

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Diätetisches Koch-Buch**

**Wiel, Josef**

**Freiburg, 1873**

Kalbskopf auf Schildkrötenart, Recept dazu.

**urn:nbn:de:bsz:31-56696**

auch riechen sie oft so stark nach ihrem Fabrikat, dass selbst der Zuschauer davon gesättigt wird.

**Kalbsfüsse** sind nur zur Bereitung von Gelée's geeignet; Kalbsfüsse zu backen ist ungeeignet. Warum? kannst Du im im 15. Capitel erfahren.

**Kalbskopf.** Die Küche bereitet aus dem Kalbskopfe mehrere Speisen. Nach ihrer chemischen Beschaffenheit wären dieselben wohl besser im 15. Capitel, bei den Leimstoffspeisen, placirt; sie stehen aber jetzt hier, im Kalbfleischfach, weil — sie gewiss jedermann hier suchen wird. Am bekanntesten ist wohl der

**Gebackene Kalbskopf.** Nach dem im 15. Cap. Gesagten ist dies eine verwerfliche Zubereitungsmethode; die Leimstoffspeisen bekommen durch das Braten einen unangenehmen brenzlichen Goût, auch sind sie schwerer zu verdauen als wenn sie angesäuert wurden. Etwas besser und jedenfalls von reinerem Geschmack ist der einfache

**Abgesottene Kalbskopf,** nur mit Salz und Fssig gewürzt. Das Edelste aber aus diesem Artikel ist und bleibt der

**Kalbskopf auf Schildkrötenart** (tête de veau à la tortue). Man braucht hiezu einen Kalbskopf mit der Haut und muss denselben in der Metzsig besonders bestellen. Wenn wir uns wegen dieser Speise in den Kochbüchern umsehen, so finden wir staunenerregende Böcke und viele der Gesundheit sehr nachtheilige Rathschläge. Namentlich enthalten die von Hofköchen geschriebenen Kochbücher oft grässliche Rezepte; Verschwendung in Gewürzen der schärfsten Art und gänzliche Unkenntniss des chemischen Verhaltens der Leimstoffspeisen zu Säuren sieht man auf den ersten Blick. Lesen wir dagegen die guten alten Schriften über Kochkunst — und diese sind ja überhaupt auch werth, dass man sie liest — so machen wir die merkwürdige Entdeckung, dass vor Altem die grossen Herren mehr darauf sahen, Köche zu haben, welche so viel von Chemie und Heilkunde verstanden als zur Zubereitung gesunder Speisen nöthig ist. Leibköche kannten fast ebenso viel von der Diätetik als Leibärzte, was ganz in der Ordnung ist, denn die ersteren kommen dem allerhöchsten Leibe weit häufiger bei als die Leibärzte, sie können ihn tagtäglich mit ihrem Fabrikat erquicken und stärken oder — langsam zu Grunde richten. — Nach dieser zärtlichen Einleitung wird es unsere Aufgabe, an der Hand der Chemie die Grundsätze namhaft zu machen, nach welchen man einen Kalbskopf zuzubereiten hat, der die Prädikate „gesund“, „wohlschmeckend“ und „nahrhaft“ wirklich verdient:

1) Die Leimstoffspeisen sind nur dann leicht zu verdauen, wenn sie mässig sauer gemacht wurden. Der Leim löst sich nur bei Gegenwart einer Säure auf.

2) Da es dem Kalbskopf an Eiweisskörpern ziemlich fehlt, so setze man Fleischextract, Eier u. dgl. zu und koche unter Zusatz von Rindsknochen. Nur so erhält man ein kräftiges Gericht.

Im Besonderen geben wir folgendes Rezept, das sich, nebenbei bemerkt, auch durch grosse Wohlfeilheit auszeichnet:

Der Kalbskopf mit der Haut, die Haare abgebrüht, wird in zwei Hälften gespalten, das Gehirn herausgenommen und zu etwas Anderem verwendet. Siede den Kalbskopf in mässig gesalzenem Wasser mit 1 Kilo Rindsknochen, 3 Stück gelben Rüben, einer Selleriewurzel, einer ganzen Zwiebel und etwas Petersilie langsam weich. Gewöhnlich braucht es 2 Stunden. Löse die Haut von den Knochen ab und schneide sie in portionengrosse Stücke, ebenso mache es mit den Ohren. Schäle die Zunge und schneide sie quer in fingersdicke Scheiben. Stelle Alles bei Seite warm und gehe an die Bereitung der

Sauce. In einem grossen Casserol lasse 150 Grm. Butter vergehen, darin einen Esslöffel voll Mehl weiss anziehen. Nun wird von der Brühe, in welcher der Kalbskopf gekocht hat, durch ein Sieb zugegeben unter fleissigem Umrühren. Hat man so eine genügende Menge Flüssigkeit erhalten, dann kommen hinein: die Kalbskopf- und die Zungenstückchen, ein Kaffeelöffel voll Fleischextract (vorher in einer Tasse Brühe aufgelöst), das in Bröckelchen zerschnittene Eiweiss von 6 hartgesottenen Eiern und drei in Rädchen geschnittene Essiggurken. Lasse Alles noch etwa 5 Minuten lang über gelindem Feuer und unter fleissigem Umrühren miteinander kochen, damit sich die Brühe innig mit dem Fleische mengt. Schliesslich gib die flüchtigen und aromatischen Dinge zu: guten Weinessig q. s., den Saft einer halben Citrone, einen Kaffeelöffel voll Pfeffer. Rühre Alles nochmals flüchtig durcheinander, damit die Würzen gleichmässig vertheilt werden. Nimm es sofort vom Feuer, damit das Aroma nicht zum Schornstein hinausfährt.

Anrichten: In die Mitte der Platte kommen die Hauptstücke, ihre glatte Fläche nach oben, rings herum die Zungenrädchen, darüber etwas Sauce (die übrige kommt in den Saucier). — Garnitur: Citronenscheiben und Grünes. — Hauptregel: Warm serviren! Anmerkung: Feinere Einlagen, die aber nicht immer zu haben sind und die Sache sehr vertheuren, sind: Trüffeln, Champignon, Morcheln; statt Essiggurken Capern; endlich rothe Krebse als Garnitur! — Der auf besagte Art zubereitete Kalbskopf erheischt keine Beilage; höchstens mag ein Liebhaber dazu einige Oliven in Salz geniessen.

Gebrauchsanweisung: Der Kalbskopf nach Schildkrötenart eignet sich am besten zum Nachtessen, weil er gar leicht zu verdauen ist; der Magen wird in längstens 2 Stunden damit fertig. Eine Gesellschaft von 8—10 Personen hat an einem solchen Kalbskopfe genug und wenn dazu der rechte Wein in gehöriger Menge fliesst, bleibt der richtige gesellige Ton niemals aus. Denkst Du vielleicht an einen gerbstoffreichen Affenthaler oder an einen alkoholreichen Rheinwein?

Nein! Trinke reinen guten Wein vom See und Du wirst Wunderdinge verspüren. Probatum est!

Der Kalbskopf auf Schildkrötenart ist aber nicht bloß eine treffliche Speise für Gesunde, sondern auch ein herrliches Remedium gegen eine gewisse Krankheit. Die Sache lässt sich leicht erklären: Der Katzenjammer ist zwar eine sehr complicirte Krankheit, er ist „ein durch superlative Absorbirung abundirender Fluidumsquantitäten procreirter abnormal-provisorischer Uebergangszustand eines durch generelle Corporalmiserabilitätsschwäche afficirten Individuums, bei welchem die nach Normalbehaglichkeit aspirirende Naturalconstitutionsfähigkeit sich von der Stomachal-, Cerebral-patentialität zu deliberriren sucht.“ Nichts desto weniger tritt die Magenversäuerung als Hauptsache in den Vordergrund und da Gelée zur Säure passt, so passt auch Kalbskopf zum Katzenjammer. Wer jemals die wohlthätige Wirkung dieses delicates Remediums empfunden, wird im vorkommenden Fall am anderen Morgen sicherlich zuerst an einen Kalbskopf denken!

---

## 6. Capitel.

---

### Schweine - Fleisch.

Das Fleisch von Schweinen, denen die letzten Lebenstage mit Milch versüßt wurden, ist besonders gut. Bei Kartoffelmastung wird das Schwein zwar fetter, bekommt aber ein kraftloses Fleisch. Eicheln und Bucheln machen das Fleisch thranig. Im Schweinefleisch existirt überhaupt ein bedeutender Unterschied; es gibt viel geringes. Dieses hat eine röthliche Farbe und gelbliches, leicht flüssiges Fett. Gutes Schweinefleisch gibt einen weissen Braten, der Speck ist fest, körnig und von schneeweisser Farbe (sicheres Kennzeichen der Milchmastung).

Besonders gefährlich ist trichinöses Schweinefleisch. Es ist hier nicht der Platz, diesen wichtigen Gegenstand in der nöthigen Ausführlichkeit zu erschöpfen. Nur soviel sei hier zur Beruhigung bemerkt, dass jetzt die Fleisch-Schau ein wachsames Auge auf die Sache hat; diese bietet, wenn sie mit der nöthigen Gewissenhaftigkeit und Sachkenntniss ausgeführt wird, vollständigen Schutz. Es werden vor Allem jene Fleischpartieen einer Untersuchung unterzogen, in welchen erfahrungsgemäss die Trichinen vorzugsweise hausen; ferner begnügt man sich nicht mit der Visitation