

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

Backen in Teighüllen.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

sie fallen dabei bald zusammen. Gibt man ihnen dagegen von Zeit zu Zeit kalten Braten, versteht sich in kleiner Dosis, mit etwas Citronensaft, so geht es ihnen besser.

Auch für Reconvalescenten ist kalter Braten zuträglich, besonders wenn noch ein Gläschen alter Weisswein dabei steht. Das wirkt oft besser als Chinin und Stahlpulver!

Dem Backen des Fleisches in Teighüllen muss man ganz entschieden das Wort reden. Diese Methode liefert weit aus das saftigste Fleisch. Bis jetzt wird dieses Verfahren aber höchstens an Schinken probirt. Wer jemals von einem also gebackenen Schinken gegessen, wird damit einverstanden sein, dass diese Methode Vorzügliches liefert und dass die Zeit kommen muss, wo man sie weiter ausdehnt.

Die Hauptregeln, welche man dabei zu beobachten hat, sind:

Eine zu grelle Ofenhitze kann den Teigmantel zersprengen, wo dann der Schinken Saft verliert. Der Brodteig darf nicht angesäuert sein. Selbst einen mässig gesalzenen Schinken muss man einige Stunden ins Wasser legen, bevor man ihn im Teig in den Ofen gibt. Sonst bleibt er zu salzig (beim Sieden ist dies deshalb nicht nöthig, weil da ein grosser Theil Salz in die Brühe abgeht).

Die Fleischpasteten sind auch ein Beispiel der eben gelobten Art, das Fleisch zuzubereiten. Bekannt ist deren hoher Nährwerth, bekannt wie rasch sie sättigen. Leider gehören diese delicatesen Speisen nicht in ein diätetisches Kochbuch. Ohne die vielen Würzen sind sie Dasjenige nicht, was man davon erwartet; mit den Würzen ruiniren sie den Magen.

Die Klopsfabrication. Unter „Klops“ versteht man gebratene Kugeln oder Kuchen aus zerhacktem Fleisch. In der Construction stehen die Klops den Bratwürsten am nächsten. Gewöhnlich werden mehrere Fleischsorten zusammen verhackt, so z. B. Rind- und Schweinefleisch oder Kalb- und Schweinefleisch. Magerem Fleische wird der Vorzug gegeben. Das Fleisch muss von allem „Weissen“ (Sehnen, sehnige Häute, Knochen, Fett) sorgfältig befreit sein. Immer werden eingeweichte und wieder ausgedrückte Semmel und — eine Hauptsache! — Eier dazu gemischt. Als Würzen dient, ausser Salz, Pastetenpulver. Nachdem der sorgfältig gemischte Teig entweder in der Form von apfelgrossen Kugeln oder beefsteakgrossen Scheiben gebracht ist, wird er in Butter gelbbraun gebraten. Citronenscheiben dienen als Garnitur. Eine pikante Sauce mit gebratenen Kartoffeln erhöht den Genuss.

Selbstverständlich ist dieses Gericht besonders Jenen zu empfehlen, deren Zahnregister Lücken hat. Sonst aber kann es oft wegen Ueberwürzung für den Magen weniger zuträglich sein.