

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

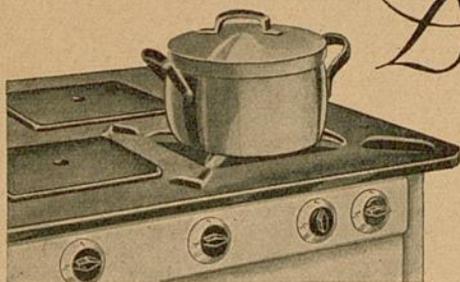
## **Koch-Buch für den Junker u Ruh Gasherd**

**Junker & Ruh AG <Karlsruhe>**

**Karlsruhe, [ca. 1939]**

I. Teil Das Kochen

**urn:nbn:de:bsz:31-57562**



# Das Kochen

## I. TEIL

### Wo wird die Wärme zum Kochen erzeugt!

In jeder Kochstelle der schwarz hochglanzemaillierten Rippenherdplatte befindet sich ein Junker & Ruh-Doppelsparbrenner D.R.P. Sie haben nur den Hahn zu öffnen und den Brenner mit dem vorher entzündeten Streichholz anzustecken. Sofort ist der Junker & Ruh-Doppelsparbrenner kochbereit und spendet unmittelbar die gewünschte Wärme.

Ein wesentlicher Vorteil des Junker & Ruh-Doppelsparbrenners ist sein außerordentlich geringer Gasverbrauch. Beachten Sie nur die wenigen Anregungen, die wir Ihnen hier geben, dann werden Sie beim Kochen stets mit sehr wenig Gas auskommen. Wenn Sie auch selbst am Flammenbild der Kochbrenner möglichst keine Veränderungen vornehmen sollen, ist es für Sie doch eine Beruhigung zu wissen, daß verschiedene, sehr vorteilhafte Reguliereinrichtungen am Junker & Ruh-Doppelsparbrenner angebracht sind, die es dem Installateur gestatten, das Flammenbild so einzustellen, daß es bei geringstem Gasverbrauch die größte Wärme an den Topf abgibt. Der kleine, verstellbare Anschlagstift D.R.P. ermöglicht z. B. die Sparflamme, die für das sparsame und auch nahrhafte Kochen so große Bedeutung hat, und auf die wir noch später zu sprechen kommen, genau so einzustellen, daß ihre Wärmeabgabe vollständig ausreicht, um die angekochten Speisen gerade im Garen zu erhalten. Die regulierbare Schwingdüse D.R.P. bewirkt vor allem die vollständige Rückschlagsicherheit und das einwandfreie Flammenbild des Brenners. Wir erklären Ihnen diese Beispiele nur, damit Sie wissen, wie vorteilhaft es ist, daß Sie in Ihrem Gasherd Junker & Ruh-Doppelsparbrenner haben. Die Einregulierung der Brenner überlassen Sie bitte möglichst einem Fachmann; die entsprechenden Anweisungen und Vorschriften für den Einrichter befinden sich am Schluß dieses Buches.

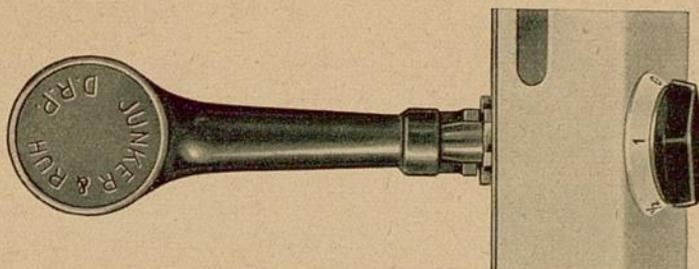
Die Brennerkörper, in denen sich sowohl die Zuleitung für die kleine als auch für die große Flamme befinden, sind innen und außen emailliert und mit einem Griff bequem herauszunehmen. Der Deckel auf dem Brennerkörper hat eine Schwerpunktverstärkung, so daß er stets von selbst genau in die Mittellage gerät. Unterhalb der Kochbrenner ist ein ausziehbares, granitemailliertes Reinigungsblech eingeschoben, das überrinnendes Kochgut auffängt. An allen Seiten unterhalb der Herdplatte herumgezogene, ebenfalls granitemaillierte, breite Abtropfbleche verhindern, daß beim Ueberkochen etwas seitlich in den Herd eindringen kann. Lesen Sie darüber auch bitte das Kapitel Reinigung, Seite 59.

