Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Sparkochbuch für knappe Zeiten

Hinzpeter, Marga

Stuttgart ; Berlin ; Leipzig, [ca. 1917]

urn:nbn:de:bsz:31-90564

Visual Library

Sparkochbuch für knappe Zeiten

Erprobtes für den bürgerlichen Haushalt

Mit einem Anhang praktischer hauswirtschaftlicher Ratschläge

Von Marga Hinzpeter

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Sparkochbuch für knappe Zeiten

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Sparkochbuch

für knappe Zeiten

Erprobtes für den bürgerlichen Haushalt

Mit einem Anhang praktischer
hauswirtschaftlicher Ratschläge

Von

Marga Hinzpeter

6.—10. Tausend

Stuttgart, Berlin, Leipzig
Union Deutsche Verlagsgesellschaft

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

aK

117 E 2429

Nachdruck verboten
Alle Rechte, insbesondere das der Übersetzung, vorbehalten

BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
KARLSRUHE

Druck der Union Deutsche Verlagsgesellschaft in Stuttgart

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Geleitwort.

Motto:
„Wenn alle Künste untergeh'n,
Die deutsche Kochkunst aber bleibt besteh'n."

Der Weltkrieg hat die deutsche Hausfrau vor große Aufgaben auch in ihrem engeren Reiche, der Küche, gestellt.

Eine teure und knappe Zeit ist gekommen, in der größte Sparsamkeit in allen Dingen, besonders auf dem Gebiete des Essens und Trinkens nötig ist, Sparsamkeit nicht nur wegen der Geldkosten, sondern hauptsächlich in Rücksicht auf die Verbrauchsmengen der einzelnen Nahrungsmittel. An die Stelle der früheren Leckerbissen müssen da vielfach die Eintopfgerichte treten, die mit Unrecht oft verschmäht wurden und die doch nicht nur besonders nahrhaft sind, sondern auch durch ihre einfache Zubereitung viel Zeit und Feuerung sparen helfen.

Um bei der beschränkten Auswahl der Speisen, deren Bereitung in dieser knappen Zeit der Hausfrau überhaupt möglich ist, eine Abwechslung zu erleichtern, ist dem Buche ein Küchenzettel für zwei Wochen mit genauen Verbrauchsangaben, für fünf Personen berechnet, beigegeben, ferner noch ein Speisezettel für weitere sechs Wochen. Auch wird eine eingehende Durchsicht der einzelnen Rezepte manche Anregung zu neuen Gerichten und zu veränderter Zubereitung des einen oder anderen bringen. In vielen Fällen, in denen diese oder jene Zutat augenblicklich fehlt, wird die Hausfrau sich durch eins der zahlreichen neuen Ersatzmittel zu helfen wissen. So kann statt eines der in den Rezepten schon sehr knapp angegebenen Eier im Notfall auch Eiersatz genommen oder das Ei ganz weggelassen werden, den Zucker kann man durch künstlichen Süßstoff, die Fleischbrühe durch Brühwürfel ersetzen.

Vor allem darf im Haushalt von den so wertvollen Nahrungsmitteln nichts verloren gehen, nichts umkommen. Jeder Rest

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

muß genau geprüft werden, ehe er weggeworfen wird, ob er nicht vielleicht noch irgendwie ausgenützt werden kann. Einige praktische hauswirtschaftliche Ratschläge, die im Anhang beigefügt sind, sollten nicht übersehen werden und sind gewiß manchmal sehr willkommen.

Eine große Erleichterung für jeden Haushalt bildet endlich die Kochkiste, deren Anschaffung jeder praktischen Hausfrau dringend zu empfehlen ist. In der Kochkiste, die besonders in den heißen Sommermonaten eine große Annehmlichkeit bietet, behalten die Gerichte stets ihren vollen Nährwert, ein Anbrennen ist nicht zu befürchten. Für Frauen, die durch Beruf oder häusliche Arbeiten viel in Anspruch genommen sind, ist die Kochkiste eine zuverlässige Stütze, die, sobald erst einmal ein Versuch damit gemacht worden ist, gar bald unentbehrlich wird.

Möge das Sparkochbuch der deutschen Hausfrau in den knappen und teuren Zeiten als ein oft befragter Ratgeber und Helfer treu zur Seite stehen!

Marga Hinzpeter.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Inhalt.

I. Suppen.

Seite

1. Pommersche Backobstsuppe 1
2. Pommersche Kartoffelsuppe 1
3. Friesische Bohnensuppe 2
4. Wintergemüsesuppe 2
5. Polnische Linsensuppe 2
6. Stachelbeerensuppe 3
7. Haferflockensuppe mit Buttermilch 3
8. Holländische Kartoffelsuppe 3
9. Grützsuppe 4
10. Kartoffelsuppe mit Backobst 4
11. Suppe von Schotenschalen 4
12. Buttermilchsuppe 5
13. Rote Milchsuppe 5
14. Milchsuppe mit Äpfeln 5
15. Milchkaltschale 6
16. Flämische Brotsuppe 6
17. Weißbrotsuppe mit Milch 6
18. Weißbrotsuppe mit Obstwein oder Fruchtsaft 6
19. Weißbrotsuppe mit Rhabarber 6
20. Weißbrotsuppe mit Meerrettich 7
21. Buttermilchbrotsuppe 7
22. Brotsuppe mit Zitronensaft 7
23. Brotsuppe mit Bier 7
24. Brotsuppe mit Apfelwein 8
25. Brotsuppe mit Milch 8
26. Brotsuppe mit Äpfeln 8
27. Graupensuppe mit Äpfeln 8
28. Apfelsuppe mit Haferflocken 9

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Seite
29. Haferflockenfruchtsuppe 9
30. Seemannssuppe 9
31. Klacker-Klümp 9
32. Fliederbeersuppe 9
33. Fliederbeersuppe auf andere Art 10
34. Hafermehl-Kirschsuppe 10
35. Hafermehl-Apfelsuppe 10
36. Drei billige Suppen aus Gemüseresten 11
37. Warmbier als nahrhaftes Abendgetränk 11
38. Warmes Honiggetränk 12

II. Gemüse, Eintopfgerichte und Kartoffelspeisen.

Unsere tägliche Kartoffelmenge 13
1. Rote-Rüben-Gemüse 14
2. Steckrüben wie Zuckergurken eingemacht 14
3. Süßsauer eingemachte Steckrüben zu schmoren 15
4. Steckrübenpudding mit Fleisch 15
5. Steckrübenmischgemüse 16
6. Steckrüben mit Sauerkraut 16
7. Steckrüben wie Teltower Rübchen zubereitet 16
8. Steckrübenbratlinge 17
9. Steckrübengericht mit Grütze 17
10. Steckrübenauflauf 17
11. Gedämpftes Steckrübengericht 18
12. Weißkohl ohne Fett 18
13. Kohlrollen 19
14. Kohlpudding mit Kartoffeln 19
15. Kohlpudding mit Miesmuscheln 20
16. Vegetarischer Kohlpudding 20
17. Kohlauflauf 21
18. Äpfel und Mohrrüben 21
19. Äpfel und Kartoffeln 21
20. Birnen und Kartoffeln 22
21. Äpfel, Bohnen und Kartoffeln 22
22. Birnen, Bohnen und Kartoffeln 22

Seite

23. Eintopfgericht „Gemüsevielerlei" 22
24. Pommersches Eintopfgericht 23
25. Eintopfgericht mit Fisch 23
26. Ostfriesisches Eintopfgericht 24
27. Gemüsegulasch 24
28. Buntes Huhn 24
29. Wurzelgemüse 25
30. Wurzeln und Kartoffeln 25
31. Gefüllte Gurken 25
32. Sauerampfer 26
33. Spinat 26
34. Brennesselgemüse 26
35. Runkelblättergemüse 27
36. Hederichgemüse 27
37. Weiße Bohnen 27
38. Buntes Gemüse 27
39. Petersilienkartoffeln 28
40. Gemüse aus Rhabarberblättern 28
41. Kürbisgemüse 28
42. Gefüllte Gemüserollen 29
43. Märkisches Allerlei 29
44. Schlesisches Linsengericht 30
45. Spargelspeise 30
46. Spargelkartoffeln 30
47. Spargel mit Miesmuscheln 31
48. Graupen, Rüben und Kartoffeln 31
49. Säuerliches Bohnengemüse 31
50. Mecklenburgisches Schwarzsauer 32
51. Schlesisches Himmelreich 32
52. Eintopfgericht mit Pilzen 33
53. Gemischtes Weißkohlgericht 33
54. Geröstete Kartoffelflocken 34
55. Saure Kartoffelscheiben 34
56. Schnittlauchkartoffeln 34
57. Kartoffelpudding 34
58. Prinzeßkartoffeln 35
59. Apfelgemüse 35

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Seite
60. Kartoffelplätzchen mit Äpfeln 36
61. Sehr schmackhafter Kartoffelsalat 36
62. Kartoffelbrei und Buttermilch 36
63. Kartoffelpudding 36
64. Bayrisches Eintopfgericht 37
65. Bratkartoffeln mit Äpfeln 37

III. Sättigende Speisen aus Getreideerzeugnissen.

1. Graupen mit Äpfeln 38
2. Böhmischer Mehlpudding 38
3. Haferflockenspeise 39
4. Pflaumenauflauf 39
5. Polenta mit Obst 39
6. Maisgrießpolenta 40
7. Falscher Pilaff 40
8. Graupenbratlinge 41
9. Hausmachernudeln 41
10. Milchnudeln 41
11. Böhmische Nudelspeise 42
12. Nudeln mit Backpflaumen 42
13. Brühnudeln 42
14. Nudeln mit Pökelfleisch 43
15. Nudelflammeri 43
16. Mehlfleckchen 43
17. Nudelauflauf 44
18. Grützauflauf 44
19. Gefüllte Mehltaschen 45
20. Hafergrützbrei mit Äpfeln 45
21. Gebratene Grießspätzle 45
22. Nockenspeise 46
23. Gebackene Apfelbrocken 46
24. Buttermilchplinze mit Pilzfüllung 47

IV. Klöße.

1. Semmelklöße 48
2. Süße Semmelklöße 48
3. Quarkklößchen 48

Seite
4. Lungenklöße 49
5. Kartoffelklöße 49
6. Kartoffelklöße mit Hering 49
7. Großer Michel 50
8. Schwarzer Peter 50
9. Bücklingklöße 50
10. Buchweizenklöße 51
11. Gehirnklöße 51

V. Einfache Fleischgerichte.

1. Geschmortes Schweinefleisch 52
2. Bunter Fleischpudding 52
3. Rindfleisch in Buttermilchtunke 53
4. Rindfleischwürfel mit Tomaten 53
5. Lungengehack 53
6. Leberpudding 54
7. Kuheutersalat 54
8. Kuheuterschnitzel 54
9. Kuheuter in holländischer Tunke 55

