

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Diätetisches Koch-Buch**

**Wiel, Josef**

**Freiburg, 1873**

Wurstler-Regeln.

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

krankte Austern sind selten, weil die fehlerhafte Waare leicht zu erkennen ist. Weiche, missfarbige, lose in der Schaafe hängende, mit einem Milchsafte umgebene, übelriechende Austern werden hoffentlich nicht mehr aufgetischt!

Was den Nährwerth und die Verdaulichkeit anbelangt, so ist manches Gute zu berichten. Die Austern bestehen hauptsächlich aus Eiweiss und sind deshalb sehr nahrhaft. Rohe Austern sind eine leichtverdauliche Speise, ganz geeignet für den Krankentisch. Da Eiweiss bei Gegenwart von Säuren besser verdaut wird, so ist der übliche Zusatz von Citronensaft sehr zweckmässig. In allen anderen Formen passen die Austern nicht für Kranke. Es ist interessant, wie spät die Austern das Gefühl des Sattseins machen. Ein Austernesser vom Fach kann ohne grosse Aufregung ein Gross (144 Stück) verschlingen! Dann geht er erst zur Tafel und stellt sich, wie wenn Nichts passirt wäre.

Gekochte oder gebratene Austern sind so schwer zu verdauen wie hartgesottene Eier; etwas besser geht noch die Austernsuppe, absonderlich wenn man die Austern ziemlich spät zugesetzt hat, so dass sie nicht ganz gerinnen konnten.

**Muscheln.** Ihre Zeit reicht von Ende September bis April. Da sie nicht lange ausser Wasser leben können, kommen sie selten frisch, sondern meistens marinirt in den Handel.

Was Nährwerth und Verdaulichkeit anbelangt, so gilt von den Muscheln das Nämliche, was soeben von den Austern gesagt wurde.

Vergiftungsfälle durch Muscheln hat man schon öfters beobachtet. Sie sollen namentlich zur Zeit der Fortpflanzung nicht rätlich sein. Ueber das Gift selbst weiss man so gut wie nichts.

---

## 14. Capitel.

---

### Würste.

Alle Speisen, welche in der Küche eine gründliche Zertrümmerung ihres Gefüges erfahren haben — durch Hacken, Reiben, Stossen etc. — sind leichter zu verdauen; es ist dem Verdauungsapparat in der mechanischen Arbeit vorgeschafft worden. Deshalb gehören gewisse Würste zu den leicht verdaulichen Speisen und eignen sich sogar für den Tisch der Magenkranken. Ueberhaupt sind die Würste kein so gering-

fügiger Artikel, wie man vielleicht glaubt. Mancher Feinschmecker weiss aus der ganzen Geographie nichts, als Göttingen, Braunschweig, Verona, Mailand und Wertheim!

Die Würste des Handels sind sehr oft zu alt und verdorben; an den alltäglichen Würsten ist zu tadeln, dass sie oft unreinlich und nur aus Fleischstücken zubereitet werden, welche man anders nicht verkaufen kann. Unter solchen Umständen wird es am Platze sein, dass sich die diätetische Küche selbst an die Sache macht.

Es liegt nicht im Bereiche dieser Betrachtungen, die Wurstfabrikation bis ins Detail zu erschöpfen; dagegen dürfen jene Regeln nicht übergangen werden, welche besondere sanitäre Bedeutung haben:

Mangelhaft gereinigte Därme geben den Würsten einen widerlichen Geschmack, welcher oftmals gar zu deutlich wahrnehmen lässt, was vorher darin gewesen ist. Der Wurstdarm muss mehrmals mit lauwarmem Wasser, dann mit Salzwasser ausgewaschen und schliesslich so lange in kaltem Wasser abgeschwemmt werden, bis letzteres rein abfließt.

Beim Füllen soll man nicht vergessen, dass zu stramm gefüllte Würste im Kochen gerne aufspringen. Dies geschieht namentlich leicht bei jenen Würsten, welche aus rohem Fleisch und frischem Blut bereitet werden. Würste mit gekochter Einlage (Leber, Zunge u. dgl.) dürfen schon fester gefüllt werden.

Das Würsten aus der Hand ist zeitraubend, und man bringt bei allem Fleisse doch keine gleichmässig gefüllten Würste zu Stande. Somit gehört ein Wurstthorn zum wirklich nöthigen Küchengeschirr. Am besten sind jene mit der Inschrift: „Reinlichkeit erhält den Leib etc.“

Gar oft ereignet sich der Fall, dass nicht gar gekochte Würste zu Tische gegeben werden. Obgleich eine solche Wurst sogar leichter zu verdauen wäre als eine gar gekochte, so mag man sie doch nicht — wegen ihres faden Geschmackes. Daran denken wohl Wenige, dass man durch eine nur halb gekochte Wurst auch einen Bandwurm, Trichinen u. dgl. einnehmen kann. Im Canton Appenzell bilden die aus rohem Rindfleisch bereiteten Presswürste ein Nationalgericht; Niemand ist so häufig vom Bandwurm bewohnt wie der Appenzeller! — Je nach der Dicke muss die Wurst  $\frac{1}{2}$  bis 1 Stunde lang sieden. Das Küchenpersonal pflegt die Würste mit einer Nadel anzustechen, um zu sehen, ob sie gar sind! Wenn aus der Stichwunde noch röthlicher (blutiger) Saft quillt, so hat die Wurst noch nicht genug; erst wenn eine fettreiche, wasserhelle Brühe kommt, wird sie abgenommen. Das ist die gebräuchliche Untersuchungsmethode. Wenn es möglich wäre,

Wie!, diät. Kochbuch.