Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Neues praktisches Koch-Buch für die badische Küche

Faißt, Emma

Karlsruhe, [1905]

Suppen.

urn:nbn:de:bsz:31-54786

Visual Library

Suppen.

Bei allen unseren Hauptmahlzeiten erscheint die Suppe als erste, einleitende Speise. Vermöge ihrer flüssigen Natur nimmt sie die verdauenden Kräfte und Säfte des Magens nicht voll in Anspruch, sondern regt sie erst an und schafft damit die Grundlage für die Verarbeitung der nachfolgenden schweren Speisen. Als appetitreizende Speise sollte ihr sowohl nach Zubereitung, wie nach Auswahl und Abwechslung die größte Beachtung geschenkt werden.

Man teilt die Suppen ein in klare Fleischbrühsuppen, in gebundene, d. h. solche, die mit Mehl, Eiern oder Rahm sämig gemacht werden, und in Wassersuppen. Mit den nötigen Zutaten von Eiern, Butter, Rahm u. dgl. können aus allen möglichen pflanzlichen und andern Stoffen Suppen hergestellt werden. Einen vorzüglichen Ersatz für Fleischbrühe gibt guter Fleischextrakt, den man jedoch nur mäßig anwenden darf, da bei zuviel die Suppen streng schmecken. Ebenso lassen sich von den bekannten „Maggi"-Suppenwürfeln gute und kräftige Suppen bereiten, wie auch Maggis Fabrikat in flüssiger Form als angenehme Würze und Zutat zu Suppen und Saucen sehr zu empfehlen ist. Knorrs Suppenmehle und Suppentafeln in etwa 30 verschiedenen Sorten sind wegen ihrer rationellen Zusammensetzung gleichfalls aufs vorteilhafteste bekannt; aus ihnen werden in kürzester Zeit vorzügliche und nahrhafte Suppen hergestellt.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

1. **Fleischbrühe.** Will man eine gute Fleischbrühe erzielen, so wird das Suppenfleisch gut geklopft, die Knochen werden gewaschen und beides zusammen mit kaltem Wasser aufgestellt. Man erhält dadurch eine sehr kräftige, schmackhafte Fleischbrühe, aber ein trockenes, minderwertiges Stück Fleisch, indem das kalte Wasser Nährstoffe und Fleischsaft herauszieht, diese somit in die Brühe übergehen. Soll das Suppenfleisch noch einigermaßen schmackhaft bleiben, so stellt man nur die Knochen mit kaltem Wasser auf, fügt das Fleisch erst später dem kochenden Wasser zu, gibt Salz und Suppengrün hinein und läßt alles langsam weichsieden.

Um eine klare schöne Fleischbrühe zu erhalten, wird das Fleisch gut abgeschäumt und in gedecktem Topf gekocht. Soll die Fleischbrühe von braungelber Farbe sein, so schneidet man etwas rohes Fleisch und Leber in kleine Stückchen, läßt diese ohne Fettzutat in einem eisernen Pfännchen braun braten, löscht mit etwas Brühe ab und gibt alles in den Fleischtopf. Oder man fügt der Brühe etwas dunkelbraun gebrannten, mit Wasser aufgelösten Zucker hinzu. Hellbraun gedörrte Erbsenschoten und getrocknete Spargelabfälle, im Sommer rohe, im Winter eingemachte Tomaten wie Suppengrün mitgekocht, ebenso Knorrs Julienne, geben angenehmen Beigeschmack und ebenfalls eine klare bräunliche Farbe. Übrige ungesäuerte Bratensauce und auf der Herdplatte gebräunte ganze Zwiebeln verbessern Farbe und Geschmack. Schwache Fleischbrühen können durch Zusatz von Jus oder Fleischextrakt gekräftigt, durch Maggis Suppenwürze wohlschmeckend gemacht werden.

2. **Jus** (sprich Schüh). Zur Jus nimmt man kleingeschnittenes Fett von Ochsenfleisch, Rind- und Kalbfleisch und Knochen, auch Schinken- und Geflügelreste, Petersilienwurzeln, Zwiebeln, Gelberüben, Sellerie; dünstet dieses dunkelbraun, salzt es, füllt mit Wasser mäßig auf, läßt es einige Stunden kochen und seiht es durch. Kalt geworden erstarrt es und läßt sich in einem kühlen Raum einige Zeit halten.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

3. **Kraftbrühe** oder **Beef tea** (sprich Bihf-tih). 1 Pfund rohes Ochsenfleisch wird von Haut, Fett und Sehnen befreit und in kleine Würfel geschnitten. Diese gibt man in eine Champagnerflasche, korkt sie leicht zu, stellt sie mit kaltem Wasser auf's Feuer und läßt den Inhalt 5—6 Stunden im eigenen Saft langsam und gleichmäßig kochen. Während des Kochens muß das verdunstende Wasser im Topfe durch heißes wieder ergänzt werden. Das Fleisch muß sich zu einer hellbraunen, klaren Flüssigkeit kochen.

4. **Einfache Kraftbrühe anderer Art** (für Kranke geeignet). Man nimmt für etwa 1 Tasse Brühe $^1/_2$ Pfund Ochsenfleisch, am besten Schenkelstück, schneidet es, von Fett und Sehnen befreit, in kleine Würfel, tut diese in einen Kochtopf, salzt sehr wenig, gießt kaltes Wasser zu, bis es etwa fingerbreit darübergeht und läßt es eine Stunde zugedeckt auf lauwarmer Herdstelle ziehen. Darnach auf's Feuer gebracht, läßt man es noch 20—25 Min. leicht kochen, aber nicht strudeln, und erhält so in kurzer Zeit eine wohlschmeckende und recht kräftige Brühe. Ehe man sie anrichtet, rührt man auf und läßt nur die Fleischwürfel zurück, nicht aber den inzwischen entstandenen braunen Bodensatz, der eben den Nährwert enthält. Ist die Brühe für Kranke bestimmt, so werden ihr keinerlei Suppenkräuter oder Würzen zugefügt.

5. **Schnellgemachte Fleischbrühe.** Man schneidet das hierfür bestimmte Rindfleisch in kleine Stückchen, gibt diese mit einer Zwiebel in wenig heiße Butter und läßt es andämpfen; soll die Brühe für Schleimsuppe verwendet werden, so gibt man noch etwas Weizen- oder Reismehl darüber. Dann wird mit Wasser abgelöscht, das Suppengrün, nach Belieben auch Gewürze (Maggis Suppenwürze) und soviel heißes Wasser hinzugefügt, als man Brühe haben will, und alles zugedeckt leicht kochen lassen. $^1/_2$—1 Stunde. Oder: Man bereitet eine solche von Maggis Bouillonkapseln. Die Hälfte eines solchen Röhrchens gibt 1 Portion. Man löst

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

dieses in $^1/_4$ Liter kochendem Wasser auf und gibt eine beliebige Suppeneinlage hinein, die man damit garkocht.

6. **Ochsenschwanzsuppe (Oxtailsuppe,** sprich Oxtähl). Für 6 Personen nimmt man 2 große, fleischige Mittelstücke vom Ochsenschwanz, gibt diese mit einem Stück Butter, reichlich Zwiebeln, Gelbrüben, Sellerie, Petersilienwurzeln, Lorbeerblättern, Nelken, Pfefferkörnern und etwas Salz in eine Kasserolle und läßt alles zusammen eine zeitlang dämpfen. Dann stäubt man etwas Mehl darüber, gießt Fleischbrühe hinzu (die man aus $^1/_2$ Maggibouillonkapsel durch Aufgießen mit kochendem Wasser hergestellt hat), daß das Fleisch gut damit bedeckt ist, und läßt es langsam 2—3 Stunden kochen. Nun läßt man $^1/_4$ Pfund Butter zergehen, gibt so viel Mehl hinzu, als die Butter aufschluckt und röstet dasselbe schön braungelb. Mit der Brühe vom Ochsenschwanz und Fleischbrühe füllt man auf und läßt die Suppe 1—1$^1/_2$ Stunden kochen, gibt auch 1 Glas Madeira oder Rotwein und 10 Tropfen Maggi's Würze hinzu. Das Fleisch wird von den Knochen abgelöst, in gleichmäßige Stücke geschnitten, in der Schüssel mit der Suppe übergossen und aufgetragen.

7. **Mockturtlesuppe** (sprich Mocktörtl = nachgeahmte Schildkrötensuppe). Ein halber gebrühter Kalbskopf wird, nachdem er gut gewässert, gereinigt und ausgebeint ist, mit kaltem Wasser und Beigaben wie zu Fleischbrühe beigesetzt und weichgekocht. Dann wird soviel Mehl, als man zu einer sämigen Suppe braucht, in reichlich Butter braungeschweißt, mit Kalbskopfbrühe abgelöscht, und dies läßt man mit 1—2 Zitronenscheibchen einige Zeit kochen.

Das weichgewordene Fleisch wird alsdann in hübsche längliche Stückchen geschnitten, die Suppe durch ein Haarsieb darüber gegeben und das Ganze noch einmal aufkochen lassen. Vor dem Anrichten kann man etwas Paprika und 1 Glas Madeira hinzugeben; kleine Butterklöschen oder Makkaronistückchen schmecken ebenfalls recht fein darin.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

8. **Krebssuppe.** Lebendige Krebse werden gewaschen, dann in kochendem Salzwasser mit etwas Essig gekocht, bis sie rot sind. Sodann wird die Schale entfernt; Schwanz und Schere werden ausgenommen und bei Seite gelegt. Die übrigen Körperteile werden ebenfalls gereinigt und zusammen zu einem Brei zerstampft. Dieser wird mit 1 Stück Butter und Zwiebeln in einer Kasserolle gut geröstet, bis die Butter rot ist; dann gibt man 2 Löffel Mehl darüber, verrührt es damit, füllt mit Fleischbrühe auf und läßt die Suppe gut $^1/_2$ Stunde kochen. Die obenauf schwimmende Krebsbutter wird abgenommen, das übrige durch ein Haarsieb gegossen und stehen gelassen, bis sich das Unreine gesetzt hat. Die klare Brühe wird dann abgegossen, nochmals aufgekocht und mit Eigelb, süßem Rahm und gebähten Weckschnitten angerichtet. Scheren, Schwänze und Krebsbutter gibt man darüber. Auch kann man in guter Fleischbrühe aufgekochten Reis oder Butterklöße einlegen.

9. **Hühnersuppe.** Man setzt das Huhn, nachdem es gut gereinigt ist, mit wenig Suppengrün, dem nötigen Wasser und Salz bei und läßt es zugedeckt langsam weichsieden. Eine alte Henne braucht 3—4 Stunden Kochzeit. $^1/_2$ Pfund Reis wird gewaschen, gebrüht und wenn das Huhn bald gar ist dazugegeben und damit weichgekocht; doch müssen die Reiskörnchen ganzbleiben. Ist alles gar, so wird das Fleisch vom Gerippe gelöst, in kleine Stücke geschnitten, wieder zur Suppe getan und 10—12 Tropfen Maggi's Würze hinzugefügt; oder man verwendet einen Teil davon zu Ragout (sprich Raguh = Fleischgericht). Man kann auch von Herz, Leber und Magen des Huhnes Klößchen bereiten und sie in die Suppe geben.

10. **Wildsuppe.** Knochen und Fleischreste von Wildbret, auch Wildgeflügel, werden fein verhackt und mit Fett, Zwiebeln und Gelberüben gut angebraten. Man streut dann einige Löffel Mehl darüber, röstet dies mit, füllt mit Fleischbrühe auf und läßt alles zusammen einige Zeit kochen. Dann seiht man die Suppe durch, läßt sie mit 1 Glas Rotwein aufkochen

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

und richtet sie über geröstete Weckwürfel, Klöße oder Eierkäse an.

11. **Hirnsuppe.** 2 Kalbshirne werden mit warmem Wasser übergossen, abgehäutet und mit Petersilie fein verwiegt. In 1 Stück Butter schwitzt man 2—3 Löffel Mehl, gibt das Verwiegte dazu und dämpft es mit; rührt es dann mit Fleischbrühe glatt, füllt es damit auf und läßt die Suppe kochen. Mit Eigelb und etwas Rahm wird sie abgerührt und mit $^1/_2$ Teelöffel Maggis Würze gewürzt; dazu gibt man geröstete Weckschnitten.

12. **Gerstensuppe.** $^1/_4$ Pfund Gerste wird gewaschen, mit einem Stückchen Butter und wenig kaltem Wasser beigestellt und zum Kochen gebracht. Mit kochender Fleischbrühe wird nach und nach aufgefüllt und die Suppe $1^1/_2$—2 Stunden gekocht. Eine Weile vor dem Anrichten rührt man ein Teigchen von 1—2 Löffeln Mehl und Milch oder Wasser hinein und läßt die Suppe damit fertigkochen. Auf gleiche Weise kann man die Suppe nur mit Wasser zubereiten; nur muß dieselbe dann 3—4 Stunden gut kochen.

13. **Gerstenschleimsuppe.** Sie wird zubereitet wie obige. Hat sie genügend gekocht, so wird sie durch ein Haarsieb getrieben und soviel als nötig mit Fleischbrühe verdünnt. Beim Anrichten rührt man sie mit Eigelb und Rahm ab und gibt geröstete Weckwürfel darüber oder nebenbei. Wer das lange Kochen und umständliche Durchrühren vermeiden will, verwende Knorrs Gerstenmehl.

14. **Grünkernsuppe.** Die Grünkerne weicht man tags zuvor in kaltem Wasser ein. Bei der Zubereitung werden sie mit kaltem Wasser und 1 Stückchen Butter aufgestellt und weich gekocht, indem man mit Fleischbrühe von Zeit zu Zeit nachfüllt. Sie werden dann durchgetrieben, mit Fleischbrühe aufgefüllt und die Suppe aufgekocht. Beim Anrichten wird sie mit Eigelb und süßem Rahm abgerührt; Markklöße oder geröstete Weckwürfel werden darübergegeben; auch kann man kleine Stücke weichgekochter Makkaroni beifügen. — Von gemahle-

nen Grünkernen wird die Suppe zubereitet wie Gerstensuppe. Mit Vorteil verwendet man auch Knorrs Grünkernflocken, Grünkerngrieß oder Grünkernmehl, welche viel Zeit und Arbeit sparen.

15. **Hafergrützsuppe.** Hafergrütze (Knorrs) rührt man in kochende Fleischbrühe ein und läßt sie 1 Stunde kochen. Will man sie durchtreiben, so muß die Suppe entsprechend sämiger gekocht sein, wozu man mit einem Teiglein von Mehl und Milch oder Wasser $^1/_4$ Stunde vor dem Anrichten nachhelfen kann. Man bringt sie mit beliebigen Klößchen oder über geröstete Weckwürfel angerichtet auf den Tisch.

16. **Haferflockensuppe** wird auf dieselbe Art bereitet wie Gerstensuppe; auch kann man Gersten-, Grünkern-, Hafergrütz-, Haferflocken- und Grießsuppe recht gut ohne Fleischbrühe zubereiten, indem man die Masse erst in Butter schön gelblich dünstet, dann mit Wasser glatt rührt, auffüllt und tüchtig kochen läßt. Beim Anrichten fügt man etwas Fleischextrakt oder übrige Bratenjus hinzu, auch Eigelb wenn man will. Auch kann man etwas Muskatnuß darüberreiben. In diesen Suppen schmecken kleine Klößchen sehr gut. Übrigens sind auch die überall käuflichen Suppentafeln von Knorr recht praktisch zur raschen Zubereitung schmackhafter Suppen.

17. **Reissuppe.** 100 g Reis werden gewaschen und mit kochendem Wasser 2—3mal gebrüht. Dann wird der Reis mit kochender Fleischbrühe aufgestellt, mit solcher nachgefüllt und $^1/_4$—1 Stunde langsam weichgekocht. Es darf nicht darin gerührt werden, damit die Körner ganzbleiben. Will man die Suppe gebunden haben, so rührt man ein Teigchen von 2 Löffeln Mehl und Milch oder Wasser hinein und läßt dasselbe $^1/_2$ Stunde mitkochen. — Beim Anrichten kann man etwas Muskatnuß hineinschaben und geriebenen Käse (trockenen Schweizer-, Holländer- oder Parmesankäse) darüberstreuen oder dazu servieren.

18. **Grießsuppe.** Für 6 Personen rechnet man 125 g Grieß. Diesen rührt man in die kochende Fleischbrühe und

läßt ihn 20 – 30 Minuten kochen. Nach Belieben kann man die Suppe mit Eigelb und Rahm abrühren.

19. **Sagosuppe.** 100 g Sago werden gewaschen, in kochende Fleischbrühe eingerührt und 1/4 Stunde gekocht, bis der Sago klar ist. Beim Anrichten bindet (legiert) man die Suppe mit Eigelb und Rahm und gibt nach Belieben kleine, in Salzwasser abgekochte Blumenkohlröschen dazu. Von Knorrs ächter Tapioka wird die Suppe besonders gut.

20. **Braune Sagosuppe.** Hat man Braten- oder Geflügelknochen (es kann auch von beiden sein), so bratet man sie mit einem Restchen magerem Schinken, einem Stückchen Leber und etwas Zwiebel gut braun an, füllt mit Wasser auf, salzt und läßt ungefähr 2 Stunden kochen. Dann gießt man die braungewordene Brühe durchs Haarsieb, gibt gewaschenen Sago hinein und läßt ihn noch 1/4 Stunde kochen. Man rechnet auf den Teller Suppe 1 Löffel voll Sago. Beim Anrichten fügt man 1 Kaffeelöffel Fleischextrakt hinzu.

21. **Markklößchen-Suppe.** Knochenmark wird einige Stunden in frisches Wasser gelegt, bis es weiß ist; dann läßt man es in einem Pfännchen bei mäßiger Hitze zergehen, seiht es durch und rührt es schaumig. Auf 100 g nimmt man 3 geriebene Milchbrötchen, 3 Eier und fein verwiegte Petersilie, Salz, Pfeffer und Muskatnuß. Ist das Mark gut schaumig gerührt, so gibt man die Eier, Brötchen und das Gewürz nach und nach dazu und rührt es gut zusammen. Dann werden kleine runde Klöße geformt, diese in kochende Fleischbrühe oder Suppe gegeben und etwa 10 Min. darin sieden lassen. Beim Anrichten gibt man gebähte Weckschnitten in die Schüssel.

22. **Markklößchensuppe** (andere Art). Das Mark wird zuerst fein verbroselt und dann mit ebensoviel geriebenen Brotgipfeln vermengt. Hierzu gibt man das nötige Salz, etwas Pfeffer, fein verwiegte Petersilie und entsprechend Eier, bis sich die Masse zu kleinen Klößchen formen läßt. Weitere Zubereitung wie Nr. 21.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

23. **Butterklößsuppe.** Butterklöße werden ebenso zubereitet wie Markklöße. Anstatt Mark nimmt man Butter, rührt schaumig und gibt das übrige dazu.

24. **Grießklößsuppe.** 1/2 Liter Milch, etwas Salz und 1 Stückchen Butter läßt man zusammen kochend werden, rührt 60 g Grieß hinein bis die Masse breiig wird, läßt sie abkühlen, gibt einen Kaffeelöffel geriebenen Käse und drei Eigelb dazu und mischt den Schnee der Eiweiß darunter. Mit 1 Teelöffel werden längliche Klöße ausgestochen, in Salzwasser abgekocht und kurz vor dem Anrichten in die Suppe gegeben.

25. **Suppe mit Reisklößchen.** 150 g Reis werden gewaschen, mit etwas kaltem Wasser aufgestellt, einigemal aufgekocht und abgegossen. Man gießt dann etwas Milch darüber und läßt den Reis weich und dick einkochen; auch kann man Knorrs Reisflocken dazunehmen. Ist er dann etwas verkühlt, so gibt man 3 Eigelb, das nötige Salz und den Schnee der Eiweiß darunter, sticht davon Klöße aus, läßt sie in kochender Fleischbrühe etwa 10 Min. sieden und richtet sie an.

26. **Schwammklößchen-Suppe.** Man läßt 1/2 Liter Milch mit 50 g Butter und etwas Salz kochend werden, siebt 1/4 Pfund Mehl dazu und rührt die Masse, bis sie glatt ist und sich von der Kasserolle löst, tut sie in eine Schüssel zum kühlen und rührt dann 3 Eigelb und den Schnee der Eiweiß darunter. Mit einem Teelöffel sticht man Klößchen aus, kocht sie entweder in Salzwasser oder in Fleischbrühe kurz auf und richtet sie an; darüber gießt man Fleischbrühe.

27. **Eierkässuppe.** 1/4 Liter Milch oder auch kalte Fleischbrühe, 4 Eier und etwas Salz werden gut zusammen verrührt und in einen kleinen, mit Butter bestrichenen Topf gefüllt. Diesen stellt man in kochendes Wasser und läßt die Masse langsam kochen, bis sie steif ist. Sie wird dann gestürzt, in kleine gleichförmige Stücke geschnitten und in Fleischbrühe oder Suppe gegeben.

28. **Suppe mit gebackenen Klößen.** 1/4 Liter Milch läßt man mit 1 Stück Butter aufkochen, rührt 2—3 Löffel

Mehl hinein und rührt die Masse auf dem Feuer, bis sie sich von der Kasserolle löst. Man gibt sie dann in eine Schüssel, läßt sie abkühlen und schlägt 3 Eier nach und nach dazu. Mit einem kleinen runden Löffel sticht man Klöße aus und backt sie in schwimmendem Fett hellgelb. In die Schüssel gegeben, übergießt man sie mit kochender Fleischbrühe und serviert die Suppe sogleich.

29. **Klößchen von Geflügelleber.** Herz, Leber und Magen werden mit Petersilie fein verwiegt. Dann werden 50 g Butter schaumig gerührt, das Verwiegte, 2 in Wasser eingeweichte, ausgedrückte und verrührte Milchbrötchen, 3 Eier, Salz, Pfeffer und Muskatnuß dazugegeben und gut darunter gemengt. Hiervon formt man kleine runde Klößchen und kocht sie gleich den andern in Fleischbrühe gar. Von Kalbsleber kann man auf dieselbe Weise Suppenklößchen bereiten.

30. **Flädlesuppe.** Von 100 g Mehl, 1 Kaffeelöffel Salz, 3—4 Eiern und der nötigen Milch wird ein glatter, dünner Teig angerührt. Davon backt man mit sehr wenig Fett dünne Pfannkuchen, läßt diese erkalten und schneidet sie in feine Streifen. Kurz vor dem Anrichten gibt man sie in die kochende Fleischbrühe.

31. **Nudelsuppe.** Zu den Nudeln werden 2—3 Eier mit 1 Prise Salz in einer Schüssel verrührt und soviel Mehl dazu gegeben, als die Eier annehmen. Dann nimmt man den Teig auf das Nudelbrett und arbeitet ihn mit etwas Mehl, bis er Poren hat und nicht mehr am Brett hängenbleibt. Er wird nun in kleine Teile geschnitten und diese ausgewellt zu dünnen, runden Kuchen, sodaß man Gedrucktes durch sie lesen kann. Man läßt sie etwas trocknen, rollt sie dann auf und schneidet sie fein wie Fäden. Zum Nachtrocknen streut man sie auf ein reines Tuch, kocht sie dann in Salzwasser kurz ab, läßt sie gut abtropfen und in kochender Fleischbrühe, der man etwas Fleischextrakt zusetzen kann, einmal aufwallen. Oft bleibt zur Bereitung der Nudeln im Haushalt keine Zeit, und da leisten die bekannten Knorrs Eierteigwaren willkommenen Dienst.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

32. **Eiergerstsuppe.** Für Eiergerste wird derselbe Teig gemacht wie zu Nudeln, nur etwas fester. Er wird dann mittelst Reibeisen auf ein reines Tuch oder Brett gerieben, wo man ihn unberührt trocknen läßt; event. verwendet man auch Knorrs Eierriebele. Die Körnchen werden nun in kochende Fleischbrühe eingerührt und 1/4 Stunde gekocht. Wer es liebt, kann etwas Schnittlauch aufstreuen.

33. **Maccaronisuppe.** 3—4 Löffel Mehl werden in 1 Stück Butter geschwitzt, mit Fleischbrühe glattgerührt, aufgefüllt und die Suppe 1 Stunde langsam gekocht. Die Maccaroni werden in 1 cm lange Stückchen gebrochen oder Knorrs Eierhörnchen verwendet, in Salzwasser abgekocht, mit kaltem Wasser abgespült und in der Suppe aufgekocht. Mit Eigelb wird die Suppe abgerührt.

34. **Einlaufsuppe.** 3 Löffel Mehl rührt man mit kalter Fleischbrühe oder Wasser an, gibt Salz und 4 Eier dazu und rührt dies zu einem glatten, dickflüssigen Teig. Unter stetem Rühren läßt man ihn in kochende Fleischbrühe einlaufen und die Suppe eine zeitlang kochen. Beim Anrichten kann man nach Belieben etwas feingeschnittenen Schnittlauch darüberstreuen.

35. **Weck-Einlaufsuppe.** 1/4 Pfund Weckmehl oder geriebene Wecke rührt man mit 3 ganzen Eiern und etwas kalter Fleischbrühe zu einem Brei. Diesen rührt man in kochende Fleischbrühe ein und läßt die Suppe 1/2 Stunde kochen. Anstatt Weckmehl kann man auch Grieß nehmen und ebenso zubereiten.

36. **Gebrannte Einlaufsuppe.** In einem Stück Butter röstet man 4 Löffel Mehl hellbraun, verrührt 4—5 Eier mit Wasser, löscht damit das geröstete Mehl ab und füllt mit kochender Fleischbrühe auf. Man läßt die Suppe 1/2 Stunde kochen und richtet sie an. Beim Ablöschen darf es keine Klümpchen geben.

37. **Luftsuppe.** In einer Kasserolle rührt man 4 Löffel Mehl mit Wasser an, gibt 4 Eier dazu, rührt dieses glatt und füllt mit Fleischbrühe auf. Man läßt die Suppe kurz aufkochen und richtet sie mit Schnittlauch an.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

38. **Buttermehlsuppe.** 125 g Mehl gibt man in heiße Butter und schwitzt dieses darin schön gelb, rührt es mit Fleischbrühe gut glatt und füllt damit auf zu einer sämigen Suppe; läßt diese $1^1/_2$—2 Stunden langsam kochen, gibt $^1/_4$ Liter Weißwein dazu, kocht die Suppe kurz damit auf und rührt sie mit Eigelb und Rahm ab. Mit Mark- oder Fleischklößchen oder gerösteten Weckwürfeln wird sie aufgetragen.

39. **Biskuitsuppe.** 45 g Butter werden schaumig gerührt, sodann 3 Eßlöffel feines Mehl, 3 Löffel Milch, 3 Eigelb, etwas Salz und Muskatnuß dazugegeben und alles gut schaumig gerührt. Den Schnee der Eiweiß mischt man darunter und füllt die Masse 1 cm hoch in eine bestrichene und mit Mehl bestreute, viereckige Form und backt sie hellgelb. Nach dem Backen läßt man sie erkalten, schneidet dann Vierecke davon und gibt diese in kochende Fleischbrühe od. Suppe.

40. **Gipfelsuppe.** Trockene Gipfel oder mürbe Wecken werden gerieben, mit 1 Löffel Mehl in Butter geröstet und mit Fleischbrühe aufgefüllt. $^1/_4$ Stunde läßt man die Suppe kochen und rührt sie mit Eigelb und süßem Rahm ab.

41. **Geriebene Brotsuppe.** Schwarzbrot oder Wecken werden im Ofen gebäht und fein gestoßen. In einem Stück Butter schwitzt man 1—2 Löffel Mehl und 1 fein geschnittene Zwiebel gelb, tut das Brot dazu und röstet es etwas mit. Mit kaltem Wasser löscht man ab, füllt mit Fleischbrühe oder auch Wasser auf und läßt die Suppe $^1/_2$ Stunde kochen. Mit Eigelb und Rahm wird sie abgerührt. Oder: Man dünstet Zwiebel und Grünes, fein verwiegt, mit etwas Mehl in 1 Stück Butter, gibt Weckstückchen dazu und läßt alles mit Wasser oder Fleischbrühe schleimig kochen. Die Suppe wird dann durchgetrieben, aufgefüllt und aufgekocht.

42. **Einfache Brotsuppe.** Brot- und Weckreste werden klein geschnitten, mit Wasser und Salz aufgestellt und gut weichgekocht. Dann treibt man die Suppe durch ein Sieb, läßt sie mit 1 Stück Butter aufkochen und richtet sie mit Eigelb und Rahm an.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

43. **Panadensuppe** (Weckſuppe). Von 4—5 Brötchen reibt man die Rinde ab, ſchneidet die Brötchen in Würfel und röſtet dieſe in heißer Butter gelb. Dann verrührt man 4—5 Eier mit etwas Waſſer, gibt ſie über die Weckwürfel, rührt alles gut zuſammen und füllt mit kochender Fleiſchbrühe auf. Man läßt die Suppe kurz aufkochen und ſtreut nach Belieben Schnittlauch darüber.

44. **Panadenſuppe anderer Art.** 4—6 Brötchen weicht man abends zuvor in kaltes Waſſer ein, ſtellt ſie mit demſelben Waſſer auf und läßt ſie langſam verkochen. Man paſſiert ſie durch ein grobes Sieb, füllt ſoviel als nötig mit Fleiſchbrühe oder auch Waſſer auf und läßt die Suppe 20 Min. kochen. Beim Anrichten wird ſie mit Eigelb und Rahm abgerührt.

45. **Rahmſuppe.** Trockenes Brot wird in dünne Scheiben geſchnitten und mit dem nötigen Waſſer und Salz weichgekocht. In der Schüſſel verrührt man einige Löffel Rahm, gießt die kochende Suppe hinzu und ſtreut etwas Schnittlauch darüber.

46. **Rahmſuppe anderer Art.** Weckwürfel röſtet man in Butter und einem Kaffeelöffel voll Mehl hellgelb, füllt mit Waſſer auf, läßt kochen, ſalzt und richtet über in der Schüſſel mit 1 Eigelb verrührtem ſauern Rahm an. Man kann auch die Würfelchen beſonders röſten und ſie erſt beim Anrichten in die Suppe tun, wobei ſie knuſperiger bleiben.

47. **Blumenkohlſuppe.** Geſchälter Blumenkohl wird in kleine Teile geſchnitten und in Salzwaſſer abgekocht, wie zu Gemüſe. 2 Eßlöffel voll Mehl ſchweißt man in heißer Butter gelb, füllt mit Fleiſchbrühe oder Blumenkohlbrühe nach und läßt die Suppe $^1/_2$ Stunde kochen. Man ſchüttet dann den Blumenkohl hinein, rührt die Suppe mit Eigelb und Rahm ab und fügt 10—12 Tropfen Maggis Würze dazu. Die Blumenkohlröschen ſollen ganzbleiben, aber doch weich ſein.

48. **Spargelſuppe.** Spargeln werden geſchält, in Stückchen gebrochen und in Salzwaſſer abgekocht. Die weitere Zu-

bereitung ist dieselbe wie bei Blumenkohlsuppe. Statt Fleischbrühe kann man auch die Spargelbrühe benützen und sie mit Fleischextrakt kräftigen.

49. **Grüne Erbsensuppe.** 1 Teller voll enthülste grüne Erbsen werden gelesen, gewaschen und in 1 Stück Butter mit fein verwiegter Petersilie und etwas Fleischbrühe weichgedämpft. Man streut sodann etwa 2 Löffel Mehl darüber, rührt glatt zusammen, verdünnt mit Fleischbrühe und läßt die Suppe noch eine Weile kochen. Sie wird dann durchgetrieben, nochmals aufgekocht und mit Eigelb und gerösteten Weckwürfeln angerichtet.

50. **Tomatensuppe.** 4—6 reife Tomaten (Paradiesäpfel) werden gewaschen, geteilt und mit etwas Fleischbrühe weichgedünstet. Dann wäscht man 3 Löffel Reis, brüht ihn 2—3 mal ab und kocht ihn mit Fleischbrühe weich. Die Tomaten werden durchgetrieben, zu dem Reis gegeben und damit aufgekocht. Die Suppe rührt man beim Anrichten mit Eigelb ab.

51. **Tomatensuppe anderer Art.** In einem Stück Butter werden 60 g Mehl gelb geschweißt, dazu gibt man etwa 6 gewaschene und geteilte Tomaten und dünstet dieses zusammen weich (etwa 1 Stunde). Dann treibt man die Suppe durch ein Sieb, füllt mit Fleischbrühe soviel als nötig auf und läßt alles eine Weile kochen. Mit gerösteten Weckwürfeln oder Suppenklößen wird die Suppe angerichtet.

52. **Gemüsesuppe** (Juliennesuppe). Allerlei Gemüse, Wirsing, Kohlraben, Bohnen, Lauch, Selleriewurzel, Erbsen, Blumenkohl u. s. w., wie sie die Jahreszeit mit sich bringt, werden gereinigt, gewaschen und in kleine Streifen geschnitten, ebenso auch Kartoffeln. Mit Butter und wenig Fleischbrühe dämpft man die Schnitzel weich, füllt nach und nach mit Fleischbrühe auf und gibt später die in Salzwasser abgekochten Kartoffeln dazu. Mit gerösteten oder gebähten Weckschnitten wird die Suppe serviert. Im Winter, wenn frische Gemüse selten sind, bieten Knorrs Dörrgemüse (einzeln und gemischt zu haben) willkommenen Ersatz.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

53. **Gemüsesuppe anderer Art.** Gelbrüben, Lauch, Selleriewurzeln, Kartoffeln werden geputzt, gewaschen, in Würfel geschnitten und in gutem, heißem Fett mit wenig Fleischbrühe halb weich gedämpft. Dann gibt man feine Schwarzbrotschnittchen dazu, füllt mit Fleischbrühe soviel als nötig ist auf und läßt die Suppe 2 Stunden langsam kochen.

54. **Wurzelsuppe.** Gelbrüben, Sellerie, Kohlrabi, Petersilienwurzel, von jedem Teil gleichviel, werden geputzt und gewaschen, in dünne Scheiben geschnitten nebst 2—3 kleinen geschälten Zwiebeln. Nun läßt man etwas frische Butter mit 1 Schöpfer Mehl hellgelb werden, gibt das Geschnittene hinein, füllt mit Wasser auf und läßt es 2—2½ Stunden kochen. Ist alles gut weichgekocht, so wird die Suppe durchpassiert und über gebähten Weckschnitten angerichtet.

55. **Krautsuppe.** Wirsing oder Weißkraut wird gewaschen, fein geschnitten oder verwiegt. Man gibt es in heiße Butter und dämpft es mit etwas Fleischbrühe fast weich. Dann streut man etwas Mehl darüber, füllt mit Fleischbrühe nach und läßt das Kraut vollends weichkochen. Mit Eigelb und Rahm wird die Suppe abgerührt.

56. **Endiviensuppe.** Endivie wird sehr fein geschnitten und zubereitet wie Krautsuppe.

57. **Kerbelsuppe.** Kerbel und Sauerampfer wird gelesen, gewaschen und fein verwiegt. Einige Löffel Mehl schweißt man in Butter gelb, gibt den verwiegten Kerbel und Sauerampfer hinzu und dämpft sie mit. Mit Wasser oder Fleischbrühe wird glattgerührt, aufgefüllt und die Suppe ½—¾ Stunde gekocht. Beim Anrichten wird die Suppe mit Eigelb und Rahm abgerührt, gebähte Weckschnitten werden darüber gegeben.

58. **Petersiliensuppe.** Eine Handvoll von den Stielen befreite Petersilie wird mit einer Zwiebel fein verwiegt und weiter zubereitet wie Kerbelsuppe.

59. **Selleriesuppe.** 4 Selleriekköpfe werden geschält, fein geschnitten und mit Butter weichgedämpft, 2 Löffel Mehl

darübergestreut, mit Fleischbrühe nachgefüllt und die Suppe 1/2 Stunde gekocht. Dann wird sie durchgetrieben, nochmals aufgekocht und mit Ei und Rahm abgerührt.

60. **Kartoffelsuppe.** Kartoffeln werden roh geschält, gut gewaschen, in Salzwasser weichgekocht und durchgetrieben. In 1 Stück Butter werden eine verwiegte Zwiebel und Petersilie gedämpft, die Kartoffeln nebst wenig Kümmel dazugegeben und mit Fleischbrühe oder Wasser aufgefüllt. Man läßt die Suppe eine Weile kochen und fügt beim Anrichten sauren Rahm, geröstete Weckwürfel und etwas Pfeffer dazu.

61. **Kartoffelsuppe anderer Art.** Lauch, Zwiebeln, Petersilie, Selleriewurzel, Gelbrüben werden fein geschnitten, gewaschen und in Butter mit etwas Fleischbrühe weich gedünstet. Roh geschälte, in Schnitze geschnittene Kartoffeln gibt man dazu und läßt dies zusammen mit Wasser weichkochen. Die Suppe wird dann durchgetrieben, mit Fleischbrühe oder Wasser aufgefüllt und nochmals gekocht. Das nötige Salz streut man ein, rührt die Suppe mit Rahm ab und gibt geröstete Weckwürfel darüber.

62. **Zwiebelsuppe.** 1—2 Zwiebeln werden fein länglich geschnitten und mit 1 Löffel Mehl in Butter oder gutem Fett gelb geröstet. Man gibt dann fein geschnittene, im Ofen gebähte Brot- oder Weckschnitten hinzu, röstet diese ebenfalls mit und verdünnt soviel als Suppe nötig ist mit Wasser oder Fleischbrühe. Dann wird Salz zugegeben, die Suppe aufgekocht und angerichtet.

63. **Erbsensuppe.** Die abends zuvor eingeweichten, gut ausgelesenen Erbsen werden mit kaltem, weichem Wasser aufgestellt, weichgekocht und durchgetrieben. In gutem, heißem Fett schweißt man 2 Löffel Mehl und etwas fein geschnittene Zwiebel gelb, gibt die Erbsen dazu, rührt sie glatt und füllt mit Fleischbrühe oder Wasser auf. Man läßt die Suppe noch 1/2 Stunde kochen, fügt 10 Tropfen Maggis Würze hinzu und gibt beim Anrichten geröstete Weckwürfel oder gekochten Reis dazu.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

64. **Linsensuppe.** Ausgelesene Linsen werden wie die Erbsen abends zuvor eingeweicht in kaltes, weiches Wasser, bei der Zubereitung mit frischem, weichem Wasser beigesetzt und zum Kochen gebracht. Das Wasser wird dann abgeschüttet, heißes nachgefüllt und die Linsen damit recht weich gekocht und durchgetrieben. Einige Löffel Mehl und fein geschnittene Zwiebel schweißt man in gutem Fett dunkelbraun, gibt die Linsen dazu, füllt mit Wasser oder Fleischbrühe auf und läßt die Suppe noch eine Weile kochen. Mit gerösteten Weckwürfeln oder Wurströdchen wird sie angerichtet. Ein Löffel Essig, und 10—12 Tropfen Maggis Würze direkt vor dem Anrichten eingerührt, machen die Suppe bekömmlicher und pikanter.

65. **Bohnensuppe.** Weiße Bohnen werden eingeweicht und zubereitet wie Linsensuppe oder durchgetriebene Erbsensuppe*).

66. **Gebrannte Mehlsuppe.** In einem Stück Butter oder gutem Fett röstet man einige Löffel Mehl schön braun, verdünnt es mit Wasser oder Fleischbrühe, rührt es gut glatt und läßt die Suppe mit dem nötigen Salz 1 Stunde kochen. Beim Anrichten gibt man gebähte Weckschnitten dazu, nach Belieben auch Kümmel oder Eigelb. Diese Suppe leistet bei Durchfall gute Dienste, wenn man ihr beim Anrichten ein Glas herben Rotwein zufügt.

67. **Weinsuppe.** Einen kleinen Löffel voll Mehl rührt man mit Wasser an, gibt 125 g Zucker, 5—6 Eigelb, ganzen Zimt, etwas Zitronenschale und 1 Flasche Weißwein hinzu und läßt das Ganze auf dem Feuer, bis es zu kochen beginnt; nun zieht man es sofort beiseite, fügt ein Stückchen Butter hinzu und richtet die Suppe über geröstete Weckwürfel an.

68. **Einfache Weinsuppe.** Man läßt 1 Teil Wasser, 2 Teile Weißwein mit Zucker, Zimt und wenig Zitronenschale kochend werden. In der Schüssel werden einige Eigelb

*) Zu Erbsen-, Linsen- und Bohnensuppe nimmt man mit Vorteil Knorrs Suppenmehle, die in besonderer Weise präpariert und darum in kürzester Zeit (20—30 Min.) gargekocht sind.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

verrührt, die Suppe darübergegossen und geröstete Weckwürfel darübergegeben.

69. **Weinsuppe anderer Art.** 1 Flasche Weißwein, 1/4 Liter Wasser, Zucker, Zimt, Zitronenschale, auch Korinthen werden zusammen gekocht und 1 Löffel in kaltem Wasser aufgelöstes Kartoffelmehl hineingerührt. Mit 2—3 verrührten Eigelb und kleingeschnittenen Biskuits wird die Suppe angerichtet. — Man kann auch die Eigelb weglassen und statt deren etwas geriebenen Zwieback mit aufkochen.

Gemüse.

Die Gemüse bestehen größtenteils aus Wasser, außerdem noch aus Eiweißstoffen, Stärkemehl, Zucker, Salzen und Säuren und aus flüchtigen Ölen, die ihnen ihren angenehmen Geschmack geben. Sie haben keinen sehr großen Nährwert, doch bringen sie reiche Abwechslung in unsere Nahrung und sind immerhin durch ihren Gehalt an Säuren und Salzen für unsere Nahrung unentbehrlich. Am meisten Nährwert haben Weißkraut, Lauch, Gelbrüben, Bohnen, Erbsen und Pilze. Junge Gemüse sind ihrer weichen Zellengewebe wegen verdaulicher als alte. Bei der Zubereitung müssen alle harten und holzigen Teile und die schlechten Blätter entfernt werden, weil darin bittere Stoffe enthalten sind. Das Gemüse muß rasch gewaschen werden und darf nicht lange im Wasser liegenbleiben, da sich Eiweiß, Salze und Säuren im Wasser lösen und verlorengehen.

Schwefelhaltige Gemüse, wie Spinat und Winterkohl, müssen in reichlichem kochendem und gut gesalzenem Wasser abgekocht werden, dem man 1 Messerspitze doppelkohlensaures Natron zugibt. Der Topf muß offen bleiben, damit die der Verdauung schädlichen Stoffe mit dem Dampf abziehen können und das Gemüse grün bleibt. Nach dem Abkochen wird dasselbe mit kaltem Wasser abgeschreckt; dadurch schließen sich die