

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Die praktische Reform-Küche**

**Mauterer, Carl**

**Karlsruhe, 1910**

10. Gestürzte Creme für 4 Personen.

**urn:nbn:de:bsz:31-57184**

206.

## Frankfurter Pudding.

200 Gr. entsteinte Kirschchen, 3 Milchbrote,  $\frac{1}{4}$  Ltr. alkoholfreier Wein, 60 Gr. Pflanzenbutter, 50 Gr. Gries,  $\frac{1}{8}$  Ltr. Milch, 80 Gr. Zucker, 3 Eier, 50 Gr. geriebene Mandeln.

Die Milchbrote werden in Wein geweicht, wenn nicht alle weich werden, so zerschneide man das Harte in kleine Würfel und mische es unter das Weiche. Butter und Milch werden gekocht und der Gries langsam hineingegeben. Wenn erkaltet, Gries, Wecke, Zucker, Mandeln und Eigelb zu einer Masse verrihrt, sodann die Kirschchen und dann den Schnee leicht darunter gemengt und  $\frac{3}{4}$  bis 1 Stunde im Wasserdampf gebadet.

## Gestürzte Creme für 4 Personen.

207.

## Vanillin-Creme.

6 Gr. Agar-Agar,  $\frac{2}{10}$  Ltr. Wasser, 3 Eier oder 20 Gr. Kartoffelmehl,  $\frac{3}{10}$  Ltr. Milch, 90 Gr. Zucker, Vanillengeschmack, 1 Litermaß voll geschlagenen Rahm (ungefähr  $\frac{3}{10}$  Ltr. ungeschlagenen).

Der im Wasser eingeweichte Agar-Agar wird in  $\frac{2}{10}$  Ltr. Wasser langsam kochen lassen, bis er sich auflöst. In eine Kasserolle bringe man Zucker, Milch, Agar-Agar, Geschmack, Eier oder Kartoffelmehl und koche es zu einem Brei. Nimmt man Eier ohne Kartoffelmehl, so darf es nur dick werden, aber nicht kochen. Wenn die Masse bereits erkaltet ist und anfängt fest zu werden, so mische man den Schlagrahm vorsichtig darunter. Es muß sofort in die gut gebutterte und mit Zucker ausgestreute Form gefüllt und 1 bis 2 Stunden kühl gestellt werden.

208.

## Mandel-Creme.

6 Gr. Agar-Agar,  $\frac{1}{4}$  Ltr. Wasser, 3 Eier oder 20 Gr. Kartoffelmehl,  $\frac{3}{10}$  Ltr. Milch, 80 Gr. feingeriebene Mandeln, 90 Gr. Zucker, 1 Literbecher voll geschlagenen Süßrahm.

Anwendung ist die gleiche wie Nr. 207. Es können auf die gleiche Art Walnuß-, Haselnuß-, Pistazien-, Bignolen-, Schokoladen- und andere Creme hergestellt werden.

## 209.

## Frucht-Creme auf andere Art.

Weil diese Cremes, die hier beschrieben, schwer herzustellen sind, so soll mit den gleichen Zutaten eine leichtere Art angeführt werden.

Man nehme die gleichen Zutaten, jedoch statt Milch nehme man  $\frac{4}{10}$  Ltr. Süßrahm oder halb und halb und 20 Gr. Pflanzenbutter. Wenn die Masse abgekocht ist, so mische man sofort den Schnee von 3 Eiweiß dazu und stelle sie kalt.

## Frisches oder gekochtes Obst.

Wir finden in uralten Weisheitslehren ausgesprochen, daß diejenige Speise, die uns aus der Schöpferhand zufällt, gereift und wohlschmeckend ist. Und in der That, es wird uns keine Menschenhand, auch nicht die der raffiniertesten Kochkunst, Speisen von so köstlichem Wohlgeschmack und edlen Einflüssen auf den menschlichen Körper darbieten können, als wir sie in den frischen Früchten finden. Daher sollten wir uns wohl überlegen, ob es nicht besser wäre, die Früchte in rohem Zustande zu genießen (Konserven werden sehr bald auch auf kaltem Wege ebenso haltbar gemacht werden können), als erst durch das Kochen minderwertig zu machen. Es wird ja Menschen geben, die sich nur langsam daran gewöhnen können. Das schließt aber die Wahrheit nicht aus, daß ganze Völkerstämme hauptsächlich von rohem Obst leben und ihre Lebensdauer eine bedeutend längere ist, daß sie Krankheit nicht in dem Maße kennen wie wir. Menschen, die über solche Ideen nachdachten und sie erprobten, kamen dahin, die rohen Früchte den gekochten vorzuziehen.

Welch Menschenherz schlägt vor Bewunderung nicht höher bei dem lieblichen Anblick und süßen Duft der blühenden Sträucher und Bäume und badet nicht gerne seine Lungen in diesem würzigen Nektar? O köstliche Früchte! Wenn die glänzende Sonne eure Bäcklein mit lieblichem Purpur bemalt. Wie könnten euch die Menschen vielerorts pflanzen und von eurem süßen Saft gesunden\*)

Tiefes Geheimnis! Wann werden wir wieder vom Baume der Erkenntnis genießen, ohne verstoßen zu werden, und wann werden wir wieder gesunden?

Wenn wir samt unsern Kulturerrungenschaften wieder zur Einfachheit zurückkehren und uns auf uns selbst besinnen. Wenn wir genügsam werden und uns hingeben, den andern Wesen, die

\*) Wir werden wahrlich solche Gefühle in Schlachtstätten nicht gewärtig.