten Kalbsbraten, ein Glas Rotwein.

10. Tag.

- I. Frühstück: Wie gewohnt.
 II. Frühstück: Bouillon mit Ei, Zungenbrötchen, Portwein.
 Mittagessen: Suppe, Rostbeef mit Kartoffelbrei, Rotwein.
 4 Uhr: Kaffee.
 Abendessen: Kompott mit Brötchen oder Zwieback, Thee oder Milch mit weichen Eiern und kaltem Braten.

11. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Hafergrütze in Milch gekocht, Portwein.
 Mittagessen: Klare Suppe, gebratene Taube, Kompott, Rotwein.
 4 Uhr: Kaffee mit Zwieback, Biscuits.
 Abendessen: Suppe, roher Schinken, kalter Braten, Rotwein.

12. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Bouillon mit Ei, Kaviarbrötchen, Suidwein.
 Mittagessen: Suppe, Kalbshirn in Weinsauce mit Reisgemüse, gefüllte Omelette, Rotwein.
 4 Uhr: Kaffee mit Zubehör.
 Abendessen: Suppe, Beefsteak mit Kompott, Rotwein.

13. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Bouillon mit Ei, Sardellenbrötchen, Portwein.
 Mittagessen: Schleimsuppe, eine halbe Poularde mit Kompott.
 4 Uhr: Kaffee mit Zubehör.
 Abendessen: Oriesbrot in Milch, kalter Hahn, Rotwein.

14. Tag.

- I. Frühstück: Wie oben.
 II. Frühstück: Zwei weiche Eier, Butterbrötchen, Süßwein.
 Mittagessen: Reisuppe, Hammelbraten mit Kastanien, Rotwein.
 4 Uhr: Kaffee mit Zubehör.
 Abendessen: Suppe oder Thee mit kaltem Fleisch, Rotwein.

15. Tag.

- I. Frühstück: Wie gewohnt.
 II. Frühstück: Weiche Eier, Bratenbrötchen, Portwein.
 Mittagessen: Suppe, Kalbsmilchen mit Kartoffelbrei, Karthäuserflöße mit Kompott, Rotwein.
 4 Uhr: Kaffee mit Zubehör.
 Abendessen: Thee, Nühreier und Schinken.

Bei soweit vorgeschrittener Verköstigung eines Genesenden kann dieser wohl allmählich wieder am Familieneffen teilnehmen, namentlich wenn im Anfange noch einige Rücksicht auf die seitherige Ernährungsweise des ehemaligen Patienten genommen wird.

Ebensowohl dem Tische der Gesunden, als auch der Krankenstiche dienen Maggi's Nahrungsmittel, insbesondere Maggi's Fleischextrakt in einzelnen Portionen. Die Maggi'schen Produkte sind auf vielen Ausstellungen mit ersten Preisen ausgezeichnet worden.