

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

17. Capitel. Käse.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

wöhnlich denkt Niemand daran, dass er am Ei ein fettes Nahrungsmittel habe und doch ist das Ei fetter als Mastochsenfleisch, nahezu so fett wie Schweinefleisch. Das Fett ist im Eidotter enthalten.

Die Eier haben auch eine sehr ausgedehnte Verwendung als Heilmittel: Gegen das Wechselfieber ist ein Gemisch von Eiweiss (50 Grm.), zu Schaum geschlagen, mit Zimmpulver (1 Grm.) empfohlen. — Bei der Ruhr gibt man Clystiere von Eiern mit Wasser gemischt. — Sehr wichtig sind die Eier als Mittel gegen Vergiftungen mit scharfen Metallgiften, z. B. Sublimat. Das Mittel hat schon deshalb ganz besonders practische Bedeutung, weil man es fast überall rasch bei der Hand hat. — Bei Catarrhen der oberen Athmungswege, namentlich bei der davon herrührenden Heiserkeit, sind rohe Eier die richtige Diät. Weniger empfehlenswerth ist für diese Fälle eine Beimischung von Zimmt, weil dieser erhitzt und das Fieber höher treibt. Aus dem gleichen Grunde ist auch das warme Eierbier nicht so geeignet, wie rohe Eier. — Dieser wohlthätige Einfluss der Eier auf das Stimmorgan veranlasst manche Sänger kurz vor der Production noch ein rohes Ei zu schlucken, „damit sie besser hinauf kommen!“ — Endlich leisten zerstoßene Eierschalen gute Dienste beim Sodbrennen. — Fast ebenso wichtig sind die Eier als äusserliche Mittel: Ein Gemisch von Eiweiss mit Branntwein ist schon längst als Mittel gegen das Aufliegen (Decubitus) in Gebrauch. — Die Schalenhaut wird, ähnlich wie Spinnengewebe oder Fliesspapier, als Mittel zum Blutstillen gebraucht; als Deckverband bei Verbrennungen niederen Grades leistet die sie wohl die gleichen Dienste wie Collodium.

17. Capitel.

Käse.

Käse-Bereitung. Der chemische Vorgang bei der Käsefabrikation ist schon im 1. Capitel angedeutet worden. Gewöhnlich wird mit Kälberlab aus der warm gemachten Milch die Käsemasse ausgeschieden, diese hernach gesalzen, ausgepresst, getrocknet und in die bekannten Formen gebracht.

Bevor wir zu der Besprechung der Käse des Handels übergehen, wollen wir zeigen, wie man einen sehr schmackhaften und gesunden Hauskäse bereiten kann:

„Man weicht einen oder mehrere getrocknete Kalbsmagen, je nachdem man viel oder wenig Milch hat, etwa 24 Stunden in Wasser ein, giesst dann das Wasser nebst dem Kalbsmagen in die frisch gemolkene und warm gemachte Milch, deckt sie zu und lässt sie $\frac{1}{2}$ Stunde stehen, bis sich die Milch zusammengezogen hat; dann nimmt man die Masse mit einem Schaumlöffel heraus, bestreut sie mit etwas Salz, knetet sie durcheinander, schüttet sie auf ein Tuch, welches man fest zusammenbindet, und presst den Käse zwischen 2 Brettern, jedoch nicht zu stark. So lässt man ihn 2 bis 3 Tage liegen, legt ihn hernach in eine starke Salzlacke, lässt ihn 8 Tage darin, während welcher Zeit man ihn täglich umwendet. Alsdann nimmt man ihn heraus und trocknet ihn auf durchlöcherten Brettern an der Luft.“

Dies der wohlschmeckende und leichtverdauliche s. g. „Kuhkäs.“ In der Regel wird derselbe mit Kümmel gegessen. Letztere Beigabe ist ganz überflüssig, da dieser Käse ohnedem schon würzig schmeckt und der Kümmel doch nur wieder so abgeht, wie er eingenommen wurde. Dieser hausgemachte Käse ist zuträglicher als die meisten

Käse des Handels. Man unterscheidet fette und magere Käse. Fette Käse sind: Fromage de Brie, Schachtelkäse, Stilton, Strachino di Milano, Gorgonzola, Bondons de Neufchâtel (Spundenkäse), Münsterkäse, Limburger (letzterer seiner Form nach gewöhnlich „Backsteinkäse“ genannt). Magere Käse: Grüner Kräuterkäse (Schabzieger), Roquefort, Parmesankäse. Zwischen beiden Sorten stehen der Emmenthaler, Edamer und Chester. Vom Standpunkt des Feinschmeckers aus beurtheilt ist der Fromage de Brie der erste Käse der Welt; dann folgen allenfalls der Schachtelkäse, der Stilton, der Chester, der Roquefort, der Strachino di Milano, der Edamer, Emmenthaler u. s. f. Für Privathäuser ist der Edamer am meisten zu empfehlen. Die Kugeln haben ein Gewicht von 2—3 Pfund, so dass sie sich recht wohl zum kleineren Haus-Bedarf eignen. Er wird viel feiner, wenn man ihn recht zu behandeln versteht: Der Anschnitt muss beständig mit einem leinenen Tuche, das mit Salzwasser befeuchtet ist, zugedeckt sein. Einige Stunden bevor man ihn servirt, wird der Anschnitt mit ein Paar Esslöffel voll Rheinwein angefeuchtet. Wenn man den Anschnitt stets so formirt, dass er in der Mitte eine Vertiefung bildet, dann dringt die Flüssigkeit des Tuches gehörig ein und es bekommt der Käse mit der Zeit die beliebte goldgelbe Farbe und den unbeschreiblich feinen Geschmack, der jeden Kenner mit Bewunderung erfüllt!