VI. Fischgerichte.

1. Heringsülze 56
2. Kieler Fischgericht 56
3. Schellfischgallert 57
4. Fischgulasch 57
5. Fischbällchen 57
6. Sardellenbrot 58
7. Sardellenbratlinge 59
8. Sardellenpudding 59

VII. Süße Sonntagspeisen.

1. Apfelflammeri 60
2. Kriegschlagsahne 60
3. Einfache Weißbrotspeise 61
4. Keks- oder Zwiebackspeise 61
5. Kalte Zwiebackspeise 62
6. Semmelpudding mit Quark 62

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Seite
7. Semmelauflauf 62
8. Kürbisspeise 63
9. Apfelscheibenauflauf 63
10. Apfelscheiben in Gallert 64
11. Sonntagspeise 64
12. Nudelsülze 64
13. Apfelsinensalat 65
14. Buttermilchspeise 65
15. Kocht sättigende Rhabarbergerichte! 66
16. Rhabarberschaum 68
17. Rhabarberschaum mit Grieß 68
18. Rhabarberpudding als Vorspeise 69
19. Apfelschaum mit Grieß 69
20. Marie-Luisen-Speise 70
21. Bratäpfel im Schlafrock 70
22. Erdbeerspeise 71

VIII. Wohlfeiler Kaffeeimbiß.

1. Wohlfeiler Kaffeeimbiß 72
2. Gewürztopfkuchen 72
3. Buttermilchkuchen 73
4. Kartoffelkuchen 73
5. Kleine Apfelschnecken 73
6. Kürbisbrot 74
7. Quarkplätzchen 74
8. Mohnpielen 74
9. Mohnauflauf 75
10. Mohnkrimsel 75
11. Weißbrot mit Kartoffelzusatz 75
12. Süßes Weißbrot 76
13. Kriegskönigskuchen 76
14. Arme Kriegsritter 77

IX. Salate und Kompotte.

1. Rotkohlsalat 78
2. Weißkohlsalat 78
3. Kartoffelsalat mit Äpfeln ohne Öl 78

4. Grüner Salat mit Fruchtsaft 78
5. Löwenzahnsalat 79
6. Salat von Salzgurken 79
7. Roterübensalat 79
8. Roterübensalat auf süddeutsche Art 79
9. Roterübensalat mit Eiertunke 80
10. Gemischter Roterübensalat 80
11. Apfelkompott 80
12. Geschmorte Äpfel 80

X. Allerlei wohlschmeckender Brotaufstrich.

1.—5. Apfelschmalz, Fischaufstrich, Kräuterbutter, Grützleberwurst, Leberaufstrich 81
6. Honigkuchenmarmelade 83
7. Rindfleischgehack als Brotauflage 83

XI. Begleitgerichte der Pellkartoffel.

1. Grützfleisch 84
2. Gemüsesülze 84
3. Lausitzer Abendgericht 84
4. Geschmorte Salzgurken 85
5. Tomatenmus 85
6. Tomatensulz 85
7. Falsche Ölsardinen 86
8. Kräuteranchovistunke 86
9. Geschmorte Salzheringe 86
10. Bunter Salat 87
11. Geschmorte Gurken 87
12. Dorschrogen 88

XII. Tunken.

1. Ersatz für Eiöltunke 89
2. Kümmel- oder Zwiebeltunke 89
3. Schwitzmehl ohne Fett zu bereiten 89
4. Meerrettichgemüse als Beigabe zu ausgekochtem Fleisch . . 89
5. Meerrettichbrei als Beigabe zu Fisch oder Fleischspeisen . . 90
6. Würzige Meerrettichtunke 90

Seite
7. Weiße Meerrettichtunke 90
8. Braune Meerrettichtunke 91
9. Holländische Tunke 91
10. Holländische Tunke auf andere Art 91

Küchenzettel für zwei Wochen mit genauen Verbrauchsangaben, berechnet für 5 Personen . 92

Speisezettel für den guten bürgerlichen Tisch auf sechs Wochen 96

Anhang: Praktische hauswirtschaftliche Ratschläge.

1. Die Herstellung einer Kochkiste 104
2. Praktischer Kochbeutel aus Papier 106
3. Etwas über das Kochen im Wasserbade 107
4. Unnütze Fettschlucker 109
5. Kartoffelreste zu verwenden 110
6. Sauer gewordene Fleischbrühe 110
7. Verwendet den Rahm der abgekochten Milch! 111
8. Spiegeleier ohne Fett zu bereiten 111
9. Wie erzielt man ein kräftiges Gelb bei Eierspeisen? . . 111
10. Ersatz für Sahne an Bratentunken 111
11. Wie verlängert man Marmelade? 112
12. Apfelsinenschalensirup 112
13. Apfelschalentee 113
14. Sprich beim Kochen deutsch! 113
15. Gefährliche Angewohnheiten 114
16. Zur Schonung der Aufwischtücher 115
17. Wäscheersparnis im Haushalt 116
18. Verwendet geeignete Seifenlappen! 117
19. Gefährliche Gäste in der Speisekammer 118
20. Wie schont man die Kinderkleider? 118
21. Selbstgemachte Haarbänder 119
22. Grau gewordene Strümpfe 119
23. Kleidungsstücke aus geripptem Samt zu reinigen 120

Seite
. 90
. 91
. 91
. 91
. 92
. 96
. 104
. 106
. 107
. 109
. 110
. 110
. 111
. 111
. 111
. 111
. 112
. 112
. 113
. 113
. 114
. 115
. 116
. 117
. 118
. 118
. 119
. 119
. 120

I. Suppen.

Nachstehende Suppen eignen sich nicht allein als sättigende Mittagsuppen, sondern ergeben auch nahrhafte Abendgerichte, die Fett und sonstige Beilagen zum Brot überflüssig machen.

1. Pommersche Backobstsuppe. 6 Teller.

Zutaten: 150 Gramm dicke Graupen, 200 Gramm Backobst, 1 Stück Zimt und Zitronenschale, Zucker und Apfelwein nach Geschmack, 2 Liter Wasser.

Die Graupen werden mit lauwarmem Wasser gequirlt und abgegossen. Hierauf setzt man sie von neuem mit 2 Liter kaltem Wasser, dem Zimt und der Zitronenschale auf und läßt sie langsam kochen. Kurz vor dem Garwerden gibt man das am Abend vorher eingeweichte Backobst hinzu. Nachdem beides zusammen gar geworden ist, schmeckt man wegen Zucker und Weißwein ab. Letzteren kann man durch jeden anderen Obstwein oder Zitronensaft ersetzen. Diese Suppe reiche man im Winter warm und im Sommer kalt.

2. Pommersche Kartoffelsuppe. 6 Teller.

Zutaten: 1 Pfund mehlige Kartoffeln, 3 Eßlöffel Haferflocken, 1 Knolle Sellerie, 1 Zwiebel, 6 Pfefferkörner, $1^1/_2$ Liter Wasser, Salz nach Geschmack, gewiegte Petersilie.

Die Haferflocken setzt man mit dem Wasser, Sellerie, Zwiebel und den Pfefferkörnern auf und läßt die Haferflocken langsam gar quellen, was am besten in der Kochkiste geschieht. Nachdem die Flocken ziemlich gar sind, gibt man die geschälten Kartoffeln dazu und läßt sie mit garkochen. Ist dieses geschehen, dann schlägt man die Suppe durch ein Sieb und schmeckt sie wegen Salz ab. Man gibt die gehackte Petersilie daran.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

3. Friesische Bohnensuppe. 8 Teller.

Zutaten: 1 Pfund gepökelte Schweineknochen, 200 Gramm weiße Bohnen, 150 Gramm Backpflaumen, 8 rohe Kartoffeln, 1 Stück Zimt und Zitronenschale, Salz nach Geschmack.

Die weißen Bohnen werden am Abend zuvor gewaschen und in reichlich Wasser eingequellt, ebenfalls weicht man die Backpflaumen besonders ein. Am nächsten Morgen setzt man die gepökelten Schweineknochen mit $2^1/_2$ Liter Wasser auf und kocht sie aus. Die Bohnen hat man inzwischen in dem Quellwasser 5 Minuten abgekocht und abgegossen. Nachdem die Knochen genügend gekocht haben, nimmt man sie heraus und kocht die Bohnen in der Fleischbrühe 3 Stunden, am besten in der Kochkiste. Das Backobst macht man inzwischen für sich mit dem Zimt und der Zitronenschale gar. Kurz bevor die Bohnen gar sind, läßt man die in Stücke geschnittenen Kartoffeln mit ihnen zusammen gar werden. Nach dem Garwerden gibt man beides zusammen und schmeckt wegen Salz ab. Nach Belieben kann man das Gericht mit Essig und Zucker abschmecken.

4. Wintergemüsesuppe. 8 Teller.

Zutaten: 2 Liter Fleischbrühe, Sellerie und Porree, 1 kleiner Kopf Weißkohl, 1 Pfund Kartoffeln, $^1/_2$ Pfund Mohrrüben, 5 Eßlöffel Grieß, Salz, gehackte Petersilie.

Die sehr fein gehackten Gemüse, Suppenkräuter, setzt man mit der Fleischbrühe und den in feine Scheiben geschnittenen Kartoffeln auf und läßt alles garkochen. Ist dieses geschehen, so nimmt man mit einem Schaumlöffel die Gemüse heraus und legt sie in die Suppenschüssel. In die Brühe gießt man den angerührten feinen Grieß, den man gar werden läßt. Man schmeckt wegen Salz ab, gibt gehackte Petersilie hinein und rührt die Suppe mit dem Gemüse durch. Nach Belieben kann man noch Fleischklöße hineinlegen.

Bemerkung: Anstatt Grieß kann man auch Grütze oder Graupen nehmen.

5. Polnische Linsensuppe. 5 Teller.

Zutaten: 150 Gramm Linsen, 1 Liter schwache Fleischbrühe, $^1/_4$ Liter Milch, 1 Eßlöffel Butter, Salz nach Geschmack.

Die Linsen werden gewaschen und am Abend zuvor in kaltem Wasser eingeweicht. In dem Weichwasser wellt man sie am nächsten Morgen ab und läßt sie abtropfen. Nun setzt man sie mit der Fleischbrühe auf und läßt sie weichkochen. Dieses streicht man nach dem Garwerden durch einen Durchschlag und gießt die Milch und so viel heißes Wasser hinzu, so daß man ungefähr $1^1/_2$ Liter Suppe erhält. Man schmeckt wegen Salz ab und läßt die Suppe mit der Butter kurz aufkochen.

6. Stachelbeerensuppe. 6 Teller.

Zutaten: $^3/_4$ Pfund Stachelbeeren, 5 Eßlöffel Sago, 1 Stück Zimt, 1 Zitronenschale, Zucker nach Geschmack, $1^1/_4$ Liter Wasser.

Hierzu nimmt man reife oder unreife (grüne) Stachelbeeren, putzt diese, läßt sie in wenig Wasser zerkochen und treibt sie durch ein Sieb. Den Sago kocht man mit den Gewürzen und dem übrigen Wasser klar, mischt diesen mit dem Stachelbeerbrei und schmeckt wegen Zucker ab.

