

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Über das Einmachen und Frischhalten von Krankenkost

Kautz, Luise

Karlsruhe, 1912

VIII. Das Backwerk.

urn:nbn:de:bsz:31-56768

Bisher war es kaum möglich, trotz Offenhaltens der Gläser, ein festes Gelee zu sterilisieren. Sobald dieses 80—90° erreichte, dehnte es sich aus und wurde weich. Ein sehr einfaches Verfahren ist folgendes:

Man stelle die Gläser auf ein vierfach zusammengelegtes, nasses Tuch, fülle das Gelee heiß bis einfingerbreit unter den Rand in die Gläser, lege, wenn bis handwarm abgekühlt, den Gummiring naß auf, schütte in den Glasdeckel einige Tropfen Weingeist (keinen Brennschneebrennstoff), zünde es an und stürze den Deckel auf das Glas. Die Flamme brennt einen Augenblick im Glase, solange dieses noch Luft enthält. Der Deckel ist dann fest verschlossen. Dieses Verfahren ist jedoch nur bei Gelee zulässig.

Erdbeeren, besonders Walderdbeeren, sind eisenhaltig und gut bei Blutarmut.

Heidelbeeren wirken stuhlverstopfend; man gibt sie zu Eierspeisen.

Preißelbeeren als Zugabe zu Fleischspeisen.

Stachelbeer-Gelee ist gut gegen Verschleimung.

Apfelmus ist manchem Kranken unangenehm zu essen. Es wird schmackhafter, wenn Eierschnee nach dem Oeffnen der Gläser darunter gerührt wird.

Kompott kann für sich allein genossen werden, mit Zwieback oder getrockneten Weizenflocken, als trocken oder in Butter mit Zucker hell gebackenem Feinbrot.

VIII. Das Backwerk.

Das Backwerk muß für Kranke besonders sorgfältig hergestellt werden, wenn es nahrhaft und leicht verdaulich sein soll. Verwendet wird nur feinstes, durchgeseihtes, trockenes Mehl. Die Milch darf nicht säuerlich, Butter und Eier müssen frisch sein. Das zweite Erfordernis ist Lockersein des Gebäcks, das dritte, daß das Mehl gut aufgeschlossen wird. Das geschieht aber erst durch die Backhitze, welche die Zellwände der Stärkekörner sprengt und das Mehl zum Teil in das lösliche Dextrin verwandelt. Daher muß das Backwerk vollständig durchgebacken sein.

Für Kranke eignet sich besonders vom Arzt verordnetes Backwerk, Zwieback, Auflauf, Süßspeisen, in Weck's Gläsern No. 6E bei 100° in Dampf gebacken.

Die kalten süßen Speisen dürfen Kranken nur mit Vorsicht gegeben werden, sie werden stets gern genommen und sind da, wo sie gestattet sind, eine große Erquickung.

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.