

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Kochbuch

Binswanger, Maria

Baden-Baden, 1907

4. Puddings.

urn:nbn:de:bsz:31-57720

4. Puddings.

61. Reispudding.

150 Gramm Karolinenreis, ein Liter Milch, 120 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, acht Eier, 1—2 Eßlöffel voll Mehl und etwas Zitronenschale.

Der Reis wird gewaschen, mit der Milch zugesetzt und kernig weichgekocht. Dann werden Butter und Mehl eingerührt. Unterdessen werden Zucker und Eigelb recht schaumig geschlagen, der Reis hinzugegeben, und zuletzt der Eierschnee leicht darunter gezogen. Die Masse wird dann in eine gutbestrichene Puddingform gefüllt, und eine Stunde im Wasserbad gekocht. Der Pudding wird auf eine warme Platte gestürzt und mit Fruchtbeiguß serviert.

62. Griespudding.

100 Gramm groben Gries, 100 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, acht Eier, etwas Zitronenschale, $\frac{1}{2}$ Liter Milch.

Der Gries wird in die kochende Milch eingerührt und darin aufgekocht, bis er sich von der Pfanne löst; dann bringt man ihn in eine Schüssel, gibt Butter, Eigelb, Zucker und Zitronenschale nach und nach daran, bis alles vermengt ist. Zuletzt zieht man den Eierschnee leicht darunter und füllt eine ausgestrichene Puddingform mit der Masse, läßt sie eine Stunde im Wasserbad kochen, stürzt den Pudding und gibt ihn mit Zitronenbeiguß zu Tisch.

63. Mehlpudding.

200 Gramm Mehl, $\frac{3}{4}$ Liter Milch, 125 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, neun Eier, etwas Zitronenschale.

Das Mehl wird mit Milch glatt angerührt, aufs Feuer gesetzt und unter beständigem Rühren zu einem dicken Brei gekocht. Schütte diesen in eine Schüssel, verrühre ihn fein mit Butter, Zucker und Zitronenschale und füge ein Eigelb nach dem andern bei; zuletzt ziehe noch den Eierschnee leicht unter die Masse und verfare wie bei den andern Puddings. Er wird mit Fruchtbeiguß serviert.

64. Schokoladepudding.

150 Gramm Mehl, $\frac{1}{2}$ Liter Milch, 100 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, 100 Gramm Schokolade, 100 Gramm Mandeln, sechs Eier, den Saft einer Zitrone und etwas Zitronenschale.

Das Mehl wird mit kalter Milch glatt angerührt, dann aufs Feuer gesetzt, und unter beständigem Rühren zu einem dicken Brei gekocht, bis er sich von der Pfanne löst. Bringe ihn dann

in eine Schüssel, menge die Butter, nach und nach die Eigelb daran, sowie die übrigen Zutaten. Zuletzt mischt man noch den Eierschnee darunter, füllt die Masse in eine gutbebutterte Form und verfährt wie bei den andern Puddings. Er wird mit Frucht- oder Milchbeiguß serviert.

Gibt man in diese Masse zwei Kochlöffel voll rohes Mehl, so kann diese auch als Auflauf im Ofen gebacken werden, wozu $\frac{3}{4}$ Stunden Backzeit erforderlich sind.

65. Semmelpudding.

Sechs alte Semmeln, 150 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, neun Eier, ein wenig Milch, 100 Gramm Rosinen und Weinbeeren, 100 Gramm Mandeln, etwas Zitronenschale.

Man schält die Semmeln ab, schneidet sie fein, befeuchtet sie mit etwas Milch, rührt Butter, Zucker und Eigelb recht schaumig, gibt das angefeuchtete Brot hinein, sowie die gewaschenen Weinbeeren und Rosinen, die geriebenen Mandeln und Zitronenschale, verrührt alles gut, und zieht den Eierschnee unter die Masse. Verfahre dann wie bei den andern Puddings. Milch- oder Fruchtbeiguß kann dazu serviert werden.

