

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Gesegnete Mahlzeit!**

**Kromer, Emma  
Neumeier, Hedwig**

**Mannheim ; Berlin ; Leipzig, 1919**

6. Gemüse, Kartoffeln, Pilze.

**urn:nbn:de:bsz:31-56541**

## 6. Gemüse, Kartoffeln, Pilze.

Alle Gemüse sind vor der Zubereitung sehr sorgfältig zu putzen und zu waschen, um sie von Sand und Erde, sowie von den Insekten, Raupen usw. zu befreien. Die Gemüse sollen nicht abgekocht, und die Brühe, welche die wertvollen Nährsalze enthält, weggeschüttet werden, sondern sie sollen zum großen Teil gedämpft werden. Gemüse, wie Spinat, werden in wenig Wasser abgekocht. Alle Gemüsebrühen können zu Suppen verwendet werden. Krautgemüse werden am besten in der Kochkiste gekocht, sie können auch gut aufgewärmt werden, da sie durch das Wärmen nichts verlieren. Andere Gemüsereste kann man gut zu Aufläusen verwenden, z. B. Spinat oder Wirsing.

Den Pilzen ist in unserem Kochbuch ein breiter Raum gewährt worden, da „das Fleisch des Waldes“, wie begeisterte Pilzfreunde die Pilze nennen, etwas wirklich Gutes für den Tisch bedeutet. Pilzkontrolle in den Städten und immer größere Verbreitung der Kenntnis der Gift- und Speisepilze werden die Pilze immer mehr einführen, denn wer sie einmal kennt und schätzt, mag sie nicht mehr missen. Falsch sind die früher oft angegebenen Mittel gegen Vergiftung, z. B. Zwiebel oder silbernen Löffel mitkochen. Pilze selbst kennen lernen, ihre Merkmale und Unterschiede sich gut einprägen, ist der beste Schutz gegen verhängnisvolle Verwechslungen.

### 1. Spinat.

2 Pfund Spinat wird gepuzt und gründlich gewaschen, in kochendem Wasser einige Minuten abgekocht, auf einen Durchschlag zum Abläusen geschüttet, dann zweimal durch die Hackmaschine getrieben. Dann macht man eine Mehlschwitze von 40 Gramm Fett, etwas ge-

riebener Zwiebel und 20 Gramm Mehl, füllt von der Spinatbrühe etwas dazu, läßt durchdämpfen, gibt den Spinat dazu, Salz nach Geschmack.  $\frac{1}{4}$  Stunde durchkochen lassen.

## 2. Erbsen und Karotten.

Man enthülst 2 Pfund Erbsen, dämpft sie mit einem Eßlöffel Fett und ganz wenig Wasser weich, salzt nach Geschmack; zwei Pfund Karotten werden geschabt, wenn nötig, durchgeschnitten, sind sie noch klein, ganz gelassen, werden ebenso zubereitet. Vor dem Anrichten stäubt man das Gemüse mit etwas Mehl durch, läßt nochmals aufkochen. Beim Anrichten gibt man die Karotten in die Mitte der Schüssel und legt die Erbsen als Kranz darum. Nach Belieben streut man etwas fein gewiegte Petersilie darüber.

## 3. Gelbe Rüben.

Die Rüben werden gewaschen und gepuht, dann schneidet man sie in Streifen oder auf dem Rübenhobel in kleine Stückchen. Man gibt einen Eßlöffel Fett in den Topf, dämpft die Rüben, salzt sie und gibt nach und nach etwas Wasser dazu, bis sie weich sind. Mit Mehl stäuben und gewiegte Petersilie dazu geben.

## 4. Silber und Gold.

1 Pfund gelbe Rüben werden wie oben zubereitet.  $\frac{1}{2}$  Pfund weiße Bohnen werden über Nacht eingeweicht, am andern Morgen mit dem Einweichwasser weichgekocht, gesalzen und mit einer Mehlschwitze sämig gemacht und mit den Karotten vermischt.

## 5. Mangold.

Das Grüne des Mangold wird von den Stielen gestreift und wie Spinat zubereitet. Die weißen Stiele werden abgezogen, in kleine Stückchen geschnitten und in Salzwasser weichgekocht. Dann macht man eine Mehlschwitze, gibt etwas von der Brühe dazu, daß man eine

gebundene Soße erhält, in der man die Gemüsestreifen aufkochen läßt. Etwas saurer Rahm oder geschlagene Sauermilch verbessert das Gemüse sehr. Man füllt die weißen Streifen in der Mitte der Gemüseschüssel und legt das Grüne außen herum.

#### 6. Weiße Rüben.

Man schneidet die Rüben, nachdem sie geschält wurden, in kleine Stiften, wäscht sie und dämpft sie mit zwei Eßlöffel Fett, gibt etwas Wasser dazu, salzt und läßt sie weich dämpfen; dann stäubt man sie mit einem Eßlöffel Mehl und läßt nochmals durchkochen. Hat man etwas übrige Bratensoße, gibt man sie darunter.

