

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

Kalbsbraten.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

Andererseits liefern Kälber, welche man zu alt werden lässt, ein grobfaseriges Fleisch; ein Fleisch, an welchem weder das Zarte des Kalbes, noch das Kräftige des Ochsen zu entdecken ist.

Die Kälber, welche nur mit Milch genährt worden sind, haben ein so schön weisses Fleisch, dass es einen französischen Kochbuchmacher zu dem Ausspruch getrieben: „C'est vraiment une poularde à quatre pieds.“ Kälber dagegen, welche Heu oder Gras bekommen haben, liefern geringeres, etwas in's Röthliche stechendes Fleisch. Man kann demnach schon aus der Farbe des Bratens erkennen, welches Futter das Thier gehabt hat.

Eine sehr interessante Thatsache, auf welche namentlich die Metzger aufmerksam zu machen sind, lautet dahin, dass das Fleisch von allen gemarterten Thieren ungemein viel an Kraft verloren hat. Es ist durchaus nicht richtig, wenn man sagt, alle Metzger seien rohe Leute; das ist eine infame Beleidigung eines sonst so ehrenwerthen Gewerbes! Hie und da kommt allerdings der Fall vor, dass ein Schlachtthier bei seinem letzten Lebens-Gang auf eine so unmenschliche Weise gequält wird, dass man fast nicht zuschauen kann. Wenn die besagte Thatsache bekannter wäre, kämen vielleicht solche Rohheiten seltener vor.

Durch das Aufblasen bekommt das Kalbfleisch allerdings ein volleres Aussehen; für den Consumenten aber ist damit thatsächlich nichts erreicht. Im Gegentheile, es gibt viele Menschen, für welche der Gedanke, dass ein Metzger den luftigen Inhalt seiner Lunge in's Fleisch ausgeblasen hat, immer etwas Peinliches hinterlässt, selbst wenn besagter Metzger ein bildschöner Mensch war.

Es ist schon bemerkt worden, dass die Küche vom Kalbe eine grosse Menge Speisen zu fabriciren versteht. Nur ein kleiner Theil eignet sich für den diätetischen Tisch; dieser kleine Theil enthält aber weitaus die besten Speisen für Kranke und Reconvalescenten und zum Theil solche Delicatessen, dass auch Gesunde nicht höher schwören.

Kalbsbraten. Den besten Braten für Reconvalescenten und für Leute mit schwachen Magen gibt das Brust- und das Nierenstück. Letzteres ist jedoch nur dann geeignet, wenn das Nierenfett gründlich beseitigt wurde. Das Nierenfett ist wie alle Fette, welche schnell gerinnen, dem Magen nicht zuträglich. Weniger zart als die genannten Braten ist der Schlegel. Dieser hat schon eine so grobe Faser, dass dazu eine saure Beigabe (Salat) gehört, die bekanntlich in den wenigsten Fällen für Magenkranke passt. Die erstgenannten Braten sind so saftig, dass sie ganz gut für sich allein gehen, jedenfalls aber

mit einem gut blanchirten Gemüse. Durch die Füllung wird der Brustbraten saftiger; die Füllung selbst aber passt besser für Gesunde als für Kranke, da sie gewöhnlich überwürzt wird.

Eine detaillirte Anweisung zur Verfertigung des Kalbsbratens ist wohl nicht mehr nöthig, nachdem oben, Seite 43, die Sache im Allgemeinen erledigt worden.

Vollblütige (auch Hämorrhoidarier) können keine bessere Nahrung wählen als gebratenes Kalbfleisch. Kräftige Braten, namentlich Rinds-, Schaafs- und Wildpret-Braten, sind ihnen schädlich, da sie noch mehr Blut machen.

Kalbs-Coteletten. Für Privathäuser, wo man in der Regel nur kleine Stücke Fleisch braucht, sind Coteletten geeigneter als Braten, weil letzterer nur in grösseren Stücken saftig zubereitet werden kann. Ausserdem brauchen die Coteletten nicht so viel Zeit wie ein Braten; dagegen ebenso grosse Aufmerksamkeit, wenn man nicht haben will, dass sie „anbrennen“ oder „saftlos“ werden.

Hier 6 wichtige Paragraphen über die Bereitung der Coteletten für Kranke:

§. 1. Während die untere Fläche des Cotelettes in der Pfanne brätet, darf man dasselbe nicht ruhig auf einem Fleck liegen lassen, man muss es von Zeit zu Zeit hin- und herschieben, sonst brennt es an und bekommt einen brenzligen Goût.

§. 2. Ist das Cotelett gewendet, so kommt noch einmal etwas frische Butter in die Pfanne.

§. 3. Von jetzt an wird die Sauce von Zeit zu Zeit über das Cotelett gegossen.

§. 4. Unappetitlich zum Ansehen und auch ungesund sind die Coteletten, wenn sie förmlich im Fette schwimmen.

Das Fett, welches ein nach § 3 behandeltes Cotelett in sich aufgenommen hat, ist vollkommen ausreichend.

§. 5. Ein Paar Tropfen Citronensaft sind sehr zu empfehlen; die Säure macht das Fleisch leicht verdaulich.

§. 6. Gegen das Ende des Bratens wird etwas Fleischextract in die Sauce gerührt; man rechnet bohngross auf ein Cotelett. Dieser Zusatz erhöht sowohl den Nährwerth als auch den Wohlgeschmack der Speise ganz bedeutend.

Das Paniren mit gestossenem Röstbrod oder mit Panirmehl ist nicht zu empfehlen, da dadurch weder dem gutgezogenen Geschmackssinn noch dem schwachen Magen ein Dienst geleistet wird.

Zu den Kalbscoteletten verwendet man nur das Rippenstück. Wenn das Fleisch gehörig mortificirt ist, werden die Coteletten besonders zart.

Eine Varietät der Coteletten sind die s. g. Wiener-schnitzel; der ganze Unterschied besteht darin, dass man