### Wie werden die Kochbrenner bedient!

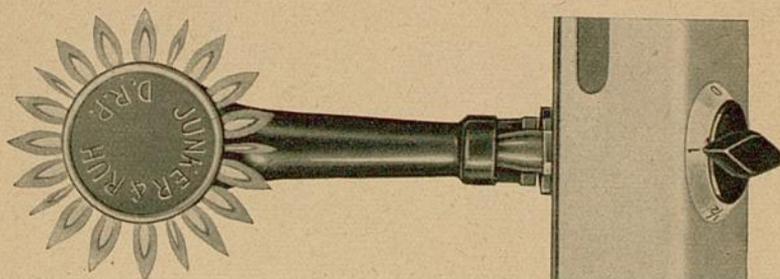


Haben Sie einen Junker & Ruh - Gasherd mit sogenannter verdeckter Hahngalerie, drücken Sie den gesicherten Hahngriff nach innen und öffnen ihn dann nach links. Bevor Sie jedoch den Hahn öffnen, setzen Sie grundsätzlich erst den Topf auf die betreffende Kochstelle, zünden zuerst das Streichholz an und öffnen erst dann die Gaszufuhr. Haben Sie sich einmal angewöhnt, niemals den Brenner anzuzünden, bevor der Kochtopf auf der Kochstelle steht, werden Sie rasch bemerken, daß Sie allein dadurch viel Gas sparen können.

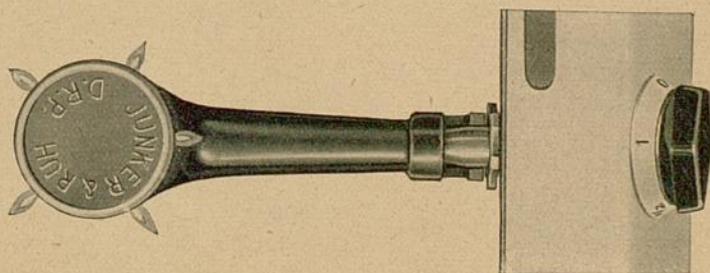
## Die Hahnstellungen am Junker & Ruh- Doppelsparbrenner mit **verdeckter** Hahngalerie



- 1. Geschlossener Hahn.** Der Hahngriff steht auf „0“.



- 2. Vollbrand-Flamme** (Stundenverbrauch 0,4 — 0,47 cbm Gas).  
Der Hahngriff steht auf „1“.



- 3. Sparflamme** (Stundenverbrauch 0,055—0,07 cbm Gas).  
Der Hahngriff wird bis zum Anschlag gedreht.

## Allgemeine Kochregeln:

Natürlich kochen Sie die rohen Nahrungsmittel, um sie für den menschlichen Organismus leichter verdaulich und schmackhafter zu machen. Es ist aber nicht einerlei, wie die Speisen gekocht werden; ihre Güte, vor allem aber ihr Aroma und ihr Nährwertgehalt sind von der richtigen Zubereitungsart entscheidend abhängig. Wollen Sie als tüchtige Hausfrau immer bekömmliche und kräftige, also nahrhafte Kost auf den Tisch bringen, sollten Sie sich die wichtigsten Regeln der neuzeitlichen Ernährungslehre zum Grundsatz machen. Sie haben deshalb nicht etwa mehr, sondern im Gegenteil weniger Arbeit, sparen sogar noch Gas und erreichen, daß die Speisen auch gekocht noch sämtliche Aroma- und Nährwertstoffe, auf die es doch schließlich ankommt, erhalten. Und diese Grundregeln lauten:



eignen sich besser zum Kochen als hohe, schmale Töpfe; am besten mit etwa 20—24 cm Durchmesser.

