

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

Agrumen.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

der denselben begleitende Mundkatarrh rasch zu. Noch schärfer als die Essiggurken sind in der Regel die Pfeffergurken, etwas milder die geschälten Gurken.

Die Mixed Pickles sind in Essig eingemachte Früchte: vorwaltend kleine Gurken, Bohnen, weisser und rother Kohl etc. Als Gewürz verwendet man Meerfenchel, Hülsen von spanischem Pfeffer u. s. w. Um dem theuren Mischmasch die beliebte grüne Farbe zu geben, wird er mit Grünspan gefärbt! Es bedarf also wohl keiner Rechtfertigung, wenn man sagt, dass dieses Zeug aus der diätetischen Küche hinaus gehört.

Melone dient meistens als Dessertfrucht; wird aber auch, in Essig eingemacht, als Beilage zum Rindfleisch gegeben.

An die Kürbisfrüchte reiht sich unter Umständen die grösste Delicatesse des ganzen Capitels, die edle Ananas, an:

Ananas ist die Frucht der im tropischen Amerika einheimischen, bei uns in Treibhäusern gezogenen Bromelia Ananas L. — Hierlands ist die Ananas selten; weil sie zuviel kostet. In Amerika, England und namentlich auf Seeschiffen kommt sie ganz gewöhnlich als Dessert. Ihr Aroma lässt sich nicht beschreiben: Viele behaupten (gewiss nicht ganz mit Unrecht), dass die Ananas das Aroma und den Wohlgeschmack aller feinen Esswaaren in sich vereine.

Agrumen nennt man die Früchte von der Gattung Citrus: die Citronen und die Orangen.

Citronen. Für den Küchenbedarf sind die dünnchaligen am besten. Die frischen Citronen haben eine ziemlich ausgedehnte Verwendung als Würzen für Saucen, manche Braten (Coteletten) und mehrere Getränke. Ausser den frischen Citronen hat man im Handel den ausgepressten Saft. Gewöhnlich wird er zur Syrupdicke eingedampft. Lässt sich lange gut erhalten. Getrocknete Citronenschalen dienen zum Würzen. Marinirte (in Salzwasser eingemachte) Citronen sind kein zweckmässiges Präparat. Die dickschalige, starkhöckerige Cedratcitrone ist jene Frucht, welche für das Menschengeschlecht so verhängnissvoll geworden ist, weil unsere Stammutter Eva darein gebissen hat, — heisst deshalb auch Paradiesapfel, — für das Lauberhüttenfest ein sehr gesuchter Artikel — kommt in Kisten mit Palmzweigen unter den hebräischen Namen: „Lullef“ in den Handel. Citronat ist die in Zucker eingemachte Schale der Cedratcitrone — zu Zuckerbäckereien — auch als Fiebermittel. Ein vorzüglicher Fiebertrank ist die Limonade:

R. 2 Citronen werden der Länge nach aufgeschnitten, der Saft in einen Liter Wasser ausgedrückt, darin

150 Grm. gestossenen Zucker
aufgelöst, dazu gethan die

fein geschnittene gelbe Schale einer Citrone
(zur Steigerung des Aroma's.)

Das Ganze lässt man eine halbe Stunde lang in verschlossenem Glasgefäss stehen; nachher wird durch ein leinenes Tuch filtrirt. S. So oft er will, einige Esslöffel voll zu nehmen.

Fast noch angenehmer und ebenso kühlend schmeckt kalt gehaltenes Sodawasser, dem einige Tropfen Citronensaft beigemischt sind. Citronenscheiben mit Zucker bestreut pflegt man sehr schwachen, in der grössten Fieberhitze daliegenden Kranken in den immer wieder trocken werdenden Mund zu geben. Grosse Wohlthat für diese Armen! In Amerika gilt der Citronensaft allgemein als das beste Volksmittel gegen die dort so häufigen und äusserst heftigen Rheumatismen. Ferner gilt überall der Citronensaft als Volksheilmittel gegen Scorbut (sehr gut!) und gegen Blutflüsse. Die Citronencur, welche mitunter gegen Wassersucht, Hämorrhoiden, Leberanschoppungen gemacht wird, besteht darin, dass man so lange täglich den Saft von 4—6 Citronen verschluckt bis — der Magenruinirt ist. Aeusserlich wird der Citronensaft mitunter auch als blutstillendes Mittel benützt, namentlich gerne auf leicht blutendes Zahnfleisch applicirt (gut!).

Die Aufbewahrung der Citronen geschieht im trockenen Keller, jede einzeln in Papier gewickelt. Wird eine faul, dann ist damit abzufahren, weil sie sonst die anderen ebenfalls ansteckt. Man kann sie auch in Salz, Asche, Sand legen; nur sollen sie einander nicht berühren.