#### 7. Weiße Rüben mit Speck und Kartoffeln.

2 Pfund Weißrüben, 20 Gramm Fett,  $\frac{3}{4}$  Liter Wasser, 125 Gramm frischen Speck, 3 Pfund Kartoffeln, 2 Eßlöffel Salz. Die zerschnittenen Weißrüben werden mit Fett und Wasser aufgesetzt und 1 Stunde gekocht. Dann gibt man den gewaschenen Speck, die in Würfel geschnittenen Kartoffeln und das Salz dazu und kocht das Ganze noch 1 Stunde.

#### 8. Rettichgemüse.

3 Pfund Rettich, 1 Eßlöffel Fett, 3 Eßlöffel Mehl,  $\frac{3}{4}$  Liter Brühe, 1 Eßlöffel Salz. Große zarte Rettiche werden geschält und in  $\frac{1}{2}$  fingerlange Streifen geschnitten und in einer weißen Soße von Fett, Mehl und Brühe weichgekocht. 1 Stunde.

#### 9. Grüne Bohnen.

Die Bohnen werden gut von den Fäden befreit und entweder in Stücke gebrochen oder in feine Streifen geschnitten. Man dämpft die Bohnen mit 2 Löffel Fett und etwas Wasser weich, salzt sie und gibt vor dem Anrichten einen Eßlöffel Mehl dazu, den man gut durchrührt. Bohnen sollen nie abgekocht werden, sie verlieren dadurch an Geschmack. Bohnenkrautchen verbessert den Geschmack.

**10. Gelbe Bohnen**

werden nicht in Streifen geschnitten, sondern in kleine Stücke gebrochen. Zubereitung wie oben.

**11. Gefalzene eingemachte Bohnen.**

Man nimmt die Bohnen aus dem Ständer, wäscht sie wiederholt sehr gut ab und bereitet sie wie frische Bohnen zu. Weiße Kernbohnen schmecken zu Salzbohnen sehr gut.

**12. Eingemachte Bohnen.**

1 Pfund eingemachte Bohnen werden mit weichem Wasser aufgestellt und weichgekocht. Von 1 Eßlöffel Fett und 1 Eßlöffel Mehl bereitet man eine gelbe Mehlschwitze, gibt nach Belieben feingeschnittene Zwiebel zu, lösch mit Wasser ab, gießt dies zu den Bohnen, würzt mit Pfeffer, wenn nötig mit Salz und läßt nochmals aufkochen.

**13. Salatgemüse.**

Salatgemüse wird ebenso wie Spinat zubereitet, man nimmt dazu geschossenen Salat, oder Pflücksalat, der schon etwas groß geworden ist.

**14. Stangenspargel.**

2 Pfd. Spargel werden sehr gleichmäßig geschält, gewaschen und in ungefähr 2 Liter Salzwasser abgekocht,  $\frac{1}{2}$  Stunde. Man bindet die Spargel in Bündel, um sie leichter aus dem Wasser nehmen zu können. Der Faden wird vorsichtig entfernt und die Spargel sofort auf heißer Schüssel angerichtet. Man gibt holländische Soße dazu oder zerlassene Butter.

**15. Spargelgemüse.**

Man schält die Spargel, schneidet sie in drei Zentimeter lange Stücke, die man in Salzwasser abkocht. Von der Spargelbrühe macht man eine helle Soße, gibt die Stücke hinein, läßt nochmals aufkochen. Wenn möglich mit einem Ei abrühren.

## 16. Spargel und Kartoffel.

Man schält die Spargel, schneidet sie in Stücke und kocht sie in Salzwasser ab. Gekochte Kartoffeln werden in Scheiben geschnitten, etwa 1 Pfund Spargel auf 1 Pfund Kartoffeln. Von der Spargelbrühe macht man eine Soße, indem man 2 Löffel Fett mit 2 Löffel Mehl dämpft, mit der Brühe ablöscht und auffüllt, Spargel und Kartoffel hineingeben und gut durchkochen.

## 17. Leipziger Allerlei.

2 Pfund Erbsen, 1 Pfund Karotten, 1 Pfund Spargel werden wie zu anderem Gemüse vorgerichtet, die Spargel in Stücke geschnitten. Man gibt einen Löffel Fett in den Topf, legt das Gemüse darauf und gießt etwas Wasser dazu, dämpft es weich, salzt es und stäubt es vor dem Anrichten mit einem Löffel Mehl ab, und gibt einen Eßlöffel gewiegte Petersilie darüber.

## 18. Rosenkohl.

2 Pfund Rosenkohl verlesen, waschen und in kochendem Salzwasser abwellen. 40 Gramm Mehl mit 30 Gramm Fett schwizen,  $\frac{1}{2}$  Liter Brühe dazu rühren, mit Pfeffer, Salz und Muskatnuß abschmecken. (Nach Belieben.) Den Rosenkohl hineingeben und 20 Minuten dämpfen lassen unter öfterem Umrühren.

## 19. Rosenkohl mit Kastanien.

Beide Gemüse werden jedes für sich zubereitet, aber zusammen angerichtet; man gibt den Rosenkohl in der Mitte der Gemüseschüssel und legt einen Kranz von Kastanien darum.

## 20. Wirsing mit Kastanien.

Diese beiden Gemüse schmecken sehr gut zusammen, man bereitet jedes einzelne für sich vor, richtet sie aber zusammen an, das Wirsinggemüse in der Mitte der Schüssel, die Kastanien im Kranz außen herum.

