

**Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

**Grundzüge der Haushaltslehre**

**Kühn, Elise**

**Leipzig, 1912**

V. Salate.

**urn:nbn:de:bsz:31-58632**

## V. Salate.

Außer den verschiedenen grünen Salaten, wie Kopf-, Schnitt-, Endiviensalat usw., werden Salate auch aus grünen und weißen Bohnen, Gurken, Rettichen, Rot- und Weißkraut, Sellerie, ja sogar aus Fisch und Fleischresten bereitet. Am meisten wird aber Kartoffelsalat allein oder mit Zugabe von Hering, Roterüben etc. gemacht.

Die Zutaten zu jedem Salat sind etwa: 2 Eßl. Öl, 3–4 Eßl. Essig, 1 Teel. Salz, 1 Pr. Pfeffer, 1 kleine Zwiebel (Senf).

Bei allem grünen Salat ist außer sauberem Verlesen und reinem Waschen ein vorsichtiges Vermengen mit den Zutaten die Hauptsache, damit er ansehnlich auf den Tisch kommt.

Zu Kartoffelsalat muß, um ihn saftig zu bekommen,  $\frac{1}{4}$  bis  $\frac{1}{2}$  l heißes Wasser und mehr Öl genommen werden.

Grüne Bohnen müssen zuerst gepuzt, geschnitten und weich gekocht, Sellerie erst weich gekocht, geschält und geschnitten werden. Beide werden wie auch Kartoffelsalat warm mit den Zutaten vermischt.

Zu Rot- und Weißkrautsalat wird der Kohl zuerst fein geschnitten oder gehobelt und in Fett oder würfelig geschnittenem, ausgebratenem Speck mit Zwiebel, Essig und Salz gedünstet. Dieser Salat wird in der Regel warm auf den Tisch gebracht und ist so bekömmlicher als roh zubereitet. Bereitungszeit  $1\frac{1}{2}$  Std.

## VI. Obst zu kochen.

Man verwendet zum Kochen von Obst irdene oder gut emaillierte Töpfe. — Alle frischen Früchte sind, entsprechend vorbereitet und gewaschen, mit wenig Wasser, da sie viel Saft ziehen, langsam weich zu kochen, damit sie möglichst ihre Form behalten. Man gibt die erforderliche Menge Zucker, die je nach Sorte und Reifegrad verschieden ist, nach Belieben auch Zimt oder Zitronenschale zu. Äpfel können durch ein Sieb getrieben werden. Birnen haben die längste Kochzeit und deshalb auch mehr Wasser nötig. Man kocht sie, geschält und in Viertel oder Achtel geschnitten, bis sie eine rote Farbe haben. Sie haben wenig, oft keinen Zucker nötig.

Getrocknetes Obst muß vor der Zubereitung gewaschen, aufgequollen und mit dem Einweichwasser und einer geringen Zugabe von Zucker längere Zeit gekocht werden. Es ist, dem höheren Preis entsprechend, eine kleinere Menge davon nötig als von frischem Obst.

## VII. Milch-, Mehl- und Eierspeisen.

Die zur Verwendung gelangende Milch kann abgerahmt sein; das Mehl soll gesiebt, die Eier mit Vorsicht aufgeschlagen werden, namentlich dann, wenn das Eiweiß zu Schnee geschlagen werden muß. Das zum Backen zu verwendende Fett soll heiß sein, ehe das zu Backende hineinkommt. Man soll rasch, doch auf nicht zu starkem Feuer backen, da sonst die Speisen nicht gar werden und das Fett