Bemerkung: Anstatt Sago kann man auch Grieß nehmen. Es genügt auch, die Suppe mit Kartoffelmehl bündig zu machen.

7. Haferflockensuppe mit Buttermilch. 5 Teller.

Zutaten: 4 Eßlöffel Haferflocken, 1 Stück Zimt, 1 Stück Zitronenschale, 2 Teelöffel Salz, $1^1/_2$ Liter Buttermilch, $^1/_2$ Eßlöffel Butter, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Zucker nach Geschmack.

Die Haferflocken werden mit Wasser, Zimt, Zitronenschale und Salz zu einem dicken Brei ausgequellt. In der Buttermilch verrührt man das Mehl und gibt sie zu den gargemachten Haferflocken. Beides läßt man mit $^1/_2$ Eßlöffel Butter nochmals aufkochen und schmeckt wegen Zucker ab.

8. Holländische Kartoffelsuppe. 6 Teller.

Zutaten: $1^1/_4$ Liter kräftige Fleischbrühe, 10 mittelgroße Kartoffeln.

Die Fleischbrühe wird ins Kochen gebracht, unter ständigem Rühren schüttet man die geriebenen rohen Kartoffeln hinein und läßt die Suppe ungefähr 10 Minuten kochen. Nach Belieben kann man die Suppe noch mit Eidotter abziehen.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

9. Grützsuppe. 5 Teller.

Zutaten: 4 Eßlöffel Grütze, $1^1/_2$ Liter Fleischbrühe, 1 Knolle Sellerie, 1 Stange Porree, 2 Mohrrüben, Pfeffer und Salz nach Geschmack, 1 Kartoffel.

Die Grütze setzt man nach 10 Minuten langem Ankochen mit einem Teil der Fleischbrühe in die Kochkiste, worin man sie wohl 2 Stunden stehen läßt. Unterdessen wiegt man die Suppenkräuter sehr fein, gibt die übrige Fleischbrühe hinzu und läßt auf nicht zu starkem Feuer alles zusammen gar werden. Ist dieses geschehen, so reibt man die rohe Kartoffel daran, schmeckt wegen Pfeffer und Salz ab und läßt die Suppe bündig kochen. Nach Belieben kann man noch Majoran und gehackte Petersilie hinzutun.

10. Kartoffelsuppe mit Backobst. 8 Teller.

Zutaten: 250 Gramm Backobst, 500 Gramm Kartoffeln, 1 Ei, 3 Eßlöffel geriebenen Zwieback, 1 Eßlöffel Butter, 4 Eßlöffel Zucker, 1 Stück Zimt, 1 Zitrone, eine Prise Muskatnuß, 2 Liter Wasser.

Man läßt das Backobst in Wasser quellen und kocht es mit der Zitronenschale und dem Zimt gar. Unterdessen reibt man die am Tage zuvor gekochten Kartoffeln und macht mit dem Ei, dem Zucker, der zerlassenen Butter, Muskatnuß und den Zwiebackbröseln eine krümelige Masse. Zu dem Backobst gießt man das fehlende Wasser nach und streut die Kartoffelmasse hinein. Nachdem alles gar geworden ist, gibt man den Zitronensaft hinzu und schmeckt nochmals wegen Zucker ab. Nach Belieben kann man das Backobst in Brühe von magerem Speck kochen.

11. Suppe von Schotenschalen. 6 Teller.

Zutaten: 1 Pfund Schotenschalen, 1 Liter Wasser, ein Stück Butter, 2 Brühwürfel, 2 Eßlöffel Weizenmehl, geriebene Muskatnuß, Salz, Petersilie.

Beim Auskernen der Schoten lege man die besten Schalen zurück, wasche sie und ziehe die harte Haut ab. Man kocht sie in dem Wasser weich und wiegt sie fein. Nun läßt man die Butter zergehen und gibt das Mehl hinein, läßt es darin schwitzen und rührt

die Tunke mit der Schalenbrühe auf, gibt die gewiegten Schalen sowie die Brühwürfel, Salz und Muskatnuß nach Geschmack hinzu, zuletzt rührt man die gehackte Petersilie durch. Ganz nach Belieben kann man noch einige Löffel Schoten darin garmachen. Verfeinern kann man die Suppe, wenn man sie mit Grießklößen reicht.

12. Buttermilchsuppe. 5 Teller.

Zutaten: $1^1/_4$ Liter Buttermilch, 75 Gramm Grieß, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Zucker und Salz nach Geschmack.

Das Mehl rührt man mit etwas Buttermilch an und gießt die übrige hinzu. Man bringt die Milch aufs Feuer und läßt sie unter stetem Schlagen mit der Schneerute ins Kochen kommen, dann rührt man den im Wasser ausgequellten Grieß hinzu und schlägt solange, bis der Grieß gar geworden ist. Zuletzt schmeckt man wegen Zucker und Salz ab. Wenn man es liebt, kann man noch eine Prise Muskatnuß dazutun.

13. Rote Milchsuppe. 5 Teller.

Zutaten: $1^1/_4$ Liter Magermilch, $^1/_4$ Liter Obstsaft, 2 Eßlöffel Kartoffelmehl, $^1/_2$ Zitronenschale, 2 Blatt rote Gelatine, Zucker nach Geschmack.

Man bringt die Milch mit der Zitronenschale und dem Zucker ins Kochen, gibt die rote Gelatine und den roten Fruchtsaft unter kräftigem Rühren hinzu. Mit dem aufgelösten Stärkemehl macht man die Suppe seimig. Nach Belieben richte man die Suppe mit Schaumklößen oder mit Suppenmakronen an.

14. Milchsuppe mit Äpfeln. 5 Teller.

Zutaten: $1^1/_2$ Liter Magermilch, 1 Päckchen Vanillepuddingpulver, 2 Eßlöffel Zucker, 1 Prise Salz, 250 Gramm Äpfel.

Die geschälten Äpfel werden in dicke Scheiben geschnitten und in sehr wenig Wasser und einem Eßlöffel Zucker weichgeschmort. Die Hälfte der Milch bringt man mit dem Salz und Zucker ins Kochen, während man das Puddingpulver mit der übrigen auflöst. Dieses gießt man unter ständigem Rühren in die kochende Milch und läßt das Pulver gar werden. Die Äpfelscheiben legt man in die heiße Suppe.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

15. Milchkaltschale.

Als Einlage zu Milchkaltschalen eignen sich allerlei Beerenfrüchte, als: Erdbeeren, Blaubeeren, Brombeeren mit Himbeeren gemischt und so weiter. Beim Anrichten gibt man auf jeden Teller ein beliebiges Teil gewaschene Früchte und darüber frische gesüßte Milch, oder abgekühlte aufgekochte Milch. Nach Belieben kann man noch auf jeden Teller Eiweißschwemmklöße legen.

16. Flämische Brotsuppe. 5 Teller.

Zutaten: 2—3 Weißbrötchen, 1 Liter Fleischbrühe, 4 Kartoffeln, 3 Mohrrüben, 1 Knolle Sellerie, 2 Tomaten, 1 Eßlöffel Fett, Salz nach Geschmack, gehackte Petersilie.

Die geschälten Kartoffeln, geputzten Mohrrüben, Sellerie und Tomaten kocht man in der Fleischbrühe weich und schlägt das Ganze durch ein Sieb. Die durchgeschlagene Suppe kocht man nochmals auf und gießt etwas Wasser oder Brühe hinzu, damit sie nicht zu dick ist. Man schmeckt wegen Salz ab. Die Brötchen werden in Würfel geschnitten und diese in dem Fett geröstet. Kurz vor dem Anrichten gibt man die Würfel und die gehackte Petersilie hinzu.

17. Weißbrotsuppe mit Milch.

Alte Brötchen läßt man einige Stunden in reichlich Wasser weichen, fügt ein Stück Vanille, Zimt und Zitronenschale hinzu und läßt das Ganze aufkochen. Nachdem man es durchgeschlagen hat, läßt man es mit Milch, Zucker, Butter und Salz aufkochen.

18. Weißbrotsuppe mit Obstwein oder Fruchtsaft.

Man verfährt nach dem vorhergehenden Rezept, nur läßt man Butter und Vanille fehlen und fügt nach Geschmack Obstwein oder Fruchtsaft zu.

19. Weißbrotsuppe mit Rhabarber. 6 Teller.

Zutaten: 2 alte Weißbrötchen, 5 Stengel Rhabarber, $1^1/_2$ Liter Wasser, $^1/_2$ Zitrone, 1 Stück Zimt, Zucker nach Geschmack.

Die altbackenen Brötchen werden am Abend zuvor mit Wasser aufgequellt. Am nächsten Morgen schält man den Rhabarber, schneidet ihn in Stücke und kocht Weißbrot, Rhabarber mit dem

Zimt, Zitronenschale sowie dem nötigen Wasser gar. Nachdem man die Suppe durch ein Sieb gestrichen hat, gibt man den Zitronensaft hinzu und schmeckt wegen Zucker ab. Ein Guß Weiß- oder Obstwein verfeinert die Suppe sehr.

20. Weißbrotsuppe mit Meerrettich. 5 Teller.

Zutaten: 2 alte Weißbrötchen, 1 Eßlöffel Korinthen, 1 Liter Fleischbrühe, 1 Eßlöffel geriebenen Meerrettich, Salz nach Geschmack.

Die in Stücke geschnittenen Weißbrötchen werden in Fleischbrühe eingeweicht. Nachdem sie völlig aufgezogen sind, kocht man sie kurz auf und treibt sie durch einen Durchschlag. Die Korinthen hat man für sich ausquellen lassen und gibt sie zur Suppe, sowie auch den geriebenen Meerrettich und schmeckt wegen Salz ab. Wenn man es haben kann, kann man auch einen kleinen Guß Milch hinzugießen.

21. Buttermilchbrotsuppe.

Wie zu jeder Brotsuppe weicht man etwas Brot am Tage vorher mit Wasser ein. Als Gewürze wähle man Zitronenschale und Zimt. Nachdem es aufgekocht hat, schlage man es durch einen Durchschlag und lasse es, mit Wasser verdünnt, wieder ins Kochen kommen. Unterdessen rühre man die Buttermilch mit etwas Weizenmehl an und gieße diese unter kräftigem Rühren in das kochende Brot. Das Rühren ist fortzusetzen, da die Milch leicht gerinnt. Nachdem sie nochmals gekocht hat, schmecke man wegen Salz und Zucker ab. Ein kleiner Guß Arrak gibt der Suppe einen sehr angenehmen Geschmack.

22. Brotsuppe mit Zitronensaft.

Diese bereitet man wie jede andere Fruchtbrotsuppe, nur daß man anstatt Wein oder Fruchtsaft Zitronensaft verwendet.

