

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Über das Einmachen und Frischhalten von Krankenkost

Kautz, Luise

Karlsruhe, 1912

Schluß.

urn:nbn:de:bsz:31-56768

Konfekt läßt sich auch für das ganze Jahr frischhalten. Man setzt es trocken in die Gläser und sterilisiert 20 Minuten bei 80°.

22. Eiergelee.

Ein Liter Milch, 4 ganze Eier, 5 Eidotter, etwas abgeriebene Zitrone, Zucker und Zimt schlägt man tüchtig miteinander und gibt es dann in eine tiefe Schüssel, füllt das Eiergelee in $\frac{1}{4}$ Liter-Sturzgläser und sterilisiert 30 Minuten bei 90°. Wenn es erkaltet gestürzt ist, bestreut man es mit Zucker. Man serviert es mit einer Weinsauce oder auch mit sterilisiertem Fruchtsaft.

23. Auflauf von Biskuitmasse.

Man rührt vier ganze Eier mit 200 Gramm feingesiebtm Zucker, auf dem man die Schale von einer halben Zitrone abgerieben hat, eine halbe Stunde lang. Dann gibt man nach und nach 200 Gramm feingesiebtm Mehl hinzu und rührt noch 20 bis 30 Minuten. In einer Rührschüssel ist die Rührzeit kürzer. Nun füllt man den Teig in Sturzgläser No. 6C, welche man mit Butter und Semmelbröseln ausgestrichen hat, halb voll, da der Teig sehr steigt, stellt die Gläser in den Apparat und diesen in den Sterilisiertopf, der 5 cm hoch mit heißem Wasser gefüllt ist, und backt den Auflauf im Dampf eine Stunde bei 100°.

Torten, Hefekuchen, Mürbteig und Diätbrot lassen sich in Gläsern frischhalten. Rezepte sind in den Kochbüchern enthalten.

Schluß.

So hätte ich denn meine Wanderung durch das Gebiet der Hauseinmachkunst für Krankenkost zurückgelegt. Der Führer verfolgt den Zweck, den freundlichen Leser in die neue Diätküche einzuführen, um in einigen Rezepten zu zeigen, wie leicht diese auszuführen ist.

Reinlichkeit fördert das Gelingen der Arbeit. Uebereifer und Aengstlichkeit tragen die Hauptschuld an einem Mißlingen. Gewöhnt man sich an ruhiges Arbeiten und geht dabei mit viel Ueberlegung zu Werke, dann wird man Erfolg, Ersparnis und Freude haben. Es liegt noch soviel edle Frauenkraft brach; sie zu wecken zum Besten unserer Volksgesundheit ist ein hohes Ziel. Möchte doch jede nach ihren Anlagen und Verhältnissen befähigte Frau nicht die Zeit und Mühe scheuen, die das Erlernen der Frischhaltung erfordert; möchte jede es als ihre Pflicht betrachten, fürs eigene Haus oder für den lieben Nächsten sorgen zu helfen, damit eine jede sagen kann:

„Benütze deine Kraft,
Man lebt nur, wenn man schafft.“

Luise Kautz.