

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

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

**Junker & Ruh AG <Karlsruhe>**

**Karlsruhe, [ca. 1939]**

II. Teil Das Braten

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



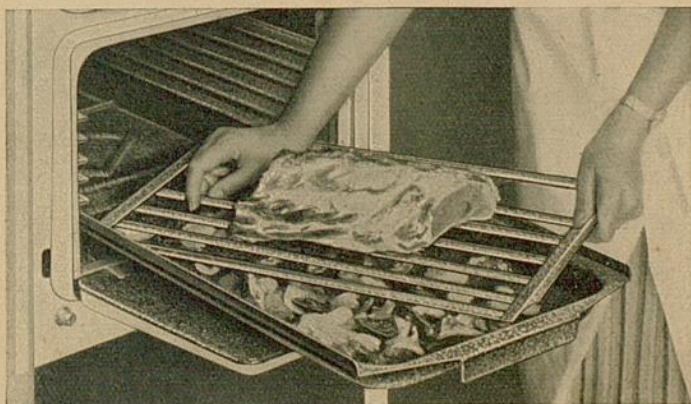
# Die Zubereitung von Fleisch

## II. TEIL

Wollen Sie einen recht knusprigen und schmackhaften Braten auf den Tisch bringen, muß er mit besonderer Sorgfalt zubereitet werden. Es wäre aber verfehlt zu glauben, daß etwa durch langes Schmoren im Topf oben auf der Kochstelle ein Braten gut werden kann. Im Gegenteil, bei dieser ebenso mühsamen wie zeitraubenden Bratmethode schrumpft das Fleisch nur zusammen und läßt sich später schlecht aufschneiden, weil es trocken und faserig geworden ist. Viel besser und auch praktischer sind zwei andere bewährte Arten der Fleischzubereitung im Brat- und Backofen, die Ihnen viel Mühe und Zeit ersparen und auch die Gewähr bieten, daß der Braten wirklich knusprig, schmackhaft und saftig wird, nicht zusammenschrumpft und sich gut aufschneiden läßt.

### Das „Grill-Braten“ auf dem Rost

Bei dieser Art wird das Fleisch im Bratofen gegrillt. Allerdings ist dazu eine Bratschüssel erforderlich, die auf Wunsch zu jedem Junker & Ruh-Gasheerd für wenige Mark geliefert wird.

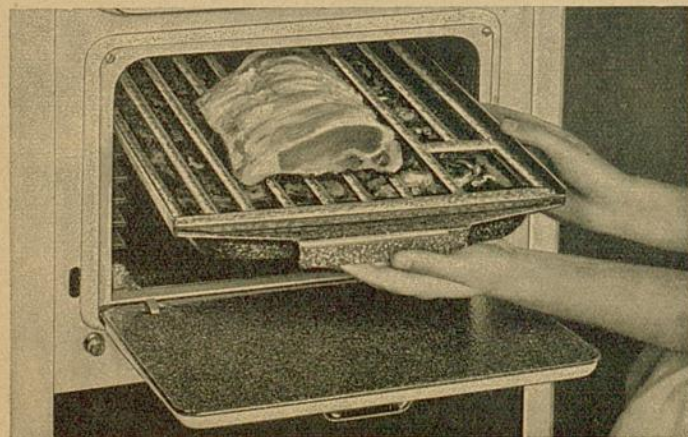





Das Fleisch wird auf den Rost der Bratschüssel gelegt und diese möglichst weit oben in den Bratofen eingeschoben, so daß durch die auf das Grillgut sehr stark einwirkende Oberhitze der senkrecht eingestellten Sägefischbrenner, das Eiweiß im Fleisch sofort gerinnt, die Poren sich also schließen, und der Fleischsaft, der sich nach oben drängt und den Braten aufgehen läßt, ganz erhalten bleibt. Gleichzeitig als Folge der intensiven Oberhitze bilden sich die schmackhaften Röstprodukte auf der Schutzkruste. Auf diese Art kann der „Grill-Braten“ niemals, wie es so leicht beim Schmoren im Topf auf der Kochstelle geschieht, zusammenschrumpfen, und alle so wichtigen Nährwerte bleiben voll erhalten.

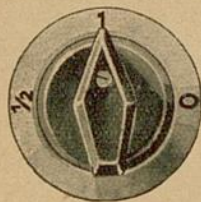
Wenn Sie ein Stück Fleisch kaufen, achten Sie darauf, daß es gut abgehangen ist, es ist leichter bekömmlich und schmeckt auch viel besser. Jedes Stück Fleisch, gleich welcher Art, wird nach dem Waschen gut abgetrocknet, da Wasser die Bräunung erschwert. Knochen und Sehnenreste werden sorgfältig entfernt und eine etwa vorhandene Fettschicht karreeartig eingeschnitten, damit sie das Fleisch beim Aufgehen nicht hindert. Das so vorbereitete Fleisch, das erst unmittelbar vor dem Einschieben gesalzen wird, wird mit der gut aussehenden Seite nach unten auf den Grillrost gelegt. In die Grillpfanne kommen die Sehnen, feingehackten Knochen und die Zutaten für die Soße, also Tomatenscheiben, Zwiebelscheiben, Sellerie, gelbe Rüben, Lauch usw. Soll die Soße sämig werden, gibt man 2—3 Eßlöffel Mehl in die Mitte. Jede Wasser- oder Fettzugabe fällt weg!

### Wo wird der Braten eingeschoben?





Die Bratschüssel wird so hoch wie möglich in den Ofen eingeschoben, in den meisten Fällen auf die 4. oder 5. Schiene von unten, da das Fleisch aufgeht und die Höhe der Seitenwände nicht überragen soll. Die Backofenbrenner nach der Anweisung auf Seite 14 anzünden, dann den Schiebeknopf unterhalb der Backofentür auf  stellen. Die Flammen bleiben auf Vollbrand. Der Braten wird gleich, also ohne daß der Backofen vorgeheizt ist, eingeschoben.



## Wie wird die Flamme eingestellt?

**Große Flamme:** Die obere Seite des Bratens ist nach 20—25 Minuten, je nach der Fleischart, gebräunt. Dann wird der Braten mit zwei Löffeln gewendet. (Nicht mit Gabeln, da Sie sonst das Fleisch verletzen und der Saft auslaufen würde.) Die untere Seite ist nach weiteren 15—20 Minuten auch gebräunt. Dann zu den angebräunten Zutaten in der Grillpfanne so viel Wasser gießen, wie zur Soßenbildung benötigt wird.

**Bohnengroße Flamme:** Der Braten wird zum Fertigbaren tiefer eingeschoben (2. Schiene von unten) und die Flamme kleiner gestellt. Auf fettarme Braten, wie Kalbs- und Lendenbraten, legt man evtl. nach dem Wenden dünne Speckscheiben. Der Braten und die Soße erhalten dann den Speckgeschmack; andernfalls kann der Braten auch mit etwas flüssiger Butter bepinselt werden. (Spicken ist nicht zu empfehlen!) Wünscht man die Soße mit saurer Sahne, so kann sie ebenfalls jetzt in die Bratschüssel gegeben werden.

**Bratzeit:** Für 1 cm Fleischhöhe rechnet man rund 10 Minuten Bratzeit. Ist das Stück also z. B. 5 cm hoch, wird es in etwa 50 Minuten gar sein. Sehr einfach können Sie auch mit Hilfe des Löffeldruckes feststellen, ob der Braten gar ist. Gibt das Fleisch dem Löffeldruck nicht mehr nach, so ist der Braten fertig. Ein




leichtes Nachgeben des Fleisches zeigt, daß es noch nicht ganz durchgebraten ist, also innen noch rot ist, was z. B. bei Roastbeef und Lendenbraten häufig gewünscht wird.

**Die Soße:** Ist der Braten fertig, d. h. die Gasflamme ausgelöscht, so soll er noch etwa 10 Minuten ruhen. Inzwischen wird der Inhalt der Grillpfanne in einem Topf aufgekocht und, wenn nötig, mit noch etwas angerührtem Mehl sämiger gemacht. Nach dem Würzen wird die Soße durchgeseiht und zu Tisch gegeben.

Ein auf diese Art zubereiteter Braten läßt sich immer gut aufschneiden, ist knusprig braun und saftig. Auch die Soße wird wohlschmeckend, ohne dabei das Fleisch auszulaugen.



### **Das Braten von Fleisch in der Bratpfanne im Backofen**

**Vorbereitung:** Das Fleisch wird gewaschen und abgetrocknet, von Knochen und Sehnenresten befreit, mit Salz und nach Bedarf auch mit Pfeffer eingerieben und in die Bratpfanne gelegt, dazu Tomaten- und Zwiebelscheiben sowie die Knochen. Bei fettarmen Braten geben Sie außerdem noch Fett mit in die Pfanne, was jedoch bei fettreichen Braten nicht nötig ist. Die Bratpfanne ohne Deckel in den kalten Ofen stellen, Backofen entzünden (siehe Seite 14) und den Schiebeknopf auf  stehen lassen, die Brenner stehen also waagrecht.

**Große Flamme:** Den Braten auf beiden Seiten in 35—40 Minuten bräunen lassen.


**Bohngroße Flamme:** Flamme kleiner stellen. Etwas Mehl zum Binden der Soße über die angebräunten Zwiebeln streuen und ebenfalls anbräunen lassen, dann Wasser dazugießen und fertigbraten lassen.

**Bratzeit:** Für Fleischstücke von 1—1½ kg rechnet man 50 bis 60 Minuten.





## Die Zubereitung von Geflügel

Das Geflügel wird innen und außen gesalzen, gefüllt oder ein Stück Butter ins Innere gegeben und zugenäht. (Es empfiehlt sich, den oft sehr hohen Brustknochen wegen des gleichmäßigen Bräunens etwas einzudrücken.) Mit der Brustseite nach unten auf den Grillrost legen und die Bratschüssel so hoch wie möglich in den Backofen einschieben. Die Backofenbrenner nach der Anweisung auf Seite 14 anzünden, dann den Schiebeknopf unterhalb der Backofentür auf  stellen. Vorgeheizt werden braucht nicht, da ja die Sägefischbrenner, senkrecht gestellt, scharfe Oberhitze ausstrahlen, so daß sich die Poren sofort schließen und der Saft erhalten bleibt.

**¾ große Flamme:** Die Flamme darf nicht ganz auf groß gestellt werden; eine langsame Bräunung ist besser. Aus Geschmacksrück-sichten evtl. von Zeit zu Zeit mit flüssiger Butter bepinseln. Ist die eine Seite braun, Geflügel mit zwei Löffeln wenden und auch die andere Seite goldbraun werden lassen.

**Tropfengroße Flamme:** Die Flamme noch kleiner stellen und das Geflügel tiefer einschieben (1. Schiene von unten). Evtl. Wasser zur Soßenbildung in Grillpfanne gießen und fertigargen.

**Bratzzeit:** Für eine Poularde von 1–1½ kg rechnet man etwa 60–70 Minuten, für zwei Poularden von je 1–1½ kg 60–75 Minuten.

Es empfiehlt sich bei älterem Geflügel, das evtl. noch gebraten werden soll, das Stück vorher je nach Größe 15–30 Minuten in heißem Wasser aufzuziehen.




Zu diesem Zweck das bratfertige Stück auf den Boden der Grillpfanne legen und, nachdem die Grillschüssel auf die unterste Schiene eingeschoben ist, etwa 1—1½ Liter warmes Wasser dazugießen. — Die Vollflamme etwa 15—30 Minuten auf  lassen. — Dann das Wasser abgießen und später evtl. zur Soßenbildung mitverwenden. Das Geflügel wird dann weiter wie vorseitig beschrieben gebraten.

## Die Weihnachtsgans



(4—5 kg)

Die Gans sowie die Füllung kann in der von Ihnen gewohnten Art vorbereitet werden. Die mit Salz eingeriebene Gans wird mit der Brust nach unten in die mit etwa 1 Liter heißem Wasser gefüllte Grillpfanne gelegt, die in den nicht vorgeheizten Backofen eingeschoben wird. (Anzünden der Backofenbrenner siehe Seite 14.) Der Schiebeknopf bleibt auf  stehen, die Brenner bleiben also in waagerechter Stellung, etwa 1 Std. bei  $\frac{3}{4}$  großer Flamme.

Nach dieser Zeit das Wasser mit dem ausgebratenen Fett abgießen und später evtl. weiter für Soße verwenden. — Jetzt die Gans auf den Grillrost legen, evtl. 1 Tasse Wasser in die Grillschüssel gießen und bei senkrechter Flammenstellung weiter mit  $\frac{3}{4}$  großer Flamme arbeiten, bis die obere Seite genügend gebräunt ist. Dann die Gans wenden und die zweite Seite bräunen und garen lassen.

Nach dem Garen die Röstprodukte der Bratschüssel mit Mehl vermischen, bräunen lassen und evtl. noch heißes Wasser zur Soßenbildung dazugeben und abschmecken.

Bratzeit: Je nach Größe 2—3 Stunden.






# Die Zubereitung von Fischspeisen

aller Art gelingt im Junker & Ruh-Backofen ausgezeichnet. In kürzester Zeit sind die Gerichte fertig. Der Nährwertgehalt bleibt erhalten, da sie bei gelinder Temperatur gargedünstet und nicht wie beim Kochen im Sud ausgelaugt werden.

## Das Dünsten von Fischen:

Die gesäuberten Fische werden mit Salz und Zitrone eingerieben, mit Butterflöckchen belegt und auf die Porzellan-Bratschüssel gegeben, die mit etwas Fett bepinselt werden kann, da die Haut des Fisches leicht anklebt.


Die Bratschüssel wird in die Mitte des unvorgeheizten Backofens eingeschoben, die Flamme entzündet (siehe Seite 14) und tropfengroß eingestellt.

Der Schiebeknopf bleibt auf  stehen. Wird zum Fisch zerlassene Butter gereicht, so geben Sie die Butter gleich in die Sauciere und stellen sie ebenfalls mit in den Backofen. Die Butter zergeht langsam und ist zur gleichen Zeit fertig wie der Fisch.

Je nach Größe ist der Fisch in 25—35 Minuten gar gedünstet. Sobald sich die Seitengräten leicht herausziehen lassen, ist der Fisch fertig. Beim Anrichten den Fisch evtl. mit Zitronen- und Tomatenscheiben garnieren und mit zerlassener Butter zu Tisch geben.

## Das Braten von Fischkoteletts:

Der gesäuberte Fisch wird in 2—3 cm dicke Scheiben geschnitten, mit Zitrone beträufelt, mit Salz eingerieben und mit Semmelmehl und Eigelb paniert. Die Bratschüssel mit Butter bepinseln und die Koteletts darauf legen.

Die Bratschüssel wird in die Mitte des Ofens eingeschoben, die Flammen entzündet und bohngroß eingestellt. Der Schiebeknopf bleibt auf  stehen.

In 25—35 Minuten sind die Fischkoteletts fertig gegart und können z. B. mit Majonnaise zu Tisch gegeben werden.