

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

Kochregeln.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

Kochregeln.

Obgleich fast in allen Häusern Kaffee gekocht und nicht selten in einer zahlreichen Kaffeegesellschaft nach Erledigung der Stadtangelegenheiten die Kaffeebereitung einer eingehenden Erörterung unterzogen wird, so ist doch ein wirklich guter Kaffee selten. Der Verfasser sieht sich deshalb veranlasst, die von ihm vielfach erprobte Methode von Liebig, welche übrigens der grosse Brillat-Savarin schon im Anfang dieses Jahrhunderts annähernd geübt hat, zu empfehlen:

Das Brennen (Rösten) geschieht am besten in einer grossen flachen Eisenpfanne (s. g. Eierkuchenpfanne), wo man zu dem ganzen Vorgang sieht. Die Bohnen werden vorher verlesen, alle Beimischungen entfernt, gefärbte in Wasser abgewaschen, nachher mit einem warmen Handtuch abgetrocknet. Das Brennen muss langsam vor sich gehen, unter fleissigem Umrühren. Man darf nicht länger rösten, als bis die Bohnen hellbraun sind. Gegen das Ende des Brennens schüttet man auf die Bohnen gestossenen Zucker (15 Grm. auf $\frac{1}{2}$ Kilo Kaffee) und rührt nochmals gründlich um. Der Zucker schmilzt und überzieht die Bohnen mit einer undurchdringlichen Decke von Karamel, welche die aromatischen Stoffe nie mehr entweichen lässt. Nach dieser Operation kommen die Bohnen nicht gleich in die Büchse; sie werden zuerst auf einem Eisenblech dünn ausgebreitet, damit sie rasch erkalten. Der geröstete Kaffee muss an einem trockenen Orte aufbewahrt werden, weil er Feuchtigkeit anzieht.

Sieden. Das beste Geschirr ist eine emailirte tiefe Eisenpfanne. Die Bohnen werden jeweils frisch gemahlen — zu einem grüblischen Pulver. Auf zwei Tassen Wasser rechnet man 15 Grm. Bohnen. Drei Viertel von dem Pulver gibt man ins kalte Wasser und kocht es nachher 10 Minuten lang. Hierauf gibt man auch das letzte Viertel Pulver zu, nimmt das Kochgeschirr aber gleich vom Feuer und lässt es 5 Minuten lang ruhig stehen, bis der Kaffee sich gesetzt hat. Der fertige Kaffee soll eine hellbraune Farbe haben.

An vielen Orten taugt das gewöhnliche Wasser nicht zur Kaffeebereitung. Dies gilt namentlich vom harten (kalkhaltigen Wasser). Ein Zusatz von Soda verbessert den Fehler. Zu der Quantität Wasser, welche für eine Portion (2 Tassen) nöthig ist, gehört eine Messerspitze von diesem Salz.

Kaffee für Magenkranke.

Auf die eben beschriebene Art wird ein wohlschmeckender Kaffee mit möglichst hohem Nährwerth erhalten. Alle Stoffe, welche die Bohne enthält, gehen in die Brühe über. Statt dieses kräftigen Haustrankes für Gesunde, welcher gerade nicht so leicht zu verdauen ist, gehört für jene Kranke, deren Verdauung geschwächt ist, ein leichter Kaffee. Man übergiesst die nöthige Menge Pulver einfach mit kochen-

dem Wasser und lässt es durchlaufen. Dies geschieht am besten in einer irdenen Kaffeemaschine. Zu bemerken ist, dass dieser Infusionskaffee sich auch für den Nachtsch besser eignet als der Liebig'sche.

Fehler in der Kaffeebereitung.

a) Beim Brennen. Die Kaffeebohnen werden durch das Brennen voluminöser aber leichter, weil von den flüchtigen Bestandtheilen immer etwas entweicht. Man kam deshalb auf den Gedanken, das Brennen in verschlossenen Maschinen vorzunehmen. Dies hat den grossen Nachtheil, dass man nicht zu den Bohnen sieht. Sehr häufig wird darin der Kaffee zu stark gebrannt. Manche brave Hausfrau, an deren spitziger Nase und dürrer Leib man erkennen kann, dass sie sich und andern nichts gönnt, fragt wenig darnach, wenn auch der Kaffee dadurch schlechter wird. Ein zu stark gebrannter schwarzbrauner Kaffee hat nicht viel mehr Werth als Kohle. Das Aroma ist fort, die Nährstoffe sind verbrannt und es hat sich ein widerlich brenzliches Oel gebildet. Auch die meisten Cafetiers sehen vor Allem auf die Farbe des Kaffee's und sind merkwürdiger Weise auf die dunkle versessen. Sie treiben das Rösten gewöhnlich so weit, dass die Bohnen ganz schwarz werden. Wenn trotzdem die Kaffeegäste nicht weg bleiben, so wird man wohl nicht lange darüber nachsinnen müssen, auf welchem Standpunkte dieselben in Bezug auf den Feingeschmack stehen. Das wissen die Cafetiers wohl! Dass die dunkle Farbe des Kaffee's in den Gasthöfen nicht allein von zu starkem Brennen der Bohnen herrührt, ist den Kennern wohl bekannt; aber wer vermag den Kampf aufzunehmen gegen die verfl. „Cigorie“?

b) Was das Sieden des Kaffee's anbelangt, so kann dasselbe auf 2 Arten fehlerhaft sein: Der reine Aufguss enthält fast nur das Aroma; die reine Abkochung dagegen viel Gerbstoff, während das Aroma grösstentheils fort ist. Die oben näher beschriebene Liebig'sche Methode ist, wenn man so sagen darf, eine Combination von beiden und hebt somit diese Fehler der Einseitigkeit auf.

Nährwerth und Wirkungen des Kaffee's.

Um hierüber urtheilen zu können, müssen wir die chemischen Bestandtheile des Kaffee's vor Augen haben. Die wichtigsten sind:

Das Coffein, der charakteristische Hauptbestandtheil des Kaffee's, ist ein stickstoffreicher wichtiger Blutbildner. Das Coffein ist aber auch noch ein Narcoticum, auf deutsch gesagt, ein — Gift. Die Wirkungen einer kleinen Dosis, d. h. der-