66. Zwiebackpudding mit Früchten.

Zwölf Hand voll gemahlener Zwieback oder geröstete Semmelbröseln, genug Fruchtsaft zum Anfeuchten derselben, nach Geschmack etwas alkoholfreien Wein, verschiedene Kompotte, zusammen etwa halb soviel wie Semmelbröseln, zwei Hand voll gemahlene Mandeln, eine Hand voll Weinbeeren, eine Hand voll Sultaninen, 3—4 Eier, Zucker nach Geschmack, eine Prise Salz, etwas Zitronenrinde und den Saft von einer Zitrone.

Den gemahlener Zwieback oder geröstete feine Semmelbröseln feuchtet man mit Fruchtsaft, auch etwas alkoholfreiem Wein an, und vermengt dies mit Kompotten von verschiedener Art und Farbe und den übrigen Zutaten. Koche die Masse eine Stunde im Wasserbad oder in einem tiefen Tiegel unter öfterem Umrühren, bis die Weinbeeren gut aufgequollen sind, fülle dann Puddingformen damit, die man vorerst mit kaltem Wasser ausspült. Nach dem Erkalten stürze sie auf eine Platte. Serviere mit Fruchtbeiguß.

67. Kastanienpudding.

Zwei Tassen gekochte, durchgedrückte Kastanien, zwei Eier, $\frac{1}{4}$ Tasse Zucker, Salz.

Schlage Eigelb und Zucker bis rahmdick, füge das Kastanienmus darunter nebst Vanillin, auch etwas Zwiebackbröseln nach und

nach unter beständigem Rühren, zuletzt noch den Eierschnee, der sehr steif sein muß. Gieße die Masse in eine gut bebutterte Form, und backe sie im Ofen. Sahne statt dem Eiweiß erhöht den Wohlgeschmack.

68. Kastanienkoch.

Man schäle 140 Gramm rohe Kastanien, übergieße sie mit Milch und Vanillezucker und koche sie ziemlich weich. Entferne dann die zweite Schale und treibe die Kastanien durch ein Sieb. Rühre 50 Gramm Butter mit fünf Eigelb schaumig ab, gib nach und nach etwas Zucker bei, verdünne mit Schlagsahne oder Eierschnee, füge das Kastanienmus leicht und luftig darunter, fülle eine recht tiefe Form, und backe die Masse im Ofen.

69. Glutenpudding.

Uebergieße eine Tasse Gluten mit 3—4 Tassen kaltem Wasser, stelle es $\frac{1}{2}$ Stunde beiseite, füge etwas Salz, Zucker nach Geschmack, und 50 Gramm Butter hinzu, und lasse den Pudding $\frac{1}{2}$ Stunde backen oder 1 Stunde im Dampfbad kochen. Zieht man den Schnee von drei Eiern unter den Pudding, so wird derselbe lockerer und geht besser auf.

5. Strudel.

Strudelteig: 250 Gramm Mehl, zwei Eier, 40 Gramm Butter, ein wenig Salz, Wasser.

Man verarbeitet auf einem Nudelbrett oder in einer Schüssel alles zu einem festen Teig, deckt ihn mit einem Tuch zu und läßt ihn $\frac{1}{2}$ Stunde an einem warmen Orte ruhen. Inzwischen wird die Fülle bereitet. Dann nimmt man den Strudelteig, rollt ganz feine durchsichtige Kuchen aus, bestreicht sie mit etwas zerlassener Butter, belegt sie mit der Fülle, rollt diese zusammen, und legt einen Strudel neben den anderen in eine bebutterte Auflaufform oder kranzförmig in eine runde Form, gießt etwas kochende Milch darüber, daß die Strudel damit bedeckt sind, und bäckt sie dann bei guter Hitze im Ofen. Ist die Milch eingekocht und etwas gelb, so bestreicht man die Strudel mit Eigelb. Backzeit $\frac{1}{2}$ —1 Stunde.

70. Apfelstrudel.

Fülle: Die Aepfel werden geschält und fein geschnitten, mit gut gewaschenen kleinen Weinbeeren, etwas Zimt und Zucker vermengt.

Man belegt den Strudelteig mit den Aepfeln, streut Weinbeeren, Zucker und Zimt darüber, und verfährt, wie Seite 87 unter 5 angegeben. Statt Aepfel kann man jede beliebige Frucht dazu verwenden.