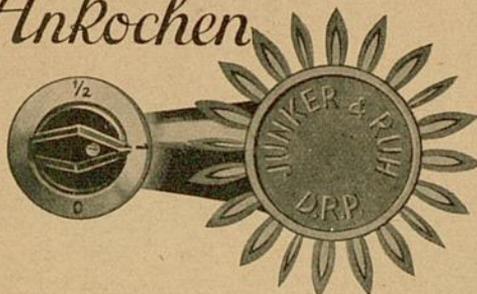
2. Gemüse nicht abbrühen, da sonst die wertvollsten Bestandteile verlorengehen; feinschneiden ist besser. Gemüse können in den meisten Fällen im eigenen Saft (Oel) oder nur mit geringer Wasser- und Salzzugabe gargedünstet werden.
3. Zu Soßen und Suppen nur so viel Flüssigkeit nehmen, wie unbedingt notwendig, da fast keine Flüssigkeit verdampft.
4. Die Fettzugabe für Gemüse und Pfannengerichte kann auf das mindeste beschränkt werden.
5. Alle Suppen, Gemüse und Soßen vor Beginn des Kochens würzen, nur dann bleiben die Nährsalze erhalten, auch schmecken die Speisen würziger.

# Niemals einen Topf ohne Deckel aufstellen



6. dadurch würde nicht nur viel Wärme verloren gehen, auch die Aromastoffe entweichen, und durch den Luftzutritt während des Kochens werden die Vitamine, Stoffe, die zum Leben unbedingt notwendig sind und die die Kochtemperatur gut aushalten, zerstört.

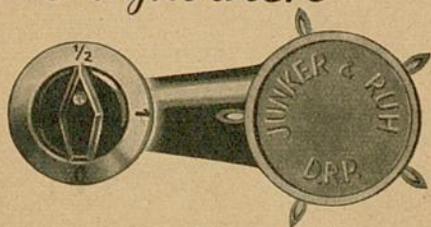
## Ankochen



Mit der großen Flamme. Hahngriff steht auf „1“.

Stundenverbrauch:  
0,4—0,47 cbm Gas.

## Fertigkochen



Mit der Sparflamme. Hahngriff ist so weit wie möglich nach links gedreht. (Die Sparflamme muß immer noch den hellgrünen Kern im blaviolettten Saum aufweisen.)

Stundenverbrauch:  
0,055—0,07 cbm Gas.

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 zerkocht 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.

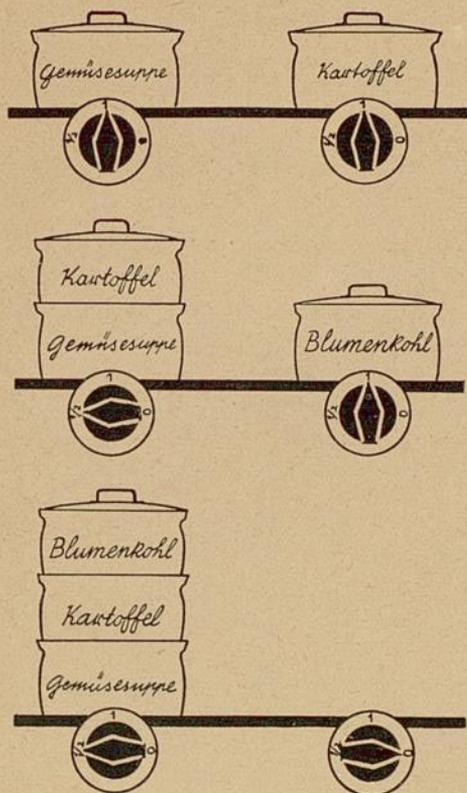
Berücksichtigen Sie stets diese 7 wichtigen Grundregeln, dann kochen Sie nahrhaft, billig und mühelos!



## 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. — Dabei beträgt die Gesamtkochzeit eines Turmgerichtetes — vom Aufsetzen der Töpfe an — auch bei „schweren“ Speisen nur rund 45 Minuten bei geringstem Gasverbrauch.

Ein Satz gleichgroßer Töpfe, einerlei aus welchem Material, jedoch mit aufgebogenem Rand und ganz flachen Deckeln, eignet sich am besten dazu. Die Speisen werden einzeln auf der großen Flamme zum Kochen gebracht, dann evtl. mittelst Zwischenringen (unter dem Namen Sparringe in jedem Haushaltsgeschäft erhältlich) zum Weiterkochen mit der Sparflamme übereinander-



gestellt, d. h. der Topfinhalt, auf den aufgebaut wird, muß stets gekocht haben.

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.

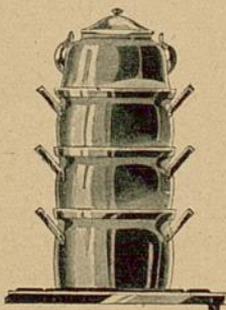
Die Wärmeabgabe der Sparflamme reicht aus, um den Inhalt aller drei angekochten, übereinanderstehenden Töpfe im Kochen zu halten.

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

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 usw.

Leichte Suppen und Gemüse, Reis, Obst, Fisch, Soßen, Spinat usw.

Salzkartoffeln, Teigwaren: wie Makkaroni, Nudeln, Reis usw., Blumenkohl, Rosenkohl usw.

Fleischbrühe, Gemüsebrühe, Sauerkraut, Rotkraut, Hülsenfrüchte, Gulasch, Pellkartoffeln, schwere Wintergemüse usw.

**Küchenzettel für eine Woche**

Tage	Speisenfolge
<b>Montag</b>	Tomatensuppe, Kalbsgulasch, Kartoffeln oder Makkaroni
<b>Dienstag</b>	Lauchsuppe, Schweinefleisch mit Sauerkraut, Kartoffeln
<b>Mittwoch</b>	Gemüsesuppe, Brot pudding, Obst
<b>Donnerstag</b>	Grießsuppe oder Korbelsuppe, Gebackene Leber, Kartoffeln, Rosenkohl (Blumenkohl)
<b>Freitag</b>	Kartoffelsuppe, Kartoffeln, Fisch, Senfsofje
<b>Sonnabend</b>	Suppenfleisch, Kartoffeln, Meerrettich – Sofje
<b>Sonntag</b>	Fleischbrühe, Roastbeef, Gelbe Rüben und Erbsen, Kartoffeln

# ig und mühelos!

## Zweckmäßige Zubereitung der Mahlzeiten

### Aufbau des Turmes

Aufbau des Turmes		
1	2	3
<input type="checkbox"/> Gulasch <input type="checkbox"/> Tomatens. <input type="checkbox"/> Kartoffeln	<input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Gulasch <input type="checkbox"/> Tomatens.	<input type="checkbox"/> Tomatensuppe <input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Gulasch
<input type="checkbox"/> Sauerkraut <input type="checkbox"/> Lauchsuppe <input type="checkbox"/> Kartoffeln	<input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Sauerkraut <input type="checkbox"/> Lauchsuppe	<input type="checkbox"/> Lauchsuppe <input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Sauerkraut
<input type="checkbox"/> Gem.-S. <input type="checkbox"/> Obst <input type="checkbox"/> Brotpudd.	<input type="checkbox"/> Brotpudd. <input type="checkbox"/> Gem.-S. <input type="checkbox"/> Obst	<input type="checkbox"/> Obst <input type="checkbox"/> Brotpudding <input type="checkbox"/> Gemüsesuppe
<input type="checkbox"/> Grießs. <input type="checkbox"/> Rosenkohl <input type="checkbox"/> Kartoffeln	<input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Grießs. <input type="checkbox"/> Rosenkohl	<input type="checkbox"/> Rosenkohl <input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Grießsuppe
<input type="checkbox"/> Senfsoße <input type="checkbox"/> Fisch <input type="checkbox"/> Kart.-Suppe <input type="checkbox"/> Kartoffeln	<input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Senfsoße <input type="checkbox"/> Kart.-Suppe <input type="checkbox"/> Fisch	<input type="checkbox"/> Senfsoße <input type="checkbox"/> Fisch <input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Kartoffelsuppe
<input type="checkbox"/> Suppenfl. <input type="checkbox"/> Meerrettich <input type="checkbox"/> Kartoffeln	<input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Suppenfl. <input type="checkbox"/> Meerrettich	<input type="checkbox"/> Meerrettich <input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Suppenfleisch
<input type="checkbox"/> Fleischbr. <input type="checkbox"/> Rüb.u.Erbs. <input type="checkbox"/> Kartoffeln	<input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Fleischbr. <input type="checkbox"/> Rüb.u.Erbs.	<input type="checkbox"/> Rüb.u.Erbsen <input type="checkbox"/> Kartoffeln <input type="checkbox"/> Fleischbrühe



## Der Brat- und Backofen

Ihr Junker & Ruh-Gasherd wird Ihnen in der Küchenarbeit besonders dann große Freude bereiten, wenn Sie die vielseitigen Verwendungsmöglichkeiten, die der Brat- und Backofen durch seine besondere Bauart und die Eigenart der Brenner bietet, restlos ausnützen. Bevor Sie die nächsten Kapitel über das Braten und Backen genauer durchlesen und dabei mit Bewunderung feststellen werden, wieviele abwechslungsreiche Gerichte und Gebäckarten Sie mühelos und ohne jedes Risiko diesem Junker & Ruh-Brat- und Backofen anvertrauen können, ist es für Sie ebenso wertvoll wie interessant, sich ein wenig mit der Konstruktion der Brenner zu beschäftigen, die in erster Linie die Ursache dieser Annehmlichkeit sind.

### Die schwenkbaren Sägefischbrenner (D. R. P.)

im Junker & Ruh-Brat- und Backofen verdanken diesen merkwürdigen Namen ihrer eigenartigen Form. Legt man nämlich die beiden, vom Fachmann leicht herausnehmbaren, seitlich einzuhängenden Brennerkörper aneinander, gleichen sie dem sägeartigen Kopfansatz des Sägefisches. Diese Formgebung ist — so eigenartig sie zunächst erscheint — für das gute Gelingen von Gebäck und Braten sehr wichtig. Dadurch, daß die Brennerkörper nach hinten verjüngt und die Brenneröffnungen düsenartig ausgebildet sind, müssen die Flammen stets vollkommen gleich groß brennen, die Zündung aber erfolgt rasch und sicher über die ganze Länge des Brenners. Und Sie wissen ja, soll der Kuchen gut werden, braucht er vor allem gleichmäßige Wärme; dazu gehören aber selbstverständlich gleich große Flammen, die auf der ganzen Länge der Brenner auch gleichmäßig brennen. Ein ganz

besonderer Vorzug der Junker & Ruh-Sägefischbrenner ist ihre Schwenkbarkeit. Stellen Sie den unter der Backofentür befindlichen Schiebeknopf auf  stehen die schwenkbaren Sägefischbrenner waagrecht, und die Heizgase strömen zunächst nach der Mitte unter das Backofenbodenblech, umspülen dann den ganzen Backofen, treten gleichzeitig durch Oeffnungen seitlich und oben in das Backofeninnere ein und geben im Backofenmantel, bevor sie am Herd wieder austreten, ihre letzte Wärme ab. So wird unter allen Umständen eine vollständig gleichmäßige Wärme im Backofen erreicht, so daß Sie ohne Bedenken jede Art von Gebäck in den kalten Ofen einschieben können, die Flammen auf die in den nachstehenden Rezepten angegebene Größe verkleinern und schließlich nur die Backzeit abzuwarten brauchen, um den fertigen und gleichmäßig gebackenen Kuchen herauszunehmen.

Stellen Sie nun aber den erwähnten Schiebeknopf auf , dann stehen die schwenkbaren Sägefischbrenner senkrecht, und die Heizgase steigen sofort direkt nach oben, um von dort aus auf das in den Bratofen hoch eingeschobene Fleisch eine scharfe Oberhitze auszustrahlen. Das hat den Vorteil, daß Sie im Junker & Ruh-Brat- und Backofen das Fleisch auf einer besonderen Grillpfanne mit Rost nach der neuartigen Methode „grill-braten“ können, wobei sich die Poren sofort schließen, der Saft im Fleisch erhalten bleibt und die Soßenbildung in der Pfanne erfolgt, ohne das auf dem Rost befindliche Fleisch dadurch auszulaugen.

Sie werden jetzt verstehen, daß die Konstruktion und die Form der Junker & Ruh schwenkbaren Sägefischbrenner sowohl für das Backen als auch für das Braten von außerordentlicher Wichtigkeit sind. Selbstverständlich sind auch diese Brat- und Backofenbrenner mit einer Vorderregulierung versehen, die eine genaue Einstellung des Flammenbildes bequem von vorn gestattet. Obwohl die Handgriffe sehr einfache sind, möchten wir Ihnen doch empfehlen, falls eine Einregulierung einmal erforderlich sein sollte, einen Fachmann hinzuzuziehen. Er findet die entsprechenden Anweisungen für die Bedienung der Vorderregulierung am Schlusse des Buches.

Natürlich werden Sie niemals ganz vermeiden können, daß zufällig einmal etwas im Brat- und Backofen überläuft. Daher ist es für Sie ein großer Vorteil, daß sämtliche Innenteile des Brat- und Backofens herausnehmbar sind. Mit wenigen Handgriffen ziehen Sie das Bodenblech heraus, hängen die Backofenseitenwände aus und waschen alle diese granitemaillierten Teile in Seifenwasser bequem ab. Lesen Sie darüber bitte auch das Kapitel „Reinigung“ auf Seite 59.

## Wie werden die Brenner bedient!

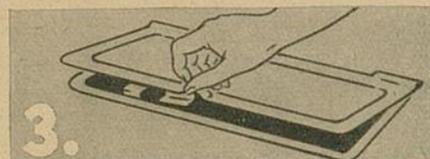
Bei Junker & Ruh-Gasherden mit verdeckter Hahngalerie: Zum Anzünden der Brenner muß der unter der Backofentür befindliche Schiebeknopf auf  gestellt werden, sonst läßt sich die Zündklappe im Backofenboden nicht öffnen. Der Backofenhahn befindet sich ganz rechts auf der Hahnblende und ist am Griff besonders rot gekennzeichnet. Mit der einen Hand entzünden Sie das Streichholz, mit der anderen Hand drücken Sie den Backofenhahn erst nach innen



1. Erst den Schiebeknopf auf  stellen



2. dann Streichholz anzünden und Hahn öffnen



3. erst jetzt die Zündklappe öffnen



4. und die Brenner rechts und links anzünden

und drehen ihn dann nach links auf Stellung „1“, öffnen nun die im Backofenboden befindliche Zündklappe und zünden rechts und links die seitlich sichtbaren Backofenbrenner an. Nun schließen Sie die Zündklappe, schieben Gebäck oder Fleisch auf der im Rezept vorgeschriebenen Schiene sofort in den nicht vorgeheizten Ofen ein und schließen die Backofentür. Zum Braten stellen Sie dann den Schiebeknopf sofort auf . Die Flammen werden am Backofenhahn unter Beobachtung durch die seitlich neben der Backofentür befindlichen Schaulöcher auf die jeweils in den Rezepten angegebenen Größen eingestellt.

Beachten Sie beim Anzünden der Backofenbrenner, gleichzeitig, welches Modell Sie besitzen, immer, daß der

Schiebeknopf auf  steht, sonst läßt sich die verriegelte Zündklappe nicht öffnen. Auch dürfen Sie niemals versuchen, die Backofenbrenner durch die Schaulöcher anzuzünden, dazu dient allein die Zündklappe im Backofenboden. Und dann versäumen Sie niemals, nach der Benutzung den Brat- und Backofen zu säubern. Wie bequem und mühelos diese kleine Arbeit ist, lesen Sie im Kapitel „Reinigung“ auf Seite 59.