Verwendung der Käse in der Küche. Die Küche braucht zu vielen Speisen Käse. In der Regel betrachtet sie denselben aber weniger als Nahrungsmittel, obgleich er in Bezug auf seinen Nährwerth in der vordersten Reihe steht, sondern

als — Gewürz. So wird häufig gepulverter Käse auf Nudeln gestreut, verschiedenen Suppen zugesetzt u. s. f. Von der weltberühmten Fondue (Cap. 16) bildet ein mittelfetter Käse den Hauptbestandtheil. Endlich wird Käse servirt beim Lunsch — als Hauptgang und nach dem Diner — zum Zuspitzen.

Chemische Zusammensetzung. Man darf Käse nicht indentifiziren mit Käsestoff. Der Käse enthält allerdings als Hauptbestandtheil Käsestoff, aber ausserdem noch manche weitere Beimischungen. Vor Allem sind noch von den übrigen Bestandtheilen der Milch damit vermengt, so namentlich Fett. Dann enthalten die Käse, wenn sie alt geworden, allerlei Zersetzungsproducte, von denen die Fettsäuren besonders zu nennen sind. Eine grosse Anzahl Käse enthält Kochsalz in verschwenderischer Menge.

Nährwerth und Verdauung. Nur über den Nährwerth ist Gutes zu berichten. Der Hauptbestandtheil der Käse (das Casein), eine stickstoffhaltige Substanz, ist ein Nährstoff ersten Ranges. Ueber die Verdaulichkeit der Käse aber und über ihren Einfluss auf die Gesundheit bleibt fast nur Schlimmes zu melden. Es gibt wenige Speisen, welche so schwer zu verdauen sind und dem Magen so zusetzen wie die Käse. Trockene Käse mit fast hornartiger Structur sind schon aus mechanischen Gründen schwer zu verdauen, pulverisirt geht es etwas besser. Wenn solche Käse schimmelig geworden sind und durch allerlei Zersetzungsproducte einen „pikanten Goût“ bekommen haben, wie z. B. ein alter Roquefort, dann üben sie ausserdem noch einen nachtheiligen Reiz auf die Magenschleimhaut. Fette Käse, welche so weich sind, dass sie auf der Zunge vergehen und so frisch, dass die Nase nichts gegen ihre Einfuhr einzuwenden hat, werden leichter verdaut. Fette Käse faulen aber bald. Wenn die Fäulniss nicht zu weit gediehen ist, schaden sie nicht viel; ihr Geschmack ist sogar um Vieles pikanter, so pikant, dass sich Feinschmecker lieber an solche Käse halten als an ganz frische. Geht es aber mit der Fäulniss weiter, so entwickelt sich eines der schlimmsten Gifte — das Käsegift, über welches die Gelehrten ebensoviel wissen, wie über das Wurstgift, nämlich nichts. Dieses Gift richtet zuerst Schaden an im Magen und Darmkanal (Erbrechen und Magenschmerzen, später Leibschneiden und Diarrhoe); für's Zweite, d. h. wenn das Gift ins Blut übergeführt ist, wirkt es betäubend, macht vor Allem Kopfweg, Schwindel und kann selbst den Tod zur Folge haben. Damit der Mensch vor solcher Gefahr rechtzeitig gewarnt werde, ist ihm über dem Mund eine Nase in's Gesicht gesetzt worden; giftige Käse stinken!

Ueber die einzelnen Arten von Käse ist zu bemerken:

Der Emmenthaler, der Chester, namentlich aber der alte Limburger haben häufig Käsemilben. Diese Milben leben vorzugsweise in den grossen Löchern (Augen), in der Rinde und in den grün gefärbten Stellen der Käse. Brennender Schmerz in der Magengegend, Erbrechen und Abweichen kündigen den Schaden an, den ein solcher Käse gestiftet hat.

Der Kräuterkäse (Schabzieger, grüner Käse), hauptsächlich gut in Glarus fabricirt, unter Zusatz des gepulverten blauen Steinklee's, hat den scharfen Geruch und Geschmack dieser Pflanze im hohen Grad. Der Käse wird desshalb oft als Reizmittel des Magens empfohlen. In kleinen Quantitäten mag es einem sonst gesunden Magen nicht gross schaden, wenn er auf solche Weise an seine Pflicht erinnert wird; grössere Portionen aber sind unbedingt schädlich. Die übliche Mischung dieses Käses mit Butter, hierlands sehr gebräuchlich, aber mit einem Namen belegt, den man anstandshalber in ein Kochbuch nicht aufnehmen darf, macht leicht Sodbrennen und ist überhaupt schwerer zu verdauen als jeder Theil für sich allein.

Die gewöhnlichen Käse, d. h. jene, welche im Verein mit einigen sanften Würsten die Speisekarten der Bierhäuser ausmachen, schaden fast insgesamt durch zu grossen Salzgehalt.

Der nähere Vorgang des Schadens, welchen die Käse überhaupt am Magen anzurichten vermögen, ist folgender: Der erste Reiz trifft die Schleimhaut des Magens. Eine Folge davon ist, dass diese eine grössere Masse Schleim absondert. Dieser Schleim hüllt die im Magen enthaltenen Speisen ein und hemmt ihre Verdauung. Manchmal wird auch Schleim erbrochen. Nach dem Gesagten ist es also nicht unpassend, wenn man sagt: „die Käse verschleimen.“

18. Capitel.

Kaffee.

Es kommt im Handel eine ungemein grosse Zahl von Kaffeesorten vor; zudem herrscht eine gewisse Willkühr in der Nomenclatur. Desshalb wird es am Platze sein, hier diejenigen Sorten hervorzuheben, welche eine allgemeine Bedeutung erlangt haben.

Der beste Kaffee ist der Mokka, nicht so leicht ächt zu