

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Hausfrauen-Kochbuch

Thoma, Frieda

Lahr, [1905]

Allgemeines über ihre Zubereitung.

urn:nbn:de:bsz:31-57335

F. Mehl- und Eierspeisen.

Wollt ihr keine Zähn' ausbeissen,
Greift nach Mehl- und Eierspeisen;
Will sie einer gar nicht brauchen,
Kann er's in den Kaffee tauchen.

Allgemeines über die Zubereitung von Mehl- und Eierspeisen.

Wenn die Mehl- und Eierspeisen gut und nahrhaft sein sollen, so darf man an den Eiern nicht sparen. Jeder weiß, daß nach Genuß von Mehl- und Eierspeisen sich viel früher Magenleere einstellt als nach Fleischgenuß. Darum ist es zu empfehlen, zum Abendessen öfters Mehl- und Eierspeisen auf den Küchensettel zu setzen; reichlicher Fleischgenuß, überhaupt Fleisch, ist für die Nacht wenig zuträglich, ja der Schlaf wird häufig dadurch gestört.

Einfach zu bereitende Mehlspeisen, wie Pfannkuchen, Eierkuchen, Rührei, gebackene Spätzle und Nudeln mit grünem Salat oder Kompott, geben ein sehr angenehmes und für die Nacht wenig beschwerliches Abendessen und auch beim Mittagstisch kann man abwechslungsweise die Fleischspeisen weglassen und sie durch gute reichliche Mehlspeisen ersetzen.

Anleitung zur Bereitung derselben findet sich genügend in den nachfolgenden Rezepten. Dabei soll nicht unerwähnt

bleiben, daß es gut ist, die Eier jeweils vor dem Gebrauch zu quirlen oder sie mit einer Gabel zu schlagen. Besonders bei den Nudeln ist das zu empfehlen.

I. Pfannkuchen.

347. Gewöhnliche Pfannkuchen.

Zähle 6—8 Eßlöffel Mehl in eine Schüssel, rühre dasselbe mit Milch und etwas Salz glatt, schlage 5—6 Eigelb daran und menge den Schnee von 6 Eiweiß darunter. Lasse in einer Pfanne etwas Schmalz heiß werden, gieße von dem Teig einen kleinen Schöpflöffel voll hinein, backe ihn unter öfterem Rütteln der Pfanne auf beiden Seiten gelb, richte ihn auf einer warmen Platte an. Fahre so fort, bis der Teig zu Ende ist.

348. Pfannkuchen.

(Vorzüglich.)

Etwa 70 g feines Mehl, 5 Eier und schwach $\frac{1}{8}$ l Milch sowie etwas Salz werden genommen. Erst wird das Mehl mit der Milch und dem Salz glattgerührt, die Eier geschieden, das Gelbe gut verrührt und daruntergemengt und von dem Weißen Schnee geschlagen. Der Teig muß tüchtig geschlagen sein, ehe der Schnee daruntergemengt wird. Hierauf wird ein Löffel Fett in der Pfanne heiß gemacht und darauf eine dünne Lage Teig gegossen. Man läßt den Teig schön gelb backen und dreht ihn auf die andere Seite, um ihn ebenfalls gelb zu backen.

Diese Menge gibt etwa 6 Pfannkuchen.

349. Gute Eierkuchen.

Ein Teelöffel Mehl wird mit etwas Salz und Milch zu einem glatten Teiglein gerührt, daran werden 4 oder 5 Eier