

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Koch-Buch für den Junker u Ruh Gasherd**

**Junker & Ruh AG <Karlsruhe>**

**Karlsruhe, [ca. 1940]**

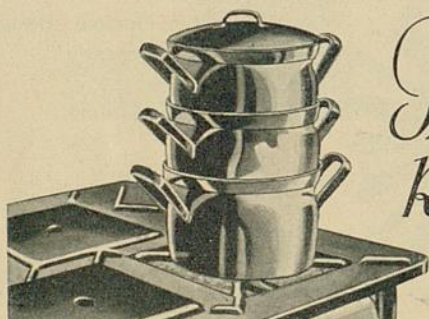
Turmkochverfahren

**urn:nbn:de:bsz:31-57552**

7. Die nach den ersten 6 Punkten vorbereiteten Speisen werden mit der großen Flamme — Hahngriff steht auf „1“ — zum Kochen gebracht. Sobald Dampf aufsteigt, nicht den Deckel hochnehmen, sondern nur die Flamme kleinstellen, das heißt, den Hahngriff so weit wie möglich nach links drehen. Mit der Sparflamme die Speisen fertigkochen. Durch die geringe Wärmeabgabe der Sparflamme können die Speisen weder anbrennen noch überlaufen. Es braucht also nie der Deckel hochgenommen, die Speisen umgerührt oder Wasser nachgefüllt zu werden. Sie machen sich dadurch weniger Arbeit, da die Speisen keinerlei Wartung erfordern. Die fertigen Speisen sehen gut aus, sind nicht zerfallen oder zerkoht und schmecken ausgezeichnet, da nach dieser Kochweise alle Aromastoffe und Nährwerte erhalten bleiben.

Die Speisen sollen also nicht länger und nicht stärker der Hitze ausgesetzt werden, als unbedingt notwendig ist.

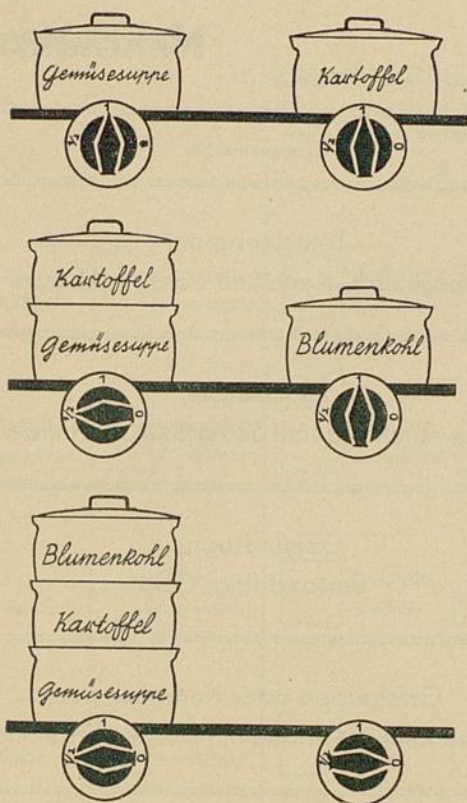
Berücksichtigen Sie stets diese 7 wichtigen Grundregeln, dann kochen Sie nahrhaft, billig und mühelos!



## Turm- Kochverfahren

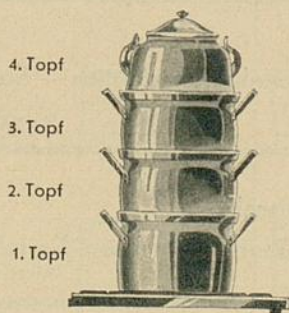
Wirklich ideal ist das Turmkochverfahren, das Sie täglich bei der Zubereitung der Mahlzeiten anwenden sollten, denn Sie sparen nicht nur Geld, sondern auch viel Mühe und Zeit, und haben außerdem die Gewähr, daß in den Speisen alle Nährwerte und Aromastoffe erhalten bleiben.

Ein Satz gleichgroßer Töpfe, einerlei aus welchem Material, jedoch mit aufgebogenem Rand und ganz flachen Deckeln, eignet sich am besten dazu. Die Töpfe werden einzeln auf der großen Flamme zum Kochen gebracht, dann mittels Zwischenringe (unter dem Namen Sparringe in



Flamme stehen, während die leichter garenden Speisen nach oben zu setzen sind, etwa in unten dargestellter Reihenfolge.

Bitte beachten Sie den Küchenzettel für 1 Woche auf Seite 10 und 11.



- 4. Topf
- 3. Topf
- 2. Topf
- 1. Topf

Spülwasser oder Obst.

Leichte Suppen, Gemüse, wie Blumenkohl, Rosenkohl, Reis, Obst.

Kartoffeln, Teigwaren, wie Makkaroni, Nudeln.

Fleischbrühe, Gemüsebrühe, Sauerkraut, Rotkraut, Hülsenfrüchte, Gulasch.

jedem Haushaltsgeschäft erhältlich) zum Weiterkochen mit der Sparflamme übereinandergestellt.

Nehmen Sie einmal an, Sie wollen zum Mittagessen Gemüsesuppe, Salzkartoffeln und Blumenkohl zubereiten. Da bringen Sie zuerst, unter Berücksichtigung der auf Seite 6 aufgestellten Grundregeln, die Gemüsesuppe und die Kartoffeln auf der großen Flamme zum Kochen, stellen die beiden Töpfe übereinander, die Suppe zu unterst, und drehen die Flamme klein. Der Blumenkohl wird ebenfalls mit der großen Flamme angekocht und auch auf die beiden Töpfe gestellt.

Die Wärmeabgabe der Sparflamme reicht aus, um den Inhalt aller drei übereinanderstehenden Töpfe im Kochen zu halten.

Es ist darauf zu achten, daß beim Turmkochverfahren derbe Speisen, die eine lange Kochzeit benötigen, direkt über der