

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Rezepte für den NEFF-Gasherd

Bretten / Baden, [1950]

Suppen

urn:nbn:de:bsz:31-56603

Suppen

Es ist in Deutschland eine gute Tradition, daß es zu Beginn des Essens eine Suppe gibt. Sie wärmt im Winter und löscht den Durst, wenn sie im Sommer in Form einer Fruchtsuppe auf den Tisch kommt. Im Körperhaushalt aber erfüllt sie eine besonders nützliche Funktion, indem sie dem Körper einen Teil der täglich notwendigen Flüssigkeit zuführt. Bekannt ist, daß die *Gemüsebrühe* gleichzeitig eine reinigende Wirkung auf die inneren Organe des Körpers hat, weil sie stark ausscheidend wirkt. Ofters und noch lieber aber werden die so besonders wohlschmeckenden Suppen aus *Fleisch* und Knochenbrühe auf den Tisch gestellt.

Rindfleischsuppe

Das Fleisch zu dieser Suppe soll frisch und von nicht zu jungen Tieren sein. Durchwachsenes Rindfleisch, Brustkern, Schwanzfeder oder Bauchlappen sind die am besten geeigneten Stücke. Geflügel oder Kalbfleisch ergeben eine besonders gute Krankenbrühe.

Das Fleisch wird gewaschen, soll aber nicht im Wasser liegen bleiben, weil dadurch seine wertvollsten Bestandteile ausgelaugt werden. Beim Zusetzen berechne man die Wassermenge so, daß man nicht mehr nachgießen muß, weil dadurch die Suppe an Geschmack verliert. Sollte dies doch nötig sein, so nehme man kein kaltes, sondern kochendes Wasser. Auch schnelles Kochen bekommt der Fleischbrühe nicht.

Wenn man vor allem eine gute Brühe haben will, dann setzt man das Fleisch mit kaltem Wasser auf. Dieses zieht den Fleischsaft heraus, und das Fleisch selbst kann man danach noch zu Frikadellen verwenden. Wird das Fleisch dagegen in kochendes Wasser gelegt, so schließen sich die Poren schnell und es behält seinen vollen guten Geschmack.

Will man eine gute Brühe und ein gutes Stück Fleisch, so setzt man zunächst die Knochen auf, läßt sie etwa eine Stunde langsam kochen und gibt dann das Wurzelwerk, Gelberübenscheiben, Sellerie, Petersilie, eine gespickte Zwiebel (Lorbeerblatt und Nelke werden in eine Zwiebel gesteckt), einen Lauchstengel sowie das Fleisch dazu.

Als Einlage zur Rindfleischsuppe verwendet man Klößchen, Sago, Grieß, Faden- und Figurennudeln, gegarte Reiskörner, Spargelspitzen, Frühjahrgemüse, Eierstich. Bei einer klaren Fleischbrühe werden die Suppeneinlagen, wie Reis und Teigwaren, in Salzwasser fertig gekocht, abgeschreckt und dann erst der heißen Suppe zugefügt. Klößchen werden ebenfalls vorher in leichtem Salzwasser fertig gekocht.

Gemüsesuppen

Zu einer Gemüsesuppe kann man alle Gemüsearten verwenden mit Ausnahme von Blattgemüsen, da das Blattgrün aus den Blättern auskocht und dadurch die Brühe grün und unansehnlich macht. Eine besonders gute und gesunde Gemüsebrühe erhält man aus Wurzelgemüsen und Knollen wie z. B. Sellerie, Zwiebeln, gelbe Rüben, Lauch usw., auch Kraut und Kartoffeln. Ebenso können selbstverständlich alle Arten von zartem Frühjahrgemüse verwendet werden, speziell Spargel und Kohlraben. Sehr schmackhaft sind Tomaten.

Klare Gemüsebrühe. Man sieht die ausgekochten Gemüse durch und verwendet die so erhaltene Gemüsebrühe zu Suppen mit Einlagen wie Reis, Klößchen, Flädle, Teigwaren usw.

Gemüsesuppe. Hierzu schneidet man alle dazu bestimmten Gemüse entweder in kleine Würfel oder in Streifen oder man reibt das Suppengemüse auf einem mittelfeinen Hobel, dämpft es in Fett durch und füllt mit Wasser auf. Diese Suppe wird mit dem Gemüse aufgetragen.

Suppe aus gekochten Gemüseresten. Auch von gekochten Gemüseresten kann man eine gute Suppe zubereiten. Hierzu setzt man das Gemüse mit Wasser auf, läßt es nochmals aufkochen und passiert es dann durch ein Sieb. Entsprechend der Jahreszeit kann man die Suppe mit feingewiegtem Kerbel und Schnittlauch anrichten.

Bauernsuppe

250 g frischer oder geräucherter Bauchlappen werden zum Kochen gebracht. Dann werden etwa 400 g Kartoffeln sowie kleingeschnittener Wirsing, Salz, einige gelbe Rüben, Sellerie und Lauch hineingegeben und so lange gekocht, bis alles weich und sämig ist.

Blumenkohlsuppe

Der in Röschen zerteilte Blumenkohl wird sauber vorgerichtet, in kochendes Salzwasser gelegt und halbweich gekocht. Eine Buttereinbrenne wird mit dem Kohlwasser aufgefüllt. Die Röschen kommen als Einlage hinein.

Anspruchsvoller ist folgende *Zubereitung*: Die Röschen werden mit einem schnell geschlagenen Teig aus 2 Eiern, 2 Löffeln Mehl, 2 Löffeln Milch und ein wenig Salz umhüllt, in gutem Fett gebacken und sofort mit der heißen Suppe aufgetragen.