

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Die praktische Reform-Küche

Mauterer, Carl

Karlsruhe, 1910

18. Touristen-Paste.

urn:nbn:de:bsz:31-57184

250.

Kirschen-Saferflocken-Mus.

450 Gr. ausgesteinte Kirschen, 100 Gr. Saferflocken, 2 Eßlöffel Honig, 50 Gr. geriebene Mandeln, 30 Gr. Sultaninen, 30 Gr. Korinthen, $\frac{1}{10}$ Ltr. Wasser, Fruchtjaft.

Saferflocken, Sultaninen und Korinthen werden sechs bis acht Stunden in Wasser geweicht, mit den übrigen Zutaten untereinander gemacht.

251.

Tapioka-Nektar-Mus.

100 Gr. Tapioka, 50 Gr. Sultaninen, 50 Gr. getrocknete Aprikosen, 50 Gr. getrocknete Bananen, 2 Eßlöffel Honig, $\frac{4}{10}$ Ltr. alkoholfreier Weißwein, Zitronen-, Orangen- oder Fruchtjaft, Zwieback- oder Brotbrösel.

Man bringe den Tapioka in ein Glas, schütte den Wein darüber, gebe oben darauf die getrockneten zerkleinerten Früchte und lasse einige Stunden weichen. Nun kommt Honig, Fruchtjaft und so viel Brösel dazu, bis man eine weiche Masse erhält.

252.

Erdbeer-Mus.

Während den Sommermonaten ist es besser, wenn man frisches Obst verwendet. Es kann alles gute und schmackhafte Obst verwendet werden. Man verfähre ungefähr nach Nr. 250.

Touristen-Paste.

Das Wandern zur Sommers- und Winterszeit in Gottes herrlicher Natur, besonders in würzigen Bergeshöhen oder in anmutigen Tälern, ist eines jener Mittel, welche dargetan sind, den Geist und Körper zu stählen und neue Lebensenergie zu sammeln, besonders wenn es nicht zur Leidenschaft wird oder zum Sport ausartet. Manchmal hat man aber eine sehr unangenehme Empfindung, sich lange nach Stärkungen umsehen zu müssen und oftmals wird die schönste Tour dadurch vereitelt. Diesem Umstande entgegen zu arbeiten, wurde lange darüber nachgedacht. Es ist auch gelungen, mit folgenden Speisen geradezu ein ideales Wandern zu schaffen. Mit etwas Schrotbrot, einigen Zwiebacken und der Borrichtung zur täglichen Suppe und vielleicht noch etwas Nussolade wird es ermöglicht, seinen „Gasthof Rucksack“ 8 bis 14 Tage leicht und angenehm auszugestatten, ohne daß etwas mangelt oder verdirbt.

253.

Feigen-Past.

500 Gr. Feigen, 250 Gr. Datteln, 250 Gr. Para- oder Haselnüsse, 120 Gr. getrocknete Aprikosen und ebensoviel Birnen.

Alle Früchte werden durch die Hackmaschine getrieben. Das erstemal durch das größte Rädchen und dann zweimal durch das kleinere. Ohne jede weitere Zutaten, fest zusammengedrückt und in eine Büchse oder in mehrfaches Pergamentpapier gewickelt. Diese Pasten sind Monate lang haltbar.

254.

Bananen-Past.

400 Gr. getrocknete Bananen, 300 Gr. Datteln, 250 Gr. Feigen, 250 Gr. Mandeln.

Zubereitung wie Nr. 253.

255.

Ideal-Past.

250 Gr. Datteln, 250 Gr. Feigen, 250 Gr. getrocknete Bananen, 125 Gr. Mandeln, 125 Gr. Haselnüsse.

Verfahren wie Nr. 253.

Verschiedene Flammeri für 4 Personen.

256.

Vanillin-Flammeri,

1 Liter Milch, 1 Teelöffel Vanillinzucker, 120 Gr. Reismehl, 2 Eier, 80 Gr. Zucker, 60 Gr. Pflanzenbutter.

$\frac{1}{4}$ Liter Milch, Butter, Geschmack und Zucker werden zum Kochen gebracht, das Reismehl, welches mit der andern Milch vermengt wurde, unter beständigem Rühren daran geschüttet und einige Minuten gekocht. Es werden die Eier nun heiß daran gerührt oder nur das Eigelb, von dem Eiweiß aber Schnee geschlagen und sofort darunter gemengt. Nun wird die Masse in die mit Butter ausgestrichene und mit Zucker ausgestreute Form gegeben, erkalten lassen und vor dem Gebrauch umgestürzt. Es kann Fruchtjast dazu gegessen werden. Wenn die Eier wegbleiben sollen, so nehme man 20 Gr. Reismehl mehr.

257.

Schokoladen-Flammeri.

1 Liter Milch, 1 Teelöffel Vanillinzucker, 100 Gr. Reismehl oder Maizena, 100 Gr. Schokolade, 50 Gr. Zucker, 2 Eier, 40 Gr. Butter, 30 Gr. geriebene Mandeln.