**21. Zuckerbörsen.**

Man nehme nur zarte junge Erbsen, die nur von den Fasern befreit, aber nicht ausgehülst werden. Man wäscht sie, dämpft sie mit Butter und Salz und etwas Wasser weich, stäubt mit Mehl ab und gibt vor dem Anrichten etwas gewiegte Petersilie darüber.

**22. Erdkohlraben mit Kartoffeln.**

Die geschälten, in Würfel geschnittenen Kohlrabis werden mit kochendem Salzwasser aufgestellt und halb weichgekocht. Dann schüttet man das Wasser ab, gibt wieder kochendes Salzwasser sowie die in Würfel geschnittenen Kartoffeln zu und läßt zusammen weichkochen. Dann löst man Bouillonwürfel auf, gibt diese Brühe und ein Stück Fett zu und würzt mit Salz, Pfeffer und Muskat. Kohlraben und Kartoffeln zu gleichen Teilen.

**23. Erdkohlrabengemüse.**

Dieselbe Vorbereitung wie oben, nachdem Kohlraben und Kartoffeln weich sind, durchtreiben oder durch die Fleischmühle drehen, im Abkochwasser Bouillonwürfel auflösen, dem Gemüse zugeben, ein Stück Fett zufügen, nach Geschmack würzen.

**24. Kohlrüben auf Teltower Art.**

3 Pfund Rüben werden geschält, in Streifen geschnitten, 10 Minuten in kochendem Salzwasser gekocht; auf einen Durchschlag gegeben und abgetropft. 2 Eßlöffel Fett oder Butter, 15 Gramm Zucker läßt man hellbraun werden, gibt 15 Gramm Mehl dazu und rührt  $\frac{1}{4}$  Liter Brühe aus Bouillonwürfel daran; läßt die Rüben langsam weichdämpfen, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

**25. Topinambur (Erdartischoke).**

Die Topinambur werden wie Kartoffeln geschält, in Scheiben geschnitten und in Salzwasser weichgekocht. Dann macht man eine Mehlschwitze, löscht mit der Brühe, gibt das Gemüse hinein, läßt gut durchkochen und gibt etwas Zitronensaft dazu.

## 26. Gebratene Topinambur.

Die Topinambur werden geschält, in Scheiben geschnitten und in Salzwasser weichgekocht. Dann gibt man 2 Löffel Fett in eine offene Pfanne und brät die Topinambur wie geröstete Kartoffeln schön hellgelb.

## 27. Teltower Rübchen.

Die Rübchen werden geschabt und in heißem Wasser gewaschen, nicht durchgeschnitten. Man gibt einen Löffel Butter oder Fett in die Pfanne, fügt ein Stück Zucker hinzu, röstet ihn hellgelb, und gibt unter ständigem Rühren die Rüben dazu, die man ebenfalls bräunlich röstet; dann gibt man Fleischbrühe oder Würfelbrühe dazu und dämpft die Rüben in 1½ Stunde gar, stäubt mit Mehl ab, Salz nach Geschmack.

## 28. Mairüben.

Die Mairüben werden, nachdem die Blätter abgeschnitten sind, gut gewaschen, in Streifen geschnitten, leicht gesalzen und mit 2 Löffel Fett weichgedämpft; dann stäubt man sie mit Mehl ab, gibt Brühe oder Wasser dazu und etwas Pfeffer.

## 29. Brennefjelgemüse.

Im April, wenn die Stengel der Brenneffel noch zart sind, geben sie ein Gemüse, das dem Spinat gleichkommt. Die Blätter werden gut gewaschen, mit dem Wasser, das ihnen dann anhaftet, in den Topf gegeben, gesalzen und weichgekocht. Dann wird die Masse zweimal durch die Maschine getrieben und mit einer Einbrenne wie Spinat fertig gemacht.

## 30. Zwiebelgemüse I.

Große Zwiebeln werden geschält und in nicht zu dünne Scheiben geschnitten, die man in leichter Brühe weichkocht. Nun macht man eine helle Einbrenne, löst mit der Brühe ab, gibt die Zwiebelscheiben hinein, einen Kaffeelöffel Kümmel, Salz und Pfeffer, nach Belieben, auch eine Messerspitze Zucker.



**31. Zwiebelgemüse II.**

Kleine, weiße Zwiebeln werden geschält, in Salzwasser weichgekocht. Nun bereitet man eine helle Einbrenne, füllt mit dem Zwiebelwasser auf, gibt etwas sauren Rahm und Maggiwürze dazu, läßt noch einmal aufkochen; es kann auch mit einem Ei abgerührt werden.

**32. Zichoriengemüse.**

Man entfernt die schlechten Blätter, wäscht die Staudchen gut und kocht sie in Salzwasser ab, sie verlieren dann den etwas bitterlichen Geschmack. Nun bereitet man eine Mehlschwitze, füllt mit Brühe auf, daß eine dickliche Soße entsteht, gibt die ganzen Staudchen hinein, läßt nochmals durchkochen.

