

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

Kalt bereitete Fleischbrühe.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

Giesse die Brühe durch ein Haarsieb und lasse sie dann in einem irdenen Topf erkalten. Nimm alles Fett ab und lasse wieder so lange kochen, bis die Flüssigkeit einem aufgeweichten Leim ähnlich ist. Hernach bringe sie in Formen und lasse sie in einem frischen Luftzug erkalten.

Will man eine Bouillon haben, so wird einfach eine solche Tafel in der nöthigen Menge kochenden Wassers aufgelöst.

Die Bouillontafeln des Handels stehen diesen selbstgemachten in vielen Beziehungen nach. Abgesehen davon, dass letztere überhaupt appetitlicher sind als die Fabrikwaare, zeichnen sie sich auch durch grösseren Nährwerth und Wohlgeschmack aus. Zu den Fabrik-Bouillontafeln sucht man in der Regel die billigsten leimgebenden Substanzen zusammen; bei den nach obigem Recept bereiteten ist an nichts Gutem gespart.

c) **Kalt bereitete Fleischbrühe (Liebig)** hat für die Krankenküche eine besondere Bedeutung, weil sie nahrhafter und jedenfalls leichter zu verdauen ist, als die vorgenannten.

R. 200 Grm. frisch geschlachtetes Fleisch (Ochsen- oder auch Hühnerfleisch) wird fein verwiegelt, hernach übergossen mit $\frac{1}{4}$ Liter destillirten Wassers; dazu Kochsalz (nur nicht zu viel); reine Salzsäure — 3 Tropfen.

Lasse Alles eine Stunde lang stehen, seihe dann durch ein Haarsieb (ohne Druck) ab, schütte nachher noch $\frac{1}{8}$ Liter destillirtes Wasser auf den Rückstand nach. Die Flüssigkeit muss klar sein, von röthlicher Farbe und angenehmem Fleischgeschmack. Sie darf nicht erwärmt werden, weil sonst das Eiweiss ausfällt unter Trübung der Flüssigkeit. —

Diese kalt bereitete Fleischbrühe geht namentlich im Sommer bald in Gährung über; sie muss deshalb an einem kühlen Orte aufbewahrt und für jeden Tag frisch bereitet werden. — Für eine Mahlzeit genügt eine Tasse. — Ist eine leicht verdauliche, kräftige Nahrung, besonders geeignet für Reconvallescenten aller Art, insbesondere auch für Kranke mit Magengeschwüren und Magenkrebs sehr zu empfehlen.

Anfänglich habe ich die Sache streng nach Liebig's Vorschrift gemacht; mit der Zeit wurde mir der Metallseih zuwider und überhaupt das ganze Seihergeschäft. Da fand ich in einer Geschirrhandlung einen Apparat aus Gesundheitsgeschirr, der die Sache viel bequemer machte. Im Wesentlichen ist es eine Art Kaffeemaschine, bestehend aus 2 Gefässen; der Boden des obern ist der Seih. Nachdem in einem beliebigen andern Gefässe der Ansatz eine Stunde lang gestanden, wird derselbe einfach in diesen Apparat geschüttet; in kurzer Zeit hat sich in den untern Theil die klare Brühe abgesetzt.

Bis jetzt war nur von den Grundlagen der Fleischbrüh-

suppen die Rede. Für diese Suppen eignet sich eine ganze Menge von Einlagen aus dem Thier- und Pflanzenreich. Die Fleischbrühsuppen mit Einlagen aus dem Thierreich gehören zu dem Besten, was die Küche zu liefern vermag.

A. Suppeneinlagen aus dem Thierreich.

Fleischhäckseln. In der alltäglichen Küchensprache sind diese Suppen unter dem Namen: Purée-Suppen bekannt, obgleich Purée auf deutsch nichts Anderes heisst als „durchgeschlagene Gemüse.“ Die Einlage bildet das zerhackte (zerstossene, verwiegte) vorher leicht gebratene Fleisch verschiedener Thiere: Hühner, Jäcken, Raben, Krammetsvögel, Lerchen und manches Wildpret. Bekanntlich werden alle diese Fleischsorten auch zu (feineren) Suppenbrühen verkocht.

Die berühmteste Suppe der Art ist die Soupe à la reine, zu welcher jedes neuere Kochbuch ein Recept hat. Diese delicate Suppe kann jedoch nicht wohl als Krankenspeise dienen. Der übliche Zusatz von süssen Mandeln und hartgekochten Eiern, von meist überwürzten Klöschen oder aus dem Schmalz gebackenen Brodkrumen machen sie schwer verdaulich.

Würde man die Sache vereinfachen, alles soeben Genannte weglassen, mit Ausnahme der Hühnerklöschen, welche aber nur mässig gewürzt sein dürfen, so würde man immer noch eine sehr gute Suppe erhalten, eine Suppe, die zu den ersten Speisen für den Reconvalescententisch gerechnet werden könnte.

Die Wildprethäckseln sind, weil mager, besonders zuträglich. Ein junger Hase liefert das Feinste. Die übliche Zugabe von Schinkenschnittchen ist für den diätetischen Tisch ungeeignet.

Schildkrötensuppe. Nachdem der lebendigen Schildkröte Kopf und Füsse abgeschnitten und die Eingeweide herausgenommen sind, pflegt man sie in laues Wasser zu legen, um das Blut auszuziehen. Hierdurch verliert diese Suppe bedeutend an Nährwerth. Handelt man dagegen nach den Grundsätzen, welche im Capitel 4, wo von der Bereitung einer kräftigen Fleischbrühe die Rede war, näher angegeben und begründet sind, so erhält man eine viel nahrhaftere und dennoch wohl-schmeckende Schildkrötensuppe. Leider ist diese feine Suppe hauptsächlich nur in den Seestädten und hie und da in einer Hofküche zu finden.

Falsche Schildkrötensuppe (Mockturtlesuppe) enthält keine Spur von einer Schildkröte; ihr Name ist desshalb ebenso unsinnig wie noch viele andere Küchenausdrücke. Trotzdem geht er einmal und die Suppe ist berühmter als die wirkliche Schildkrötensuppe. Als Einlage benützt man — einen Kalbskopf und eine solche Menge von Würzen, namentlich Cayenne-