Orangen. Es gibt mehrere Arten: 1) Pomeranzen, bittere Orangen; 2) Apfelsinen, süsse Orangen (die kleinen sog. Mandarinenorangen, etwa so gross wie ein Borstorfer Apfel, sind die besten); 3) Bergamotten, weniger schmackhaft. Die Orangen sind eine angenehm kühlende Speise; namentlich werden die Apfelsinen häufig als Dessertfrucht gegeben. Die gleiche Sorte gibt eine der feinsten und besten Fieber Speisen. Das Orangeat (eingemachte Pomeranzenschalen), welches in verschiedenen Sorten im Handel vorkommt, kann ebenfalls als Fiebermittel dienen. Die unreifen Pomeranzen, so gross wie Kirschen, dienen zu Liqueuren, Saucen u. dgl., wie die getrockneten Citronen- und Pomeranzenschalen (sehr feines kräftiges Gewürz). Die Pomeranzen geben auch ein angenehmes Reizmittel für den Magen. Der wässrige Ansatz bekommt am besten. Derselbe wird einfach dadurch bereitet, dass man die Schalen frischer (unreifer oder reifer) Pomeranzen ein Paar Stunden im frischen Wasser stehen lässt. Der Ansatz wird gewöhnlich mit Zucker versüsst. Die Ansätze in Wein, ebenso alle heiss bereiteten Auszüge, regen auf und machen Kopfwel. Uebrigens vermögen auch allzu grosse

Dosen des wässerigen Ansatzes den besagten Nachtheil hervorzubringen.

Kernobst. Zum Kernobst gehören: Birne, Apfel, Quitte, Mispel, Speierling, Kornelkirsche.

Aepfel und Birnen. Manche Sorten sind in der Form von Compoten leichter zu verdauen als roh, wo die Zellulose genirt. Für feine Sorten wäre es Schade, wenn man sie anders als im Naturzustand brächte.

Die Hufeland'sche Apfelcur, bei Trägheit des Darmkanals noch immer im Gebrauche, besteht darin, dass der Kranke täglich 10—30 Stück rohe Aepfel f. . . . Der alte Trödel ist schwer auszurotten, obgleich damit schliesslich immer Magen und Darmkanal ruinirt werden. Gekochte Aepfel würden den trägen Stuhl ebenso gut fördern und das gedachte Unheil nicht anrichten.

Quitten — haben zwar ein angenehmes Aroma, schmecken aber herb sauer. Mit Zucker zu einem Brei gekocht oder auch eingemacht gelten sie als kühlendes Hausmittel. 1 Theil Quittensamen gibt mit 50 Thln. Wasser einen Schleim, welcher häufig als Hausmittel gebraucht wird: zum Gurgeln bei Halsentzündungen, zu Umschlägen bei Verbrennungen und Hautabschürfungen u. s. w. Vor Altem wurde der Quittenschleim auch innerlich gebraucht als Mittel gegen den Catarrh der Athmungswege.

Steinobst: Pfirsich, Aprikosen, Zwetschgen, Pflaumen (von beiden zahlreiche Spielarten, z. B. Kriechen, Zibarten, Haferschlehe, Mirabellen, Reine-Claude u. s. w.), **Süsskirschen, Sauerkirschen, Oliven.** Durchschnittlich hat das Steinobst ein zarteres Fleisch als das vorige und ist also leichter zu verdauen. Man gibt es desshalb gewöhnlich frisch zur Tafel. Doch werden auch einige (Zwetschgen, Kirschen) zu Mus verkocht. Manche dienen als Einlage für Backwerke (Zwetschgen-, Kirschen-Kuchen). Pflaumen- und Zwetschgenmus werden häufig als Hausmittel gegen trägen Stuhl gebraucht. Die Früchte müssen frisch sein; gründlich gekocht, durchgeschlagen und mit der nöthigen Menge Zucker versüsst werden. Das auf gleiche Art zubereitete Mus von Sauerkirschen (Weichselkirschen) wird oft als Hausmittel bei fieberhaften Krankheiten gebraucht und zwar mit Recht, dieses Mus kühlt besser und ist appetitlicher zu schlucken als die eleganteste Salpetermixtur. Wenn gerade keine frische Waare zu haben ist, leistet der Kirschensyrup der Apotheken, gehörig mit Wasser verdünnt, ähnliche Dienste. Ein Feinschmecker wird, wenn er an der Fieberhitze leidet, statt Alldem die Sauerkirschen frisch vom Baume weg geniessen! Die schwarzen Waldkirschen werden auch auf die gleiche Weise verwendet wie die Sauer-