

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kochanleitung

Brown, Boveri und Cie. <Mannheim>

Mannheim, [ca. 1939]

Fischdünsten in der Röhre

urn:nbn:de:bsz:31-54985

10. Beispiel.

Roastbeef und Rindsfilet.

Braten von Roastbeef Schieben Sie den Braten auf den Bratrost so hoch wie möglich in den gut vorgeheizten Ofen ein. Die Fettschicht schneidet man vorher kreuzweise ein, damit das Fleisch sich nicht wirft.

Schaltzeiten:		Oberhitze	Unterhitze
	etwa 20—25 Minuten	3	3
	dann etwa 20 "	3	1
	" " 10 "	0	0

Mit diesen Zeiten wird das Roastbeef auf englische Art (nicht durchgebraten) bereitet. Wünschen Sie es durchgebraten, so verlängern Sie die Bratzeit um etwa 15 Minuten.

Will man das Fleisch wenden, dann zuerst Fettschicht (geschützte Bratenseite) auf den Rost legen und wie oben angegeben nach 20 Minuten Schaltzeit wenden.

Fischdünsten in der Röhre

Der im eigenen Saft (ohne Wasserzusatz) in der Röhre gedünstete Fisch ist besonders schmackhaft, da alle natürlichen Bestandteile, die sonst durch das Wasser ausgelaugt werden, erhalten bleiben. Der Fisch wird gesäubert, gesalzen, nach Geschmack mit Zitronensaft beträufelt und auf einer Porzellanplatte oder feuerfesten Form auf den Backrost tief eingeschoben (Abb. 20). Wünschen Sie den Fisch „blau“ dann stellen Sie eine Tasse Essigwasser mit in die Röhre.

Für das Fischdünsten brauchen Sie nur wenig Wärme.

11. Beispiel.

Ein Hecht von etwa 2½ Pfund.

Dünsten eines Hechtes	Schaltzeiten:		Oberhitze	Unterhitze
		etwa 30 Minuten	2	3
		dann " 20 "	0	0

12. Beispiel.

Ein Karpfen von etwa 3½ Pfund.

Dünsten eines Karpfens	Schaltzeiten:		Oberhitze	Unterhitze
		etwa 45—50 Minuten	2	3
		etwa 20 "	0	0

Schellfisch 2—3 Pfund-Stück und Fisch-Rouladen usw. Wird genau wie Süßwasserfisch vorbereitet.

Schaltzeiten:		Oberhitze	Unterhitze
	etwa 25—30 Minuten	3	3
	" 20 "	0	0

Schellfisch oder Hecht gebraten. Vorbereiten wie vorstehend, dann mit Senf bestreichen und feingewiegtes Grünzeug; außerdem Speckstückchen oder Butter darüber. Am besten wird der Fisch, wenn er in den heißen Ofen gegeben wird, dann schalten:

	Oberhitze	Unterhitze
etwa 30 Minuten	3	3
„ 20 „	0	0



Abb. 20