23. Brotsuppe mit Bier.

Wie bei den vorhergehenden Brotsuppen weicht man auch hier das Brot tags zuvor mit reichlich Wasser ein. Als Gewürze gibt man ein Stück Ingwer, Zitronenschale, Zimt und einige Kümmelkörner hinzu. Nachdem man es am nächsten Morgen aufkochen ließ, treibt man es durch einen Durchschlag. Man ver-

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

mengt diesen Brei mit Malz- oder Weißbier, läßt alles zusammen aufkochen und schmeckt die Suppe wegen Zucker und Salz ab.

24. Brotsuppe mit Apfelwein.

Man richte sich genau nach vorstehender Vorschrift, nur daß man die Gewürze, Ingwer und Kümmel, fehlen läßt, übrigens kann man anstatt Apfelwein auch andere Obstweine oder Fruchtsäfte nehmen und hierdurch einen anderen Geschmack erzielen. Alle Brotsuppen sind auch kalt oder lauwarm genossen äußerst schmackhaft.

25. Brotsuppe mit Milch.

Man weicht am Tage zuvor einen Teil Brotrinden und trockene Schnitten in Wasser ein. Am nächsten Tage fügt man ein Stück Zimt und Zitronenschale hinzu, setzt es auf und läßt es einmal aufkochen. Nun treibt man diesen Brotbrei durch einen Durchschlag, gießt unter kräftigem Rühren so viel Milch hinzu, daß es eine seimige Suppe wird. Man muß die Suppe sehr viel rühren, da die Milch sonst leicht gerinnt. Nachdem beides zusammen noch einmal aufgekocht hat, schmeckt man die Suppe wegen Salz und Zucker ab.

26. Brotsuppe mit Äpfeln.

Hierzu weicht man ebenfalls am Tage vorher das alte Schwarz- oder Weißbrot ein und kocht dieses mit einem Stück Zimt und Zitronenschale auf. Nun schneidet man einen Teil Äpfel in Scheiben und läßt sie ebenfalls mit reichlich Wasser breiig kochen. Die gargemachten Äpfel, sowie das Brot treibt man durch einen Durchschlag, damit die Apfelschalen zurückbleiben. Damit die Suppe nicht zu dick wird, verdünnt man sie mit mehr Wasser, läßt sie nochmals aufkochen und schmeckt sie wegen Zucker ab.

27. Graupensuppe mit Äpfeln. 7 Teller.

Zutaten: 125 Gramm Apfelscheiben oder Ringäpfel, $1^1/_2$ Liter Wasser, 1 Stück Zimt und Zitronenschale, 3 Eßlöffel kleine Gerstgraupen, Zucker nach Geschmack.

Die Apfelscheiben werden mit kaltem Wasser sowie den Gewürzen aufgesetzt; sobald diese kochen, schüttet man die Graupen hinein und läßt es so lange kochen, bis die Graupen gar sind, dann schmeckt man die Suppe wegen Zucker ab.

28. Apfelsuppe mit Haferflocken. 7 Teller.

Zutaten: $1^1/_2$ Liter Wasser, 1 Teller Apfelstücke, 4 Eßlöffel gewalzte Hafergrütze, 1 Stück Zimt und Zitronenschale, Saft von einer Zitrone, Zucker nach Geschmack.

Das Wasser wird mit den Gewürzen ins Kochen gebracht. Hierhinein schüttet man die Äpfel sowie die gewalzte Hafergrütze und läßt beides garkochen. Nun gibt man den Zitronensaft hinzu und schmeckt die Suppe wegen Zucker ab.

29. Haferflockenfruchtsuppe.

Man richte sich genau nach vorhergehender Vorschrift, nur anstatt der Apfelscheiben nehme man jeden beliebigen Fruchtsaft oder Fruchtwein.

30. Seemannssuppe. 5 Teller.

Zutaten: $^1/_4$ Pfund Speck oder 1 Pfund Schellfisch, $^1/_2$ Pfund Sauerkraut, 5 rohe Kartoffeln, 1 Zwiebel, 5 Pfefferkörner, eine Prise Kümmel, Salz nach Geschmack.

Den Speck setzt man mit $1^1/_2$ Liter Wasser zum Kochen auf. In dieser Brühe kocht man das Sauerkraut mit den Gewürzen gar. Kurz bevor dieses gar geworden ist, reibt man die rohen Kartoffeln daran. Anstatt Speck kann man ebensogut Schellfisch nehmen, diesen kocht man gar und verwendet die durchgeseihte Fischbrühe zum Garmachen des Sauerkrautes. Zuletzt legt man die von den Gräten befreiten Fischstücke in die Suppe.

31. Klacker-Klümp. 6 Teller. Mecklenburgische Morgensuppe.

Zutaten: $1^1/_2$ Liter Magermilch, 1 Teelöffel Salz, 1 Ei, 3 bis 4 Eßlöffel Weizen- oder Roggenmehl.

Die Milch bringt man mit dem Salz ins Kochen. Unterdessen verrührt man das Ei mit dem Mehl zu kleinen Klümpchen, streut sie in die kochende Milch und läßt sie so lange kochen, bis sie gar sind. Hierzu reiche man trockenes Weiß- oder Grobbrot.

32. Fliederbeersuppe. 6 Teller.

Zutaten: 1 Pfund Fliederbeeren, 5 Eßlöffel Haferflocken, 2 Äpfel, $1^1/_2$ Liter Wasser, 1 Stück Zimt und Zitronenschale, Zucker nach Geschmack.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Die gewaschenen abgebeerten Fliederbeeren setzt man mit dem Wasser auf und läßt sie zerkochen, hierauf streicht man sie durch einen Durchschlag. Den gewonnenen Saft bringt man wieder ins Kochen und läßt die Haferflocken mit den Gewürzen und den in Scheiben geschnittenen Äpfeln garkochen, was am besten in der Kochkiste geschieht. Man schmeckt die Suppe wegen Zucker ab.

33. Fliederbeersuppe auf andere Art. 6 Teller.

Zutaten: 1 Pfund Fliederbeeren, $^1/_2$ Pfund Äpfel, 1 Stück Zimt, 3 Eßlöffel Sago, Zucker nach Geschmack, $1^1/_4$ Liter Wasser.

Die gewaschenen abgestreiften Fliederbeeren werden mit dem Wasser zerkocht und durch ein Sieb gestrichen. Den gewonnenen Saft bringt man wieder ins Kochen und gibt die Gewürze, die in Scheiben geschnittenen Äpfel sowie den Sago hinein und läßt alles zusammen garziehen. Man schmeckt die Suppe wegen Zucker ab.

Bemerkung: Anstatt Sago kann man auch ebensogut Grieß, Maismehl und andere Mehle zum Bündigmachen der Suppe verwenden.

34. Hafermehl-Kirschsuppe. 6 Teller.

Zutaten: 1 Liter Wasser, $^3/_4$ Pfund saure entsteinte Kirschen, 3 Eßlöffel Hafermehl, 1 Stück Zimt, 1 Stück Zitronenschale, Zucker nach Geschmack.

Das Hafermehl wird mit einem Teil des Wassers angerührt. Die Kirschen werden mit dem übrigen Wasser und den Gewürzen ins Kochen gebracht, dann rührt man das aufgelöste Hafermehl hinein und läßt es seimig kochen. Zuletzt schmeckt man die Suppe wegen Zucker ab.

35. Hafermehl-Apfelsuppe. 6 Teller.

Zutaten: $1^1/_4$ Liter Wasser, ein tiefer Teller voll Apfelscheiben 1 Stück Zimt, 1 Stück Zitronenschale, $2^1/_2$ Eßlöffel voll Hafermehl, Zucker nach Geschmack.

Die Apfelscheiben werden mit einem Teil des Wassers sowie den Gewürzen ins Kochen gebracht. Das Hafermehl, welches man vorher in Wasser angerührt hatte, gießt man unter Um-

rühren zu den Äpfeln und läßt es zusammen schleimig kochen. Man schmeckt die fertige Suppe wegen Zucker ab.

36. Drei billige Suppen aus Gemüseresten.

Ein bei der Mittagsmahlzeit übriggebliebener Gemüserest läßt sich zu einer gutschmeckenden und sättigenden Abendsuppe sehr gut umgestalten. Angenommen, es ist mittags ein Rest Kohl, Erbsen oder Steckrüben übriggeblieben. Um diesen für mehrere Personen nutzbar zu machen, kocht man erstens eine fertige Suppe von den bekannten Suppenwürfeln, wie Königin-, Rumford- oder auch Grünkernsuppen, ja sogar die Nudelsuppenpäckchen eignen sich vorzüglich. Den Gemüserest stampft man klein und erwärmt ihn in der fertigen Suppe.

Zweitens: Man bringt so viel Wasser zum Kochen, daß man für die Anzahl der Personen genügend Suppe erhält. Hierhinein gibt man einige Brühwürfel und für jeden Teller einen halben bis einen ganzen Eßlöffel Grieß, Grütze oder feine Gräupchen. Nachdem dieses gar geworden ist, gibt man das zerstampfte Gemüse hinein. Auch kann man jeden Kartoffelrest vom Mittag reiben und dazutun.

Drittens: Man bringt genügend Wasser mit einigen Brühwürfeln ins Kochen und gibt unter stetem Umrühren für jeden Teller Suppe ungefähr drei mittelgroße, rohe, geriebene Kartoffeln hinein und läßt sie gar werden. Nachdem man wegen Pfeffer und Salz abgeschmeckt hat, gibt man den zerstampften Gemüserest zum Erwärmen hinein. Hat man noch genügend gekochte Kartoffeln stehen, so kann man diese anstatt der rohen auch ebensogut nehmen. Auch jeden Rest von fettigen Tunken kann man hierzu verwenden. Bei manchen Gemüsen ist etwas Zwiebelgeschmack nicht zu verachten.

37. Warmbier als nahrhaftes Abendgetränk.

Zutaten: 1 Liter Weiß- oder Braunbier, 1—2 Eidotter, 2 Teelöffel Maismehl, 50 Gramm Zucker, 1 Stück Zimt, Zitronenschale und Ingwer, $^1/_4$ Liter Milch.

Bier, Zucker und Gewürze bringt man ins Kochen. Milch und Mehl rührt man zusammen auf und läßt es unter fort-

währendem Rühren in das kochende Bier laufen. Zuletzt zieht man es mit den aufgequirlten Eidottern ab. Nach Belieben kann man auch einige Kümmelkörner hinzutun, ebenfalls kann man anstatt Maismehl auch Kartoffel- oder Weizenmehl sowie geriebenes Brot zum Bündigmachen nehmen.

38. Warmes Honiggetränk.

Zutaten: 1 Liter Wasser, 2 Eßlöffel Honig, 2 Apfelsinen, Saft einer Zitrone, 1 Stück Zimt, Zucker nach Geschmack.

1 Liter Wasser bringt man mit der Schale von $^1/_2$ Zitrone, 2 Eßlöffeln Honig, 1 Stück Zimt ins Kochen. Hierzu gießt man den Saft einer Zitrone und zweier Apfelsinen und süßt das Getränk nach Geschmack. Nach Belieben kann man einen Guß Arrak hinzutun. Dieses Getränk ist bei Erkältungskrankheiten sehr zu empfehlen.

II. Gemüse, Eintopfgerichte und Kartoffelspeisen.

Die meisten der nachstehenden Gerichte lassen sich vorzüglich in der Kochkiste bereiten.

Unsere tägliche Kartoffelmenge.

Zu den Lebensmitteln, die uns genau zugemessen werden zählt auch unser Hauptnahrungsmittel, die Kartoffel.

Viele Hausfrauen klagen darüber, daß die ihnen zugeteilte Menge, die für den Tag auf eine Person fällt, reichlich knapp bemessen ist, doch dürfte es durchschnittlich vollauf sein, es kommt nur darauf an, wie man damit haushält. Wohl in den meisten Häusern wird im Herbst die zustehende Menge, die bis zur nächsten Ernte reichen soll, eingebracht. Obgleich die meisten Hausfrauen meinen, reichlich Vorräte zu besitzen, kann ein Daraufloswirtschaften doch zu einem schlechten Ende führen, zumal genau vorgeschrieben ist, bis zu welchem Tage wir mit unseren Vorräten reichen müssen. Aus diesem Grunde ist dringend Sparsamkeit geboten. Es täuscht sehr, wenn man von einem vollen Haufen abnimmt, folglich soll man sich nicht allein auf sein Augenmaß verlassen. Ebenso ist es unbedingt notwendig, daß die Hausfrau den täglichen Kartoffelverbrauch selbst überwacht. Gewissenlosen Dienstboten ist an einem Zuviel sehr wenig gelegen.

Anfangs ist ein genaues Abwiegen wohl stets das sicherste. Dieses geschieht am besten, wenn man die für die Woche zustehende Menge auf einmal dem Vorrat entnimmt. Hiermit heißt es sich einrichten. Später dürfte ein Korb, der die bestimmte Menge enthält, auch untrüglich sein.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Daß es viel ausgiebiger ist, Kartoffeln in der Schale zu kochen, als sie vorher zu schälen, weiß jede Hausfrau. Bei einem täglichen Verbrauch von 5 Pfund Kartoffeln bleiben nach dem Schälen nur noch 4 Pfund, dagegen hat man beim Kochen in der Schale bei der gleichen Menge höchstens 200—300 Gramm Abfälle. Es richtet sich das ganz danach, ob sie von sparsamen Händen geschält werden oder nicht. Solange die Kartoffel noch heiß ist, geht das Abziehen viel leichter vonstatten als nach dem Erkalten, auch tragen spitze Messer zur Sparsamkeit bei. Um Kartoffeln dünn schälen zu können, benutze man beim Schälen stets nur spitze und sehr scharfe Messer oder Sparschäler.

In manchen Jahren gibt es besonders viele kranke Kartoffeln. Um diese vor dem gänzlichen Verfaulen zu schützen, ist ein häufiges Durchsuchen und vor allem richtiges Lagern die Hauptsache. Ein sorgfältiges Nachsehen mindestens einmal im Monat ist unbedingt notwendig. Man scheue diese Mühe nicht, denn ein Unterlassen führt zum Verderben.

1. Rote-Rüben-Gemüse. 5 Personen.

Zutaten: $1^1/_2$ Pfund rote Rüben, 1 Eßlöffel Fett, 1 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Tasse Milch, Essig und Salz nach Geschmack.

Man kocht die gewaschenen roten Rüben, ohne sie zu verletzen, in Wasser weich und drückt sie aus der Schale. Nun macht man mit dem Fett und dem Mehl ein Schwitzmehl, das man mit der Milch und ein wenig Wasser auflöst. Diese gebundene Tunke schmeckt man mit Salz und wenig Essig ab und schwenkt die in Scheiben geschnittenen roten Rüben hierin durch.

2. Steckrüben wie Zuckergurken eingemacht.

Die Steckrüben oder Kohlrüben werden geschält und in längliche Streifen geschnitten, die man mit leichtem Essig übergießt und über Nacht stehen läßt. Nun bringt man Essig mit allen Zuckergurkengewürzen, wie Zitronenschale, Zimt, Nelken und Ingwer, sowie Zucker, von dem man auf $^1/_2$ Liter Essig 1 Pfund Zucker rechnet, ins Kochen. Hierin wirft man die abgetropften Steckrüben und läßt sie gar, jedoch nicht zu weich werden. Die Steckrüben legt man in Steintöpfe und läßt den Essig noch ein wenig

einkochen. Nachdem dieser erkaltet ist, gießt man ihn über die Steckrüben und bindet den Topf am folgenden Tage zu.

Diese süßsauren Steckrüben eignen sich als Beigabe zum Fleisch, zu Pell- oder Bratkartoffeln, sowie auch vorzüglich zu einem geschmorten Steckrübengemüse.

3. Süßsauer eingemachte Steckrüben zu schmoren.

Hierzu verwendet man eingemachte Steckrüben. Man röstet 1 Eßlöffel Speckwürfel gelblich und gibt 2 Eßlöffel Weizenmehl hinein. Dieses rührt man mit kaltem Wasser auf und läßt es zu einer dicken Einbrenne verkochen. Nachdem man die Tunke mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt hat, gibt man 1—2 Eßlöffel Sirup oder Rübensaft sowie einen tiefen Teller voll eingemachte Steckrüben hinein. Man reiche sie als Beigabe zu Pellkartoffeln.

4. Steckrübenpudding mit Fleisch. 5—6 Personen.

Zutaten: 3 Pfund Steckrüben, 1 Pfund Kartoffeln, 250 Gramm gewiegtes Schweinefleisch, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz, 1 Ei oder Eiersatz, 1 Weißbrötchen, 1 Eßlöffel Butter, $^1/_2$ Liter braune Mehltunke.

Die Steckrüben und die Kartoffeln werden in Stücke geschnitten und zusammen in Salzwasser so lange gekocht, bis die Kartoffeln gar sind. Nachdem läßt man sie gründlich auskühlen und reibt sie durch die Reibemühle. Selbstverständlich kann man auch Pellkartoffelreste verwenden.

Das gewiegte Schweinefleisch vermengt man mit dem aufgeweichten Weißbrötchen, dem Ei, das man jedoch auch durch Eiersatz ersetzen kann, der geriebenen Zwiebel, der zerlassenen Butter und dem nötigen Pfeffer und Salz. Nun drückt man erst eine dicke Schicht von der Steckrübenmasse in eine gefettete Puddingform, darauf eine dünnere Schicht von der Fleischmasse und so fort. Die geschlossene Form läßt man $1^1/_2$ Stunden im Wasserbade kochen.

Man reicht eine einfache braune Mehltunke zu dem gestürzten Pudding.

Bemerkung: Anstatt Schweinefleisch kann man auch ebensogut Miesmuschelfleisch verwenden.

5. Steckrübenmischgemüse. 5—6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Steckrüben, 1 Pfund rote Rüben, 1/2 Pfund Mohrrüben, 1 Sellerie, 1 Pfund Kartoffeln, Fleischbrühe, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die roten Rüben kocht man für sich gar. Unterdessen schält man die Steckrüben, Mohrrüben, Sellerie und die Kartoffeln, schneidet alles in kleine Stücke und kocht es mit der Fleischbrühe, die man aus Knochen oder Brühwürfeln bereiten kann, gar. Ist dieses geschehen, so schneidet man die abgezogenen roten Rüben in passende Scheiben, gibt sie daran und schmeckt wegen Pfeffer und Salz ab. Sollte das Gemüse zu flüssig sein, so seimt man etwas Mehl daran. Ganz nach Belieben kann man das Gemüse auch süßsauer abschmecken.

6. Steckrüben mit Sauerkraut. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Sauerkraut, 2 Pfund Steckrüben, 2 Äpfel, 1 Zwiebel, 6 weiße Pfefferkörner, 2 rohe Kartoffeln, 1—2 Eßlöffel Fett, Salz.

Das Sauerkraut wird mit etwas heißem Wasser, Zwiebel, Äpfeln, Fett, Pfefferkörnern und dem Schmalz 1 Stunde lang vorgekocht, unterdessen schneidet man die Steckrüben in sehr feine Streifen, wäscht sie und gibt sie auf das Sauerkraut. Beides zusammen läßt man vollständig gar werden. Zum Schluß reibt man die rohen Kartoffeln daran und läßt das Gemüse seimig kochen. Man schmeckt wegen Salz ab.

7. Steckrüben wie Teltower Rübchen zubereitet. 5 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Steckrüben, 1 Liter leichte Fleischbrühe, 2 Eßlöffel Mehl, 1 Eßlöffel Rübensirup, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die geschälten Steckrüben werden in gleichmäßige Stückchen geschnitten und nach dem Waschen in der schwachen Fleischbrühe, die man aus Brühwürfeln bereitet hat, gekocht. Nachdem sie gar geworden sind, gibt man den braunen Rübensirup hinzu und macht die Tunke mit dem aufgelösten Weizenmehl bündig. Zum Schluß schmeckt man wegen Pfeffer und Salz ab.

8. Steckrübenbratlinge. 5 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Steckrüben, 1 Pfund Kartoffeln, 1 Eßlöffel Salz, 1 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Ei, etwas feinen Pfeffer, Fett zum Backen.

Die Steckrüben werden geschält, in Stücke geschnitten, in Salzwasser weich gekocht und abgegossen. Die Kartoffeln wurden am Tage zuvor in der Schale gekocht und abgepellt. Die erkalteten Steckrüben, sowie die Kartoffeln reibt man mit der Reibemühle und knetet die Masse mit dem Ei, dem Weizenmehl, dem nötigen Salz, sowie Pfeffer durch. In einer Bratpfanne erhitzt man etwas Fett und gibt mit dem Löffel kleine Plätzchen hinein, die man von beiden Seiten braun brät. Hat man gerade scharfes Feuer unter dem Herd, so kann man die Pfanne sogar in den Bratofen stellen. Hierbei ist der Fettverbrauch geringer.

9. Steckrübengericht mit Grütze. 5—6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Steckrüben, 250 Gramm feine Graupen oder Grütze, 200 Gramm Kartoffeln, Pfeffer und Salz nach Geschmack, Fleischbrühe.

Die Graupen oder Grütze setzt man mit der Fleischbrühe auf und stellt sie nach dem Ankochen $2^1/_2$ Stunden in die Kochkiste. Unterdessen schneidet man die geschälte Kohlrübe in Streifen und läßt sie in Salzwasser garkochen. Ungefähr $^1/_2$ Stunde vor dem Garwerden gibt man die in Scheiben geschnittenen rohen Kartoffeln obenauf und läßt sie mit den Steckrüben zusammen weiterkochen. Nachdem beides gar ist, mischt man die Grütze darunter und schmeckt das Gericht wegen Salz und feinem Pfeffer ab. Wenn man üppig sein will, gieße man beim Anrichten etwas braune Butter darüber. Ebenfalls kann man ganz nach Belieben auch zur Hälfte Steckrüben und Mohrrüben nehmen.

10. Steckrübenauflauf. 5—6 Personen.

Zutaten: $2^1/_2$ Pfund Steckrüben, 1 Pfund Kartoffeln, 125 Gramm gewiegtes Fleisch, 5 Eßlöffel Milch, 1 Brötchen, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack, eine Prise Muskatnuß, 1 Ei.

Die in Streifen geschnittenen Steckrüben werden in Salz-

wasser gar gekocht. Während der letzten halben Stunde Kochzeit gibt man die rohen Kartoffeln obenauf und läßt beides garkochen. Ist dieses geschehen, so gießt man das Wasser ab, das man jedoch aufhebt. Beides zusammen stampft man mit der Reibekeule zu einem Brei. Während der Kochzeit läßt man das Brötchen in der Milch aufweichen, mischt es mit dem gewiegten Fleisch, der geriebenen Zwiebel, dem Ei, das aus Sparsamkeitsrücksichten aber auch fehlen kann, und schmeckt dieses mit Pfeffer und Salz ab. Das Steckrübenmus schmeckt man mit Muskatnuß ab. Jetzt gibt man in eine mit Fett ausgestrichene Auflaufform eine Schicht Steckrübenmus, hierauf eine dünne Lage Fleischmasse und so fort, bis die oberste Decke Steckrübenmus bildet. Den Auflauf läßt man 45 Minuten in der Bratröhre backen. Man reicht eine einfache braune Mehltunke hierzu, die man mit der zurückgestellten Kochbrühe aufzieht.

11. Gedämpftes Steckrübengericht. 5—6 Personen.

Zutaten: $2^1/_2$ Pfund Steckrüben, 1 Pfund Kartoffeln, 150 Gramm Fleisch, 2 Brühwürfel, 1 Zwiebel, 2 Salzgurken, Pfeffer und Salz nach Bedarf.

Die Steckrübe wird nach dem Schälen in kleine Würfel geschnitten, ebenfalls schneidet man die rohen Kartoffeln in Scheiben und das Fleisch, entweder schieres Rind- oder Schweinefleisch, in kleine Würfel. In eine Puddingform schichtet man lagenweise rohe Kartoffeln und Steckrüben, welche man aber vorher 5 Minuten abgewellt hat. Auf jede Lage streut man Pfeffer und Salz, sowie die gewiegte Zwiebel und Salzgurke. Man gießt $^1/_4$ Liter Würfelbrühe darüber und läßt die verschlossene Form 2 Stunden im Wasserbade kochen.

12. Weißkohl ohne Fett. 5—6 Personen.

Zutaten: 3 Pfund Weißkohl, 5 saure Äpfel, $^1/_4$ Liter Apfelwein, 6 Pfefferkörner, $^1/_2$ Teelöffel Kümmel, 1 Zwiebel, Salz und Wasser nach Bedarf.

Der Kohlkopf wird klein geschnitten und in Wasser abgewellt. Nun setzt man ihn mit kochendem Wasser, den feingeschnittenen Äpfeln und den Gewürzen, sowie dem Apfelwein auf. Der Koh

muß mit genügend Flüssigkeit bedeckt sein. Man läßt ihn auf gelindem Feuer, am besten in der Kochkiste, gar werden. Sollte nach dem Garwerden zuviel Flüssigkeit auf dem Kohl sein, so reibt man 1 oder 2 rohe Kartoffeln daran und läßt ihn bündig kochen.

13. Kohlrollen. 5 Personen.

Zutaten: 1 Kopf Wirsing- oder Weißkohl, 125 Gramm gewiegtes Fleisch, 125 Gramm Reis oder Graupen, 1 Ei, 1 Weißbrötchen, 1 Tasse Milch, Saft einer Zitrone, Pfeffer und Salz nach Geschmack, 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Weizenmehl, 2 Brühwürfel.

Zunächst setzt man den Reis zum Garwerden mit dem nötigen Wasser auf und läßt ihn dick ausquellen und dann erkalten. Unterdessen entblättert man einen Kohlkopf und kocht die Blätter in Salzwasser nicht zu weich und läßt sie nachdem abtropfen, wobei man die Kochbrühe aufhebt. Das gewiegte Fleisch, den abgekochten Reis, das in Milch aufgeweichte Weißbrötchen, Ei, Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack mischt man zusammen. Jetzt legt man mehrere Kohlblätter zusammen, legt in die Mitte einen Löffel voll von der Füllung, rollt sie auf und umwickelt sie mit einem Faden. Nun legt man diese Rollen alle nebeneinander in einen Schmortopf und gießt etwas von der heißen Kohlkochbrühe, in der man einige Brühwürfel auflöste, darüber und läßt sie langsam schmoren. Zuletzt schmeckt man die Tunke mit Zitronensaft ab und macht sie mit dem Weizenmehl bündig.

14. Kohlpudding mit Kartoffeln. 5—6 Personen.

Zutaten: 200 Gramm gehacktes Schweinefleisch, 750 Gramm Weiß- oder Wirsingkohl, 750 Gramm rohe Kartoffelscheiben, 1 Ei, 5 Eßlöffel geriebene Semmel, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die entblätterten Kohlköpfe wellt man in Salzwasser ab. Das gehackte Fleisch mengt man mit dem Ei, der geriebenen Semmel, Pfeffer und Salz nach Geschmack, sowie der Zwiebel. In eine gefettete Puddingform schichtet man lagenweise Fleischmasse, Kohlblätter und Kartoffelscheiben. Auf jede Kartoffel- und Kohllage streut man eine Wenigkeit Salz und Pfeffer.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

Nachdem man den Pudding 90—100 Minuten im Wasserbade gekocht hat, stürzt man ihn und reicht nach Belieben eine Tomaten-, Zwiebel- oder braune Mehltunke dazu.

15. Kohlpudding mit Miesmuscheln. 5 Personen.

Zutaten: 500 Gramm Muschelfleisch, 2 Pfund Weißkohl, 1 Ei, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz.

Zur Tunke: 1/2 Liter Muschelbrühe, 2 Eßlöffel Weizenmehl, 1/2 Eßlöffel Butter, Pfeffer und Salz nach Geschmack, gehackte Petersilie.

Die Muscheln werden wie üblich gereinigt und mit sehr wenig Wasser gekocht, bis sie sich öffnen. Man löst sie aus den Schalen.

Die Kohlköpfe entblättert man und kocht sie kurz ab. Nachdem man sie gut abtropfen ließ, wiegt man sie mit dem Muschelfleisch sehr fein. Dieses Gehack vermengt man mit dem Ei, gehackter Zwiebel, Pfeffer und Salz, drückt es fest in eine Puddingform und kocht den Pudding 1 1/2—2 Stunden im Wasserbade.

Zu dem Pudding reicht man folgende Tunke: Die Muschelbrühe gießt man vom Bodensatz ab und bringt sie mit einem halben Eßlöffel Butter ins Kochen, dann rührt man das aufgelöste Weizenmehl daran und läßt die Tunke bündig kochen. Man schmeckt wegen Pfeffer und Salz ab und gibt die gehackte Petersilie hinzu. Nach Belieben kann man die Tunke auch noch mit Zitronensaft abschmecken.

Man reicht Pellkartoffeln hierzu.

Bemerkung: Den Pudding kann man sehr gut verlängern, wenn man geriebene gekochte Kartoffelreste unter die Masse mengt.

16. Vegetarischer Kohlpudding. 5—6 Personen.

Zutaten: 2—3 Köpfe Wirsingkohl, 350—400 Gramm Bandnudeln, 50 Gramm geriebene Semmel, 1—2 Eier, 1 Zwiebel, eine Prise Muskatnuß, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die Kohlköpfe entblättert man und wellt sie ab. Die in Stücke gebrochenen Nudeln kocht man in Salzwasser ab und überspült sie mit kaltem Wasser. Die Nudeln mischt man mit den Eidottern, Muskat, geriebener Zwiebel, Pfeffer und Salz, der geriebenen

Semmel und dem Eiweißschnee. Kohlblätter und Nudelmasse schichtet man lagenweise in eine gut gefettete Puddingform und läßt den Pudding 1 Stunde im Wasser kochen.

Nach Belieben reicht man eine einfache braune Mehltunke, sowie Tomaten- oder Kümmeltunke zu dem gestürzten Pudding.

17. Kohlauflauf. 5 Personen.

Zutaten: 1 Kopf Weißkohl, 1 Pfund Schellfisch, 1—2 Eier, 1 Zwiebel, 1 altes Weißbrötchen, 1 Eßlöffel Salz, eine Prise Muskatnuß.

Den entblätterten Kohlkopf kocht man in schwachem Salzwasser ab, läßt ihn abtropfen und wiegt ihn fein. Das Weißbrötchen hat man in Wasser eingeweicht. Der gereinigte Fisch wird von den Gräten befreit und durch die Fleischhackmaschine gedreht. Die Eier rührt man schäumig und gibt das ausgedrückte Brötchen hinzu, ferner den gewiegten Fisch, gehackten Kohl, geriebene Zwiebel, Muskatnuß und das nötige Salz. Man füllt die Masse in eine gefettete Form und läßt den Auflauf 1 Stunde im Ofen backen. Man gibt Salzkartoffeln und eine holländische Tunke, zu der man die Fischgräten auskochte, dazu.

18. Äpfel und Mohrrüben. 6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Mohrrüben, $1^1/_2$ Pfund Äpfel, $^1/_2$ Liter Fleischbrühe, $1^1/_2$ Eßlöffel Weizenmehl, 1 Eßlöffel Fett, Salz nach Geschmack.

Die geschabten Mohrrüben werden gewaschen und in Streifen geschnitten. Die geschälten Äpfel schneidet man in Stücke, wobei man die Kerngehäuse entfernt. Zunächst setzt man die Mohrrüben in der Fleischbrühe auf und läßt sie kurze Zeit vorkochen, dann gibt man die Apfelscheiben obenauf und gießt so viel heißes Wasser nach, daß alles knapp damit bedeckt ist. Man läßt es langsam weiter kochen. Sobald es gar ist, legt man ein Stückchen Butter hinzu und macht das Gemüse mit Weizenmehl bündig. Man schmeckt wegen Salz ab.

19. Äpfel und Kartoffeln. 5—6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Kartoffeln, 1 Pfund weinsaure Äpfel, Salz, Zucker nach Geschmack, 1 Eßlöffel Speckwürfel, 1 kleine Zwiebel.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

Die geschälten Kartoffeln werden mit kaltem Wasser aufgesetzt, 5 Minuten abgekocht und abgegossen. Jetzt bringt man sie mit kochendem Wasser und dem nötigen Salz wieder ins Kochen und legt die Äpfelscheiben obenauf. Nachdem alles zusammen gar geworden ist, stampft man es ein wenig durch und schmeckt wegen Zucker ab. Es muß mildsüßsauer schmecken. Beim Anrichten gibt man gerösteten Speck mit Zwiebeln darüber, was jedoch aus Sparsamkeitsrücksichten auch fehlen kann.

Nach Belieben reiche man zu dem Gemüse Hering, Fleischklöße oder gebe es auch ohne jede Zugabe.

20. Birnen und Kartoffeln. 5 Personen.

Zutaten: 1/4 Pfund durchwachsener Speck, 2 Pfund Birnen, 2 Pfund Kartoffeln, Zucker und Salz nach Geschmack.

Man kocht den Speck in Wasser gar. In diese Speckbrühe gibt man die geschälten, gevierteilten Birnen, sowie die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln. Nachdem alles gargekocht ist, schmeckt man wegen Zucker und Salz ab. Das Essen muß dick gebunden sein.

21. Äpfel, Bohnen und Kartoffeln.

Auch hierzu bleibt vorstehende Vorschrift, nur daß man zur Hälfte Äpfel und zur Hälfte Schnittbohnen mitkocht. Auch kann man anstatt durchwachsenem Speck ebensogut Rindfleisch oder frisches Schweinefleisch nehmen.

22. Birnen, Bohnen und Kartoffeln.

Man richte sich nach den vorstehenden Vorschriften, nur nehme man statt der Äpfel Birnen.

23. Eintopfgericht „Gemüsevielerlei". 5 Personen.

Zutaten: 1/2 Pfund Rindfleisch, 1 Kopf Blumenkohl, 2 Pfund rohe Kartoffelscheiben, 4 Mohrrüben, 1 Zwiebel, 1/2 Pfund Bruchspargel, 1/2 Liter Fleischbrühe, Pfeffer und Salz nach Geschmack, gehackte Petersilie.

Alle Gemüse werden wie gewöhnlich geputzt und in kleine Stücke geteilt. Es kommt auf etwas mehr oder weniger der einzelnen Gemüse nicht an. Das Fleisch wird in kleine Würfel ge-

schnitten, die Kartoffeln in Scheiben. Eine Puddingform oder einen Kochkistentopf hat man ein wenig ausgefettet, hierhinein legt man schichtweise Gemüse, Kartoffelscheiben, Fleischwürfel, dazwischen streue man, jedoch mit Vorsicht, Zwiebelwürfel und Pfeffer und Salz. Von Knochen oder Brühwürfeln hat man $^1/_2$ Liter Brühe bereitet, die man über den Gemüsetopf gießt. Man läßt es entweder 2 Stunden im Wasserbad kochen, oder stellt das Gericht 4 Stunden in die Kochkiste.

Nach dem Garwerden rührt man die gewiegte Petersilie durch.

24. Pommersches Eintopfgericht. 6—8 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Sauerkraut, 150—200 Gramm weiße Bohnen, 1 Pfund säuerliche Äpfel, 1 Zwiebel, 10 Pfefferkörner, Salz nach Geschmack, 1 Eßlöffel Fett, 2 große Kartoffeln.

Die Bohnen werden am Abend zuvor eingeweicht und am nächsten Morgen in demselben Wasser abgekocht. Jetzt läßt man Wasser heiß werden und gibt die Bohnen, das gewaschene Sauerkraut, Zwiebel, Pfefferkörner und Salz hinzu. Alles läßt man auf nicht zu starkem Feuer gar werden. Am besten setzt man es 5 Stunden in die Kochkiste. Nachdem das Sauerkraut beinahe gar geworden ist, schneidet man die geschälten Äpfel in Stücke, gibt diese und das Fett hinzu. Sind auch diese weich, so macht man das Gemüse mit den rohen, geriebenen Kartoffeln bündig und schmeckt wegen Salz ab. Man reiche Salzkartoffeln und nach Belieben Fisch- oder kleine Fleischbratlinge dazu.

25. Eintopfgericht mit Fisch. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund beliebiger Fische, $2^1/_2$ Pfund Kartoffeln, 2 Brühwürfel, 1 Zwiebel, 1 Knolle Sellerie, Pfeffer und Salz, gehackte Petersilie.

Die geschälten Kartoffeln werden in Scheiben geschnitten und den entgräteten Fisch schneidet man in kleine Würfel. Die Fischgräten kocht man mit $^1/_2$ Liter Wasser aus und seiht die Brühe durch. Kartoffelscheiben und Fischwürfel schichtet man mit dem gehackten Sellerie und der Zwiebel, sowie dem nötigen Pfeffer und Salz lagenweise in einen Schmortopf. In der Grätenbrühe löst man die Brühwürfel auf und gießt diese über die Kartoffelscheiben. Man läßt das Gericht ungefähr 30 Minuten langsam

schmoren. Nach dem Garsein rührt man das Gericht mit gehackter Petersilie durch.

Bemerkung: Am schmackhaftesten wird das Gericht, wenn man es in der Kochkiste $2^1/_2$ Stunden gar werden läßt, oder es 1 Stunde im Wasserbad in der Puddingform dämpft.

26. Ostfriesisches Eintopfgericht. 5 Personen.

Zutaten: $^1/_4$—$^1/_2$ Pfund magerer Speck, 1 Kopf Weißkohl, 6 Mohrrüben, 100 Gramm weiße Bohnen, $1^1/_2$ Pfund Kartoffeln, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack, gehackte Petersilie.

Man setzt den mageren Speck mit ungefähr $1^1/_2$ Liter Wasser auf. Anstatt Speckbrühe kann man auch ebensogut Knochen- oder Würfelbrühe verwenden. In diese Brühe gibt man den vorher kleingeschnittenen und abgewellten Weißkohl, die streifig-geschnittenen Mohrrüben, die zuvor abgekochten weißen Bohnen, sowie die Zwiebel. Nachdem dieses eine Weile gekocht hat, gibt man die Kartoffelscheiben obenauf und läßt alles zusammen kochen. Sobald alles gar geworden ist, rührt man es durcheinander, schmeckt wegen Pfeffer und Salz ab und gibt die gewiegte Petersilie hinzu.

27. Gemüsegulasch. 5 Personen.

Zutaten: 375—500 Gramm Rind- oder Kalbfleisch, Fett, Salz, etwas Paprika, 1 Zwiebel, 1 Gläschen Fruchtwein, 1 Eßlöffel Mehl, 1 Dose Gemüseallerlei, 1 kleine Tasse Milch.

1 Pfund Rind- oder Kalbfleisch wird in kleine Würfel geschnitten und in Fett gebraten. Nachdem die Würfel schön braun sind, streut man 1 Eßlöffel Weizenmehl, Salz, 1 Stückchen Paprikaschote und Zwiebelwürfel darüber, rührt es gut durch und gießt heißes Wasser darauf. Man läßt es zugedeckt gar schmoren. Ist das Fleisch gar, so gießt man ein Gläschen Fruchtwein daran und gibt eine Büchse Gemüseallerlei dazu. Wenn es nötig ist, macht man die Tunke noch mit Mehl, das man in Milch auflöst, bündig.

28. Buntes Huhn. 5 Personen.

Zutaten: $^1/_2$ Pfund Schweinefleisch, 750 Gramm Mohrrüben, 125 Gramm weiße Bohnen, 500 Gramm Kartoffeln, 500 Gramm

Äpfel, Zitronensaft, Pfeffer und Salz sowie Zucker nach Geschmack.

Die Bohnen werden am Abend zuvor eingeweicht und am folgenden Tage abgekocht. Fleisch, rohe Kartoffeln, säuerliche Äpfel, sowie die Mohrrüben werden in Scheiben oder Würfel geschnitten. Sämtliche Zutaten schichtet man mit dem nötigen Salz in einen Dampftopf und gießt so viel heißes Wasser darauf, daß alles bedeckt ist. Man läßt alles zusammen gar werden, was am besten in der Kochkiste geschieht. Ist das Gericht gar, so schmeckt man nach den Gewürzen ab. Es muß milde süßsäuerlich schmecken.

29. Wurzelgemüse. 4—5 Personen.

Zutaten: 750 Gramm Mohrrüben, 2 Petersilienwurzeln, 2 Knollen Sellerie, 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Fett, 1 Tasse Milch, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Salz, gehackte Petersilie.

Die drei Wurzelarten werden geputzt und in Streifen geschnitten. Man setzt sie mit dem nötigen Salz und Wasser, besser noch Fleischbrühe auf und läßt sie gar werden. Die Zwiebelwürfel röstet man in dem Fett und gießt dieses dazu. Man quirlt Milch und Mehl auf und macht das Gemüse bündig. Zuletzt gibt man die gehackte Petersilie hinzu.

30. Wurzeln und Kartoffeln. 5 Personen.

Zutaten: 200—300 Gramm Hammelfleisch, 2 Pfund Mohrrüben, 2 Pfund Kartoffeln, Pfeffer und Salz.

Das Hammelfleisch setzt man mit Salzwasser auf und läßt es gar werden. In diese Brühe wäscht man die streifiggeschnittenen Mohrrüben, sowie die Kartoffelscheiben. Am besten setzt man sie zum Garwerden in die Kochkiste. Man schmeckt wegen Pfeffer und Salz ab.

Bemerkung: Wenn man es liebt, kann man noch grüne Bohnen mitkochen.

31. Gefüllte Gurken. 5—6 Personen.

Zutaten: 4—6 dicke handlange Gurken, 1/2 Pfund gehacktes Rind- und Schweinefleisch, 1 Eiweiß, 1 kleine Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack, eine in Milch eingeweichte Semmel, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Fett zum Braten.

Die Gurken werden geschält, der Länge nach aufgeschnitten und die Kerngehäuse ausgeschabt. Die übrigen Zutaten außer dem Mehl mengt man zusammen an und füllt hiermit die Höhlungen der Gurken aus. Setzt die passenden Hälften wieder aneinander, umwickelt sie mit weißem Faden und brät sie von allen Seiten in heißem Fett an. Man gießt so viel heißes Wasser hinzu, daß die Gurken bedeckt sind und läßt sie $^1/_2$ Stunde schmoren. Mit dem Mehl macht man die Tunke bündig und schmeckt wegen Salz ab.

32. Sauerampfer. 4—6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Sauerampferblätter, 1 Eßlöffel Butter oder Fett, 1 Eßlöffel Korinthen, 2 Eßlöffel geriebenen Zwieback, 1 Gläschen Apfelwein, Zucker und Salz nach Geschmack.

Die Sauerampferblätter werden verlesen, gewaschen und mit kochendem Wasser ungefähr 3 Minuten abgewellt. Nun läßt man sie abtropfen und hackt sie. Unterdessen läßt man das Fett schmelzen und gibt den gehackten Sauerampfer hinzu, ebenfalls den Wein und die Korinthen. Nachdem alles wohl 8 Minuten langsam gekocht hat, macht man den Sauerampfer mit dem Zwiebackmehl bündig und schmeckt wegen Zucker und Salz ab, so daß der Geschmack milde süßsauer ist.

33. Spinat.

Nachdem die Spinatblätter verlesen und gewaschen sind, hackt man sie fein und läßt sie in Fleischbrühe sowie Fett 30 Minuten langsam kochen. Man schmeckt mit Salz und Muskatnuß ab. Nach Belieben kann man den Spinat mit Zwiebackbröseln verlängern. Es ist veraltet, ihn vorher abzuwellen, da ihm hierdurch wertvolle Nährstoffe entzogen werden.

Die guten Spinatstengel sind ebenfalls zu verwerten, sie geben ein gutes Gemüse, das man in Schwitzmehl schmoren läßt.

34. Brennesselgemüse. 4—6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund junge Brennesseln, 1 Pfund Spinat, 1 Eßlöffel Fett, etwas Fleischbrühe, Salz, Muskatnuß, geriebenen Zwieback.

Brennesselgemüse bereitet man nach derselben Vorschrift wie Spinat.

35. Runkelblättergemüse.

Auch die Runkelrübenblätter geben ein vorzügliches Gemüse, das man folgendermaßen zubereitet. Die abgestreiften Blätter werden gewaschen und in heißem Wasser 10 Minuten gekocht. Hiernach gießt man sie ab, legt sie 1/2 Stunde in kaltes Wasser und läßt sie abtropfen, um sie dann sehr fein zu hacken. Mit 1 Eßlöffel Fett und 2 Eßlöffel Weizenmehl macht man ein Schwitzmehl, das man mit Wasser aufzieht. Man schmeckt mit Pfeffer und Salz ab und läßt hierin die gehackten Blätter 1/2 Stunde schmoren.

36. Hederichgemüse.

Ein sehr gutes Gemüse liefert der Hederich. Aus seinen Blättern bereitet man ein Gemüse genau wie den Spinat.

37. Weiße Bohnen. 5—6 Personen.

Zutaten: 400—500 Gramm weiße Bohnen, 2 Eßlöffel Weizenmehl, 1/8 Liter Milch, 1—2 Eßlöffel Fett, 1 kleine Zwiebel, Bohnenkraut und Majoran, gehackte Petersilie, Salz.

Die am Abend zuvor eingequellten Bohnen werden gargekocht. Mit dem Fett und Mehl bereitet man ein helles Schwitzmehl, das man mit der Milch und Wasser glattrührt. In diese gebundene Tunke gibt man etwas zerriebenes Bohnenkraut und Majoran, sowie eine kleine geriebene Zwiebel und gehackte Petersilie Man schmeckt wegen Salz ab und gibt die gar gewordenen Bohnen hinein.

38. Buntes Gemüse. 4—6 Personen.

Zutaten: 1 Liter Fleischbrühe, 1 1/2 Pfund rohe Kartoffeln, 1 Pfund Mohrrüben, 1 Pfund Schnittbohnen, 1 Stange Bohnenkraut, 1 Eßlöffel Fett, Salz nach Geschmack, gehackte Petersilie.

Die Mohrrüben werden geputzt und in Würfel geschnitten, die Bohnen werden abgezogen und geschnippelt.

Die Fleischbrühe wird ins Kochen gebracht und die vorbereiteten Gemüse eingewaschen, das Fett und Bohnenkraut hinzugetan. Nachdem die Gemüse ziemlich weich sind, gibt man die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln hinzu. Nachdem alles gar ist, schwenkt man das Gericht mit gehackter Petersilie durch.

Man reicht Hackfleischklößchen oder Suppenfleisch hierzu.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

39. Petersilienkartoffeln. 4—6 Personen.

Zutaten: 2—2½ Pfund Kartoffeln (geschält), 2 Eßlöffel Fett oder Butter, 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel voll gehackte Petersilie, 1 Eßlöffel Weizenmehl, eine Handvoll Salz, ¼ Liter Kartoffelwasser.

Die Kartoffeln werden in Salzwasser recht musig gekocht, dann gießt man sie ab. Das Wasser fängt man auf. Man stampft die Kartoffeln durch. Unterdessen läßt man die Butter oder das Fett heiß werden, gibt die in Würfel geschnittene Zwiebel, sowie das Mehl hinzu und läßt es gelblich rösten. Dann rührt man es mit dem Kartoffelwasser auf. In diese Tunke gibt man die gestampften Kartoffeln, sowie die gehackte Petersilie. Man reicht rohen Schinken oder Mettwurstscheiben hierzu.

40. Gemüse aus Rhabarberblättern. 4—6 Personen.

Zutaten: 12 Rhabarberblätter, 1 Eßlöffel Fett, eine Prise Salz und Pfeffer, 2 Eßlöffel geriebenen Zwieback, 2 Teelöffel gewiegten Schnittlauch, geriebene Muskatnuß.

Hierzu nimmt man recht junge Rhabarberblätter. Diese streift man aus den Blattrippen aus. Nachdem sie gewaschen, wellt man sie in kochendem Wasser ab und hackt die abgekochten Blätter sehr fein.

Nun läßt man sie mit Fett oder auch etwas kräftiger Brühe samt den angegebenen Gewürzen 20 Minuten langsam schmoren, sodann gibt man das Zwiebackmehl hinzu. Nach Belieben kann man die Rhabarberblätter auch mit Spinat oder Sauerampfer mischen.

41. Kürbisgemüse. 5 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Kürbisfleisch, 1 Eßlöffel Fett, 2 Tomaten, 2 Brühwürfel, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack, 1 Eßlöffel Weizenmehl.

Das Kürbisfleisch wird in gleichmäßige Streifen geschnitten und in Salzwasser nicht zu weich gekocht. Etwas Fett oder Speckwürfel röstet man und läßt das Mehl darin bräunen. Mit kaltem Wasser verkocht man es zu einer bündigen Tunke, hierin läßt man die abgetropften Kürbisstreifen, sowie die Tomatenscheiben, Brühwürfel mit dem nötigen Pfeffer, geriebener Zwiebel und Salz kurze Zeit durchschmoren. Nach Belieben kann man etwas Essig oder Zitronensaft hinzutun.

42. Gefüllte Gemüserollen. 5 Personen.

Zutaten: 2 Pfund gekochte Schalkartoffeln, 1 Ei oder Eiersatz, Salz, Mehl nach Bedarf. Zur Füllung: 125 Gramm gewiegtes Fleisch, 1 Ei, Milch, 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Fett, 200 Gramm Pilze, Muskatnuß, Pfeffer und Salz, 2 Brötchen.

Zunächst reibt man die tags zuvor gekochten Kartoffeln, mischt sie mit dem Salz, den Eiern und so viel Mehl, daß man einen Teig erhält, der sich ausrollen läßt. Diese gut messerrückendicke Teigplatte läßt man eine Weile betrocknen, währenddessen bereitet man die Füllung wie folgt. Die beliebigen Pilze hackt man und schmort sie in dem Fett gar. Getrocknete Pilze muß man natürlich erst wie üblich vorbereiten. Die geschmorten Pilze mischt man mit dem gewiegten Fleisch, den in der Milch eingeweichten Brötchen, Ei, sowie den Gewürzen und der gehackten Zwiebel. Den Teig schneidet man in handgroße Stücke und legt mit einem Löffel etwas Füllung auf die Teigvierecke. Man rollt jedes einzeln zusammen, drückt die Rollen an den Seiten fest zu und läßt sie in Salzwasser gar kochen. Nach Belieben kann man die Gemüserollen beim Anrichten mit gebräunter Butter übergießen.

43. Märkisches Allerlei. 5—6 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Kalbfleisch, eine kleine Büchse Brechspargel, 6 Mohrrüben, eine Handvoll getrocknete Pilze, eine kleine Büchse Erbsen, 2 Zwiebeln, 2 Eßlöffel Fett, 2 Brühwürfel, 5 Pfefferkörner, 1 Glas Rotwein, 2 Eßlöffel Weizenmehl, Salz nach Geschmack.

Das Kalbfleisch wird in nicht zu große Würfel geschnitten und in dem heißen Fett braun geröstet. Man tut das nötige Salz, Zwiebelscheiben, Pfefferkörner und so viel Wasser hinzu, daß das Fleisch gut bedeckt ist. Die geschabten und in Stücke geschnittenen Mohrrüben, sowie die Pilze gibt man ebenfalls hinzu und läßt sie mit dem Fleisch zusammen gar werden, was ungefähr 1 Stunde dauert. Nun gibt man die übrigen Büchsengemüse sowie den Rotwein hinzu. Am besten nimmt man eine Büchse Leipziger Allerlei. Wenn es die Jahreszeit bietet, verwendet man selbstverständlich frische Gemüse. Nachdem alles ins Kochen gekommen ist, gibt man die Brühwürfel hinzu, macht die Tunke mit dem Weizenmehl bündig und schmeckt wegen Salz ab.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

44. Schlesisches Linsengericht. 4—6 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Linsen, $^1/_4$—$^1/_2$ Pfund magerer Speck, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Essig, Pfeffer, Zucker und Salz nach Geschmack.

Die Linsen werden gewaschen und wie üblich am Abend zuvor eingeweicht. Am nächsten Tage kocht man sie in demselben Wasser ab. Inzwischen hat man den Speck in wenig Wasser gargekocht. In dieser Speckbrühe kocht man die Linsen vollständig gar. Man schmeckt sie nach Zucker, Salz, Pfeffer und Essig ab. Zuletzt macht man sie mit dem Weizenmehl bündig.

45. Spargelspeise. 5 Personen.

Zutaten: $1^1/_2$—2 Pfund Spargel, 1 Pfund Hohlnudeln, 1 Eßlöffel Butter, $1^1/_2$ Eßlöffel Weizenmehl, 1 Ei, Salz.

Hierzu verwendet man sehr vorteilhaft Bruchspargel oder im Winter Büchsenspargel. Frische Spargel bereitet man wie gewöhnlich vor und kocht sie in Salzwasser ab. Ebenfalls kocht man die in Stücke gebrochenen Hohlnudeln in Salzwasser weich und schreckt sie nachdem mit kaltem Wasser ab. Nudeln sowie Spargel schichtet man abwechselnd in eine gefettete Auflaufform. Nun bereitet man mit der Butter und dem Mehl eine helle Mehlschwitze, die man mit der Spargelbrühe ablöscht, so daß man eine ebene Tunke erhält. Man zieht mit den aufgequirlten Eidottern ab und den Schnee der Eiweiße darunter, dann gießt man die Tunke über die Spargel und bäckt die Speise $^1/_4$ Stunde im Bratofen ab.

46. Spargelkartoffeln. 5—6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Pellkartoffeln, $1^1/_2$ Pfund Spargel, $^1/_8$ Liter Milch, 1 Eidotter, 1 Eßlöffel Weizenmehl, $^1/_2$ Eßlöffel Butter, Salz, eine Prise Muskatnuß und Zitronensaft nach Geschmack, gehackte Petersilie.

Ganz nach der Jahreszeit verwendet man entweder frischen oder eingemachten Brechspargel. Ersterer wird wie gewöhnlich vorbereitet und gar gemacht. Die Kartoffeln werden kurz vorher in der Schale abgekocht, abgezogen und in dünne Scheiben geschnitten. Mit der Butter, dem Weizenmehl macht man eine Tunke, die man mit der Milch, dem nötigen Spargelwasser auf-

rührt und mit Salