

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Hausfrauen-Kochbuch**

**Thoma, Frieda**

**Lahr, [1905]**

7. Feuerung und Brennstoffe.

**urn:nbn:de:bsz:31-57335**

### 7. Feuerung und Brennstoffe.

Die Hausfrau muß schon am Abend vorher überlegt haben, was am folgenden Morgen zu kochen ist, damit sie genau weiß, wie früh oder wie spät das Herdfeuer angezündet sein und sie mit Kochen und Backen beginnen muß.

Soll ein Kuchen gebacken oder irgend ein größerer Braten im Backofen gebraten werden, so läßt man das Feuer früher anzünden, damit der Backofen zeitig die nötige Hitze haben kann, etwa um 8 oder 8 $\frac{1}{2}$  Uhr. Aber diese Hitze erhält er nur, wenn der Herd rußfrei und das Brennmaterial gut ist.

Das Anfeuerholz muß trocken und klein gespalten sein. Hartholz ist dem Tannenholz vorzuziehen, weil es langsamer brennt und mehr Glutkohlen hinterläßt, als das rasch verflackernde Tannenholz.

Rußkohlen geben mehr Hitze als Griefskohlen, und Koks haben bei aller Hitze, die sie geben, den Nachteil, daß sie den Herd sehr leicht ruinieren.

Eine große Wohlthat ist neben dem Kohlenherd der Gasherd, besonders im Sommer. Mit einem Streichholz ist er in Brand gesetzt, aber er verlangt beständige Aufsicht. Wenn diese geübt werden kann, so werden die Speisen über diesem gleichmäßigen Feuer vortrefflich. Natürlich muß das Feuer reguliert werden, die Flamme darf nicht zu groß sein, und man kann sich kaum entfernen, wenn Speisen mit wenig Flüssigkeit aufgestellt sind, denn gar leicht brennen sie an. Braten, besonders Dschenbraten, lassen sich vorzüglich auf Gas zubereiten, aber nur in Eisen- und Emailtöpfen. Das Tongeschirr ist unbrauchbar auf dem Gasherd, es zerspringt leicht und nimmt den Gasgeruch an. Der Gasherd muß mit großer Überlegung gebraucht werden, sonst wird der Gasverbrauch zu groß. Unnötig läßt man nie Wasser kochen, wie das auf dem Kohlenherd ohne großen Schaden geschehen kann; aber das überkochende Wasser schadet auch



dem Kohlenherd sehr und sollte möglichst vermieden werden. Man nimmt für den Gasherd warmes oder angewärmtes Wasser, wenn solches in der Küche vorhanden ist, zum Kochen oder auch, um es zum Sieden zu bringen; das bedeutet eine Ersparnis an Gas. Die Flamme soll nie an den Töpfen hinausschlagen, das ist eine Verschwendung an Gas. Man reguliere das Gas nach der Größe der Töpfe. Im ganzen ist das Kochen auf Gas teurer, als das Kochen auf dem Kohlenherd, weil das Spülwasser erst nach Beendigung des Kochens gemacht werden kann. In großen, den Kohlenherden ähnlichen Gasherden ist das anders, darin befinden sich Heißwasserbehälter. Die jetzt sehr gebräuchlichen kleinen Herde haben das nicht.

### 8. Mannigfaltigkeit und Abwechslung der Speisen.

Wenn die Hausfrau auch alle einzelnen Speisen gut zubereiten kann, ist sie immer noch nicht auf der Höhe ihrer Aufgabe angekommen; wiederum muß sie in der Zusammenstellung der Speisen wohl überlegen, wie sie am besten zusammen passen und schmecken und wie sie am besten nähren und bekommen. Denn nur Mannigfaltigkeit in der Kost ist dem Menschen zuträglich, wie die Küchenchemie lehrt: man kann sich mit lauter Fleisch und Ei zu Tode hungern.

Die Speisen dürfen also nicht einseitig zusammengestellt sein, nicht zu viel Fleisch, nicht zu wenig Gemüse, nicht zu viel Kartoffeln, sehr oft Kompott, nicht zu wenig Milch- und Mehlspeisen, die besonders der Jugend gut bekommen und die auch mehr von den Älteren genossen werden sollten; denn einseitige Fleischkost erhitzt und stört die Verdauungsorgane. Anregung zu Milch- und Mehlspeisen findet sich reichlich in den nachfolgenden Rezepten.

Dabei ist noch zu beachten: nicht jeder Mensch ist in seinen Bedürfnissen dem andern gleich; das Geschlecht, das Alter und die Individualität bedingen eine große Ver-