**33. Zichorie gebacken.**

Die Stauden werden gereinigt, von den äußeren schlechten Blättern entfernt und gewaschen. Dann kocht man sie in Salzwasser halbweich, streicht eine feuerfeste Schüssel mit Butter aus, legt die Stauden nebeneinander hinein, gibt einige Butterflöckchen darauf, sowie einige Löffel geriebenen Käse und läßt sie 20 Minuten im Ofen aufziehen.

**34. Zichorie wie Spinat.**

Hierzu wird die Zichorie gewaschen, in Salzwasser abgekocht, durch die Maschine getrieben und mit einer Mehlschwitze, die mit etwas Brühe verdünnt wird, fertig gemacht, nach Belieben etwas Muskat.

**35. Kohlrabi.**

Von 2 Pfund Kohlrabi werden die Knollen geschält, in Scheiben geschnitten und in Salzwasser weichgekocht; wenn das Grüne noch zart ist, wird es von den Stielen gestreift und ebenfalls in Salzwasser weichgekocht und durch die Maschine getrieben. Man macht eine Mehlschwitze, füllt mit der Gemüsebrühe auf, gibt die Scheiben hinein

und kocht sie nochmals auf, das Grüne wird mit etwas Mehl und Butter allein durchgedämpft. Man richtet das Gemüse entweder vermischt an oder legt die Scheiben in die Mitte der Gemüseschüssel und das Grüne als Kranz außen herum.

### 36. Blumenkohl.

Der sauber gepuzte und gewaschene Blumenkohl wird  $\frac{1}{2}$  Stunde mit den Rosen nach unten in Salzwasser gelegt, damit die Raupen heraus kommen, dann in Salzwasser weichgekocht. Aus zwei Eßlöffel Fett und einem Eßlöffel Mehl macht man eine Mehlschwitze, löst mit der Blumenkohlbrühe ab. Ein Eigelb wird glatt verrührt und zu der Soße gegeben. Der Blumenkohl muß vorsichtig aus der Brühe genommen werden und wird mit den Rosen nach oben aufgerichtet, die Soße wird darüber geschüttet.

### 37. Blumenkohl gebacken.

Der gut gereinigte Blumenkohl wird ganz abgekocht in Salzwasser, vorsichtig herausgenommen, in eine gut geschmierte Auflaufform gelegt, mit einer dicken weißen Soße übergossen, etwas Käse darauf gestreut und 20 Minuten im Ofen gebacken.

### 38. Lauchgemüse I.

Die hellen Teile der Lauchstengel werden gepuzt, gewaschen, in schmale Stücke geschnitten, in Salzwasser weichgekocht, dann macht man eine Mehlschwitze, fügt das Gemüse dazu, gibt etwas Brühe daran und läßt nochmals aufkochen.

### 39. Lauchgemüse II.

Man nimmt mittelstarke gleichmäßige Lauchstengel, schneidet das Grüne ab, wäscht sie gut. Man gibt 2 Löffel Fett in einen Topf, legt die ganzen Lauchstengel hinein, salzt sie und läßt sie mit etwas Wasser weichdämpfen. Dann gibt man etwas Mehl dazu, läßt nochmals durchkochen.

40. Tomaten  
Ein Z  
gehobelt, in  
Fett und g  
Eimbreime,  
Eßlöffel To  
unter Rühre

41. Rosenkohl

Das R  
gut gewasch  
vorkochen la  
stellt (ohne  
und schneid  
in wenig F  
abgegossen,  
getrieben.  
Löffel Meh  
das gewiegt  
salzt die

42. Winter

Der R  
dann gibt  
bereitet ein  
brühe oder

43. Kastani

Frische  
braucht we  
durch die  
ein schlich  
nach Weich  
Anrichten

44. Gebrat

Man  
ab, kocht

**40. Tomatenkohl (Ungarische Vorschrift).**

Ein Weißkraut wird von dem Strunk befreit, und gehobelt, in kochendem Salzwasser abgekocht. Von Mehl, Fett und geriebener Zwiebel bereitet man eine dunkle Einbrenne, gibt etwas von der Krautbrühe und sechs Eßlöffel Tomatenmark dazu, läßt es noch eine Weile unter Rühren durchkochen, damit es nicht anbrennt.

**41. Rosenkohl mit Kartoffeln.**

Das Rosenkohlgemüse (offene Rosen) wird verlesen, gut gewaschen und in kochendem Wasser einige Minuten vorkochen lassen, dann eine Stunde in die Kochkiste gestellt (ohne Salz). Inzwischen schält man Kartoffeln und schneidet sie in längliche Streifen und kocht sie in wenig Wasser mit Salz weich. Der Rosenkohl wird abgegossen, die Brühe aufbewahrt; durch die Maschine getrieben. In einem Topf wird 1 Löffel Fett mit einem Löffel Mehl verrührt, mit etwas Rosenkohlbrühe aufgefüllt, das gewiegte Gemüse dazu gefügt. Tüchtig verrühren und zuletzt die gekochten Kartoffeln leicht durchrühren.

**42. Winterkohl.**

Der Kohl wird gewaschen und in Salzwasser abgekocht, dann gibt man ihn zweimal durch die Fleischmaschine, bereitet eine Mehlschwitze, fügt den Kohl bei, gibt Fleischbrühe oder Würfelbrühe dazu, schmeckt ab.

**43. Kastanienbrei.**

Frische oder getrocknete Kastanien können hierzu gebraucht werden. Man kocht sie ganz weich, treibt sie durch die Maschine, gibt soviel Brühe dazu, daß es ein schlichter Brei wird, Salz und eine Prise Zucker nach Geschmack; braun geröstete Zwiebeln werden vor dem Anrichten auf die Schüssel gegeben.

**44. Gebratene Kastanien.**

Man schält 1 Pfund Kastanien, löst die innere Schale ab, kocht sie halbweich, daß sie nicht zerfallen und be-

streut sie mit 20 Gramm Zucker, etwas Salz, nun brät man sie unter ständigem Bewegen der Pfanne in siedender Butter goldbraun.

#### 45. Getrocknete Kastanien.

Die getrockneten Kastanien müssen vor dem Gebrauch sehr lang eingeweicht werden. Man weicht sie am Tage vor dem Gebrauch ein, gießt nach 6 Stunden noch einmal frisches Wasser darüber. Am andern Tag kocht man sie weich und verwendet sie zu Gemüse, indem man sie mit einer Mehlschwitze fertig macht. Man kann sie auch durch die Maschine treiben und als Brei anrichten, oder sie zusammen mit Äpfeln kochen.

#### 46. Gekochte Kastanien.

Die äußere harte Schale wird mit dem Messer entfernt. Dann werden die Kastanien in kochendes Wasser gelegt, bis sich die braune Haut leicht abziehen läßt und darauf in kaltem Wasser abgewaschen. Alsdann werden sie mit Wasser, etwas Salzin und ein wenig Zucker, fest zugedeckt, weichgedünstet.

#### 47. Schwarzwurzeln (für 6 Personen).

3 Pfund Schwarzwurzeln,  $\frac{3}{4}$  Liter weiße Grundsoße, nach Belieben mit Eigelb abgerührt. Die Schwarzwurzeln werden sehr schnell geschabt, in Essigwasser durchgespült, in Wasser, welches mit Milch oder Essig und einem Eßlöffel Mehl vermischt wird, gelegt. Man läßt sie in kochendem Salzwasser weichkochen, läßt sie abtropfen und legt sie dann in die fertige Soße, wo sie eine Zeitlang durchziehen müssen. Zum Ausrühren der Grundsoße kann man das Kochwasser benutzen.

#### 48. Erbsenbrei (für 5 Personen).

1 Pfund trockene Erbsen, Fleischbrühe nach Bedarf, 3 Eßlöffel Butter oder Fett, etwas geriebene Zwiebel, 20 Gramm Mehl. Die eingeweichten Erbsen werden mit

einer Brühe  
getrieben.  
rührt, die  
schnell ange  
Butter gebr

#### 49. Sauerk

2 Pfu  
Stunden l  
Kefelwein  
daran gerie

#### 50. Gedäm

1 groß  
Blätter en  
Löffel Fett  
Löffel Essig  
Stunde vo  
Zucker und  
durchgekoch

#### 51. Rüm

2 Hau  
brüht und  
2 Pfund  
mit dem C  
Zwiebel u  
aufgelocht  
legt komm

#### 52. Nottra

Das  
Fett, 2 L  
Löffel Zud  
ben kann  
einige Ne  
in Scheib  
on, stellt  
für, in a

einer Prise Natron und Fleischbrühe weichgekocht, durchgetrieben. Butter, Zwiebel und Mehl werden gelb geröstet, die Erbsen damit glatt gerührt und möglichst schnell angerichtet. Man kann auf den Erbsenbrei in Butter gebratene Zwiebel geben.

#### 49. Sauerkraut.

2 Pfund Sauerkraut werden in 2 Löffel Fett 2 Stunden lang gekocht, einige Äpfel oder ein Glas Äpfelwein dazugetan und zuletzt eine rohe Kartoffel daran gerieben.

#### 50. Gedämpftes Kraut.

1 großes Haupt Weißkraut wird gereinigt (die äußeren Blätter entfernt), gehobelt oder fein geschnitten. In 2 Löffel Fett, etwas Zwiebeln, 3 Eßlöffel Wasser, 2 Eßlöffel Essig fest zugedeckt, wird das Kraut gargedämpft.  $\frac{1}{4}$  Stunde vor dem Anrichten wird 1 Löffel Mehl, 1 Löffel Zucker und etwas Salz hinzugefügt und nochmals gut durchgekocht.

#### 51. Kümmelkraut mit Kartoffeln.

2 Haupt Weißkraut werden belesen, gewaschen, abgebrüht und, wenn das Gemüse gar ist, abgeschüttet. 2 Pfund Kartoffeln, in Salzwasser abgekocht, werden mit dem Gemüse zusammen in 60 Gramm Fett, einer Zwiebel und 60 Gramm Mehl, die gelb geröstet werden, aufgekocht und die Brühe der Kartoffeln aufgefüllt. Zuletzt kommt noch Salz und 1 Kaffeelöffel Kümmel daran.

#### 52. Rotkraut.

Das Rotkraut wird gehobelt, gewaschen, mit 2 Löffel Fett, 2 Löffel Essig, einer Prise Salz, einem Kaffeelöffel Zucker und etwas Wasser aufgesetzt. Nach Belieben kann man eine Zwiebel mitkochen, in die man einige Nocken gesteckt hat, oder einen Apfel, den man in Scheiben schneidet. Man kocht das Kraut 20 Minuten an, stellt es dann noch 3 bis 4 Stunden in die Kochkiste, in der es besonders schön wird.

53. **Gurkengemüse.**

Man schält die Gurken von der Spitze nach dem Stiel, teilt sie, nimmt das Innere heraus, schneidet sie in 4 Zentimeter lange, 3 Zentimeter dicke Stückchen. Diese dämpft man mit Fett, gibt Wasser und ein wenig Dillkraut dazu und läßt es weichdämpfen. Man verdickt die Brühe mit etwas Mehl. Nach Belieben einige Tropfen Essig dazu geben.

54. **Roterübenngemüse.**

2 Pfund rote Rüben werden mit der Schale wie gewöhnlich weichgekocht, dann abgezogen und in Stifte geschnitten. Eine Zwiebel wird fein geschnitten, in Fett gedämpft, mit Wasser aufgefüllt, die Rotrüben hineingelegt, mit Mehl bestäubt, eine Prise Zucker dazu gegeben, Salz nach Geschmack.

55. **Artischocken.**

Die Artischocken werden von den Stielen und harten Blättern befreit und gewaschen. Ganz oder in vier Teile geschnitten, werden sie in 2 Stunden in Salzwasser weichgekocht; dann legt man sie auf einen Durchschlag zum Ablaufen, entfernt das Faserige in der Mitte, richtet sie auf einer heißen Schüssel an und gibt eine geschlagene holländische Soße dazu.

56. **Artischockenböden.**

Die gut gereinigten Böden werden 5 Minuten in Salzwasser abgekocht: Dann wiegt man eine Zwiebel, Karotte und Petersilie, dünstet sie in Butter, gibt die Artischockenböden hinein, füllt von der Brühe auf, fügt womöglich etwas Wein dazu und läßt langsam weichdämpfen. Man legt sie auf eine runde flache Schüssel, schmeckt die Brühe mit Zitronensaft, gewiegten Kräutern und etwas Rahm ab, rührt etwas Mehl dazu und gießt die Soße über die Böden.

## 57. Nisi — Bisi.

$\frac{1}{4}$  Pfund Reis wird gebrüht, und in Salzwasser weichgekocht, ein Stück Butter oder Fett zugefügt; frische grüne Erbsen werden ausgehülst und weichgedämpft, dann unter den Reis gemischt und mit etwas brauner Butter begossen. Man kann auch Büchsenerbisen oder getrocknete Erbsen verwenden.

## 58. Salzkartoffeln.

2 Pfund Kartoffeln, geschält und gewaschen, werden in größere Stücke geschnitten und in kochendem Salzwasser gar gekocht, abgegossen und etwas verdampfen lassen. Nach Belieben kann man sie mit Zwiebel oder Petersilie abschmelzen.

## 59. Kartoffeln in der Schale.

Man nimmt die Kartoffeln von möglichst gleicher Größe, wäscht sie mehrmals und setzt sie mit heißem Wasser und einer Hand voll Salz aufs Feuer und läßt sie rasch gar kochen, schüttet das Wasser ab und läßt sie aufgedeckt unter mehrmaligem Schütteln verdampfen. Nach Belieben etwas Kümmel mitkochen.

## 60. Geröstete Kartoffeln.

Die Kartoffeln werden gekocht, geschält, in Scheiben geschnitten und in heißem Fett, dem man nach Belieben etwas feingeschnittene Zwiebel zufügt, auf beiden Seiten gebraten.

## 61. Pommes frites (gebackene Kartoffeln).

Die Kartoffeln werden geschält, in längliche Stifte geschnitten, gewaschen, getrocknet und im schwimmenden Fett gebacken. Mit dem Seihlöffel herausgenommen, mit Salz bestreut. Man darf den Topf nicht zudecken.

## 62. Kartoffeln in der Kochkiste.

Im allgemeinen wird man die Kartoffeln nicht in der Kochkiste kochen, wenn man doch Feuer auf dem

Herd hat. Bei Gasfeuerung dagegen lohnt es sich, die Kartoffeln in der Kiste fertig zu kochen und vor allem ist das Kochen in der Kiste immer dann zu empfehlen, wenn man nicht genau weiß, wann gegessen werden kann. Auch für Abends z. B., wenn die Hausfrau in einem Vortrag oder im Theater war, wird sie froh sein, eine gute und heiße Kartoffel auf den Tisch bringen zu können.

### 63. Bechamelkartoffeln (für 6 Personen).

3 Pfund in der Schale gekochte Kartoffeln, 2 Eßlöffel Butter oder Fett, 1 große Zwiebel in Würfel geschnitten, 40 Gramm Mehl,  $\frac{1}{2}$  Liter Milch oder Wasser, 1 Prise Pfeffer und Salz nach Geschmack. Die gekochten Kartoffeln werden abgezogen, in Scheiben geschnitten. Von den übrigen Zutaten bereitet man eine helle Grundsoße, schmeckt sie mit Salz und Pfeffer ab, gibt die heißen Kartoffelscheiben hinein und läßt sie 10 bis 15 Minuten darin durchziehen, jedoch nicht mehr kochen.

### 64. Kartoffelgemüse.

2 Pfund Kartoffeln werden geschält und sauber gewaschen, in Scheiben geschnitten, mit Salzwasser beigesetzt und beinahe weichgekocht. Die Brühe wird abgegossen und zur Soße verwendet; zu dieser läßt man 1 Löffel Mehl in 1 Löffel Fett gelb rösten, füllt mit Kartoffelwasser auf, gibt die Kartoffeln mit etwas Salz und Pfeffer hinein und läßt sie darin durchstoven. Zusatz von gehackter Petersilie ist sehr gut. Das gleiche Gemüse kann man säuerlich zubereiten unter Hinzufügung von etwas Essig, einem Lorbeerblatt und Nelken.

### 65. Kartoffelbrei I.

2 Pfund Kartoffeln, geschält, gewaschen und geschnitten, werden in schwach gesalzenem Wasser weichgekocht, das Wasser wird abgegossen, die Kartoffeln glatt zerstampft, oder durch ein Sieb getrieben, mit Milch und etwas von dem abgeschüttelten Wasser zart gerührt.



## 66. Kartoffelbrei II.

Wenn man keine Milch zur Verfügung hat, kann man den Kartoffelbrei auch mit Brühe von Bouillonwürfeln glatt verrühren und ein Stückchen Butter hinein geben. Geröstetes Weckmehl oder feingeschnittene geröstete Zwiebel darauf geben.

## 67. Anleitung über die Zubereitung von Pilzen.

Oberster Grundsatz ist:

Nur gesunde, eßbare Pilze zu sammeln und sie möglichst sofort nach dem Einsammeln zu putzen. Alle alten, wässerigen und faulen Stücke wirft man weg, ebenso die zähen und harten Stiele. Die wurmförmigen Stellen sind zu entfernen, und, wo es möglich ist, die Oberhaut abzuziehen. Die Stiele sind ringsum abzuschaben und vom Ringe zu befreien. Das Futter ist nur zu entfernen, wenn es bereits zu weich geworden oder mit Pilzmaden durchsetzt ist. Zum Zwecke der Zubereitung werden die Pilze dann schnell, jedoch gründlich in kaltem Wasser gewaschen, nicht aber lange darin belassen, weil sonst die wichtigsten Nährsalze ausgelaugt würden. Das Kochen der Pilze geschieht ohne Ausnahme in ihrem eigenen Saft; Wasser darf nicht hinzugegeben werden. Die Pilze müssen bei starkem Feuer kurze Zeit gekocht werden; langes Kochen macht sie zäh und unverdaulich. Lediglich Pfifferlinge, Semmel- und Hartpilze sind länger zu kochen und werden am besten, wenn man sie einige Stunden in die Kochliste stellt. Ein sehr gutes Mittel, um Pilze weich zu machen, besteht darin, daß man ihnen beim Kochen eine Messerspitze doppeltkohlen-saures Natron zusetzt. Pilze dürfen nie im eisernen Topf gekocht werden.

## 68. Pilzgemüse.

Hierzu können alle Pilzsorten verwendet werden, auch gemischt. In Butter oder Fett dämpft man Zwiebeln gelb, gibt die gepuhten, in dünne Scheiben geschnittenen Pilze hinein, dämpft sie 15 bis 20 Minuten

bei starkem Feuer, stäubt mit Mehl, gibt Salz und Pfeffer dazu, nach Geschmack gewiegte Petersilie oder einige Tomaten. Zu Quellskartoffeln, Späzle oder Klößen.

### 69. Grüne Bohnen mit Steinpilzen.

Grüne Bohnen dämpft man beinahe weich, gibt gepuzte Steinpilze dazu, stäubt mit Mehl und macht sie fertig wie immer.

### 70. Frische Erbsen mit Pfifferlingen.

Man dämpft Erbsen und Pfifferlinge zusammen, stäubt mit Mehl ab, macht sie wie junge Erbsen fertig.

### 71. Pilz-Frikadellen.

Dazu verwendet man gemischte Pilze. Die in Scheiben geschnittenen Pilze werden angekocht, aus dem Saft genommen, durch die Fleischmaschine getrieben, mit eingeweichtem Weißbrot oder Haferflocken, 1 Ei, Salz und Pfeffer Frikadellen bereitet, die man schön braun brät.

### 72. Rührei mit Pilzen.

Die feingehackten Pilze werden 10 bis 15 Minuten gedämpft, ein Rührei zubereitet, unter die Pilze gemischt und sofort serviert.

### 73. Omelette von Pilzen.

Man nimmt die Pilze möglichst nur von zwei Sorten, bereitet sie wie üblich vor, hackt sie klein, dämpft sie in Butter weich, gibt etwas Mehl dazu, schmeckt ab mit Salz, Zitronensaft und Pfeffer, so daß es ein ziemlich steifes Ragout gibt. Man backt eine Omelette, füllt es mit dem Ragout, legt es auf eine feuerfeste Porzellanplatte und läßt es noch einige Minuten im Ofen aufziehen.

Pilzragout, wie oben beschrieben, eignet sich zur Fülle von Tomaten, Zwiebeln usw. Zur Bereitung von Kraut-

widel wird noch etwas von dem gekochten Kraut unter die Pilze gemischt, nachdem man es fein gewiegt hat.

#### 74. Pilzsalat.

Dazu eignen sich besonders die festen Sorten, wie Semmelpilz, Ziegenbart, Keizker, Täublinge usw. Die in dünne Scheiben geschnittenen Pilze werden weichgedämpft, aus dem Saft genommen und mit Essig und Del, Pfeffer und Salz angemacht.

#### 75. Pilzkotelette.

Hierzu eignen sich besonders Steinpilze, Maronenpilze und Ziegenlippe, größere Exemplare. Man schneidet den Stiel weg, wäscht den Hut sauber ab ohne zu schälen, schneidet fingerdicke Scheiben, wendet sie in Mehl und Salz und bakt sie in heißem Fett. Man kann sie auch in Pfannentuchenteig tauchen und ausbacken.

#### 76. Blumenkohl mit Pilzen.

Ein schöner Blumenkohl wird gut gewaschen und in Salzwasser abgekocht. Unterdessen hat man 1 Pfund Pilze, entweder Steinpilze oder irgend eine andere Sorte, gepuzt, gewaschen, in Stücke zerschnitten und in Fett oder Butter weichgedämpft, mit Mehl bestäubt und gesalzen. Nun richtet man den Blumenkohl vorsichtig auf einer runden Schüssel in der Mitte an, gibt die Pilze rings herum und reicht eine Blumenkohlsoße dazu. Man kann auch den Blumenkohl in Köschen zerlegen, in eine Auflaufform schichten, die Pilze dazwischen geben, etwas dickliche Soße darüber füllen, mit geriebenem Käse bestreuen und 15 Minuten im Ofen aufziehen lassen.

#### 77. Pilzwürstchen.

Pilze irgend einer Art werden gut gepuzt, gewaschen und fein gewiegt. Eine gewiegte Zwiebel wird mit Fett gedämpft, 2 eingeweichte Brötchen oder einige geriebene Kartoffeln werden dazugefügt, die Pilze dazugegeben und Pfeffer und Salz; man läßt erkalten, mischt ein Ei unter

die Masse, sowie einen Löffel gewiegter Petersilie; sollte es zu weich sein, fügt man etwas Mehl dazu. Man formt kleine Würstchen, rollt sie in Grießmehl und brät sie in heißem Fett braun.

#### 78. Trocknen der Pilze.

Die Pilze werden, wie eingangs beschrieben, gründlich gepuzt, jedoch nicht mit Wasser nachgereinigt, sondern von den anhaftenden Schmutz- und Sandteilchen durch trocknes Abreiben mit einem Tuch oder sauberes Abschaben mit dem Messer befreit. Die Pilze werden sodann in Scheibchen geschnitten und entweder auf Fäden aufgereiht, oder noch besser, auf Horden ausgebreitet. Das Trocknen selbst geschieht am besten unter Einwirkung mäßig heißer Luft, sofern die Pilze nicht an der Sonne getrocknet werden können, was unter allen Umständen den Vorzug verdient. Zum Trocknen werden die Fäden über den Ofen oder Gasherd gespannt, die Horden erhöht darüber angebracht. In der Backröhre sollen Pilze nicht getrocknet, höchstens später zur besseren Haltbarmachung nachgetrocknet werden. Pfifferlinge eignen sich nicht zum Trocknen, da sie im Kochen nicht mehr weich werden.

#### 79. Pilzextrakt.

Zum Pilzextrakt eignen sich fast alle Pilze, ganz besonders aber der Sandpilz und der echte Keizker. Die zerkleinerten Pilze werden gekocht, der ausfließende Saft wird von Zeit zu Zeit abgegossen. Beginnt der Saft spärlicher zu fließen, so kocht man die Masse mit etwas Wasser noch einmal scharf durch, und gießt die entstandene Brühe zu der andern. Letztere wird dann unter Zusatz von Salz solange eingekocht, bis der Saft so dick ist wie Sirup. In diesem Zustand läßt sich der Extrakt jahrelang aufbewahren und als Würze zu Suppen und Braten verwenden. Die Bereitung des Pilzextraktes ist um so vorteilhafter, als der Pilzsaft bei vielen Zubereitungsarten doch abgegossen wird; man schütte also derart erhaltenes Pilzwasser niemals weg, sondern mache es sich in der eben beschriebenen Weise nutzbar.

## 80. Sterilisieren der Pilze.

Die vorgeschriebenen Pilze werden im eigenen Saft angekocht, aus dem Saft genommen, in Gläser gefüllt und sofort wird frisches Wasser, ohne Salzzusatz, darüber gegossen. Bei 100 Grad müssen die Pilze eine Stunde sterilisiert werden. Nach dem Erkalten prüfe man die Gläser, ob sie noch luftdicht schließen und sterilisiere am 2. Tag nochmals eine  $\frac{1}{2}$  Stunde bei ebenfalls 100 Grad. So eingedünstete Pilze können einige Jahre aufbewahrt werden.