

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

Gewöhnlicher Hammelsbraten.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

7. Capitel.

Schaf- und Ziegen-Fleisch.

Das **Fleisch vom Hammel** ist nach dem Ochsenfleische das kräftigste. Es hat einen angenehmen Goût, den aber viele nicht leiden können. Das Hammelfleisch ist zwar auch ziemlich fett, wohl so fett wie das Schweinefleisch, allein das Fett ist mehr isolirt, kann also leichter beseitigt werden.

Beim Ankaufe des Hammelfleisches hat man darauf zu achten, dass es von einem gesunden, zwischen 2 und 3 Jahre alten, in einer Gebirgsgegend gut geweideten Thiere kommt. Das Spätjahr ist die Zeit des Hammelsbratens, da sind die Thiere am besten genährt. Altes Hammelfleisch ist fast so zäh und so schwer verdaulich wie altes Rindfleisch. Für die besten Stücke gelten der Sitz, der Hohrücken, die Coteletten, der Schlegel und die Brust. Auch die Zunge ist ein guter Bissen.

Im Allgemeinen eignet sich das Hammelfleisch besser zum Braten als zum Sieden; gesottenes Hammelfleisch schmeckt fade und liegt schwer im Magen.

Auf dem Rost gebratene Hammelscoteletten sind als eine ganz besonders gute und zuträgliche Speise zu empfehlen. Man beachte nur, dass sie inwendig noch roth sind. Da man davon nur den Durchschnitt der Rückenmuskeln essen kann, so wird der Mann, ohne unanständig zu sein, über ein halbes Dutzend solcher Coteletten Meister: gewiss kein billiges Essen!

Boiled mutton. Ueber die Zubereitung dieser in England so hoch geschätzten Speise ist zu bemerken, dass man das Fleischstück, nachdem es schon Tags zuvor genügend gesalzen wurde, in ein sorgfältig — ohne Seife — ausgewaschenes leinenes Tuch einbinden muss. Diese Procedur ist wohl die Hauptursache, dass das Stück so saftig wird.

Gewöhnlicher Hammelsbraten wird nach den bekannten Regeln bereitet. Es ist nur zu bemerken, dass man in der besseren Küche das eigene Fett des Hammelfleisches beseitigt und fremdes (Butter) zufügt, weil das Hammelfett unangenehm schmeckt und schwer verdaulich ist. Hiemit ist noch lange keine verschwenderische That begangen; das Hammelfett kann anderweitig verwerthet, am besten einem Seifensieder verkauft werden.

Der Hammelsbraten ist, wie der Rindsbraten, die rechte Nahrung für Blutarme: Bleichsüchtige, Reconvalescenten, Kinderbettrinnen. Nachtheilig ist dieser Braten allen Vollblütigen, den Hämorrhoidariern und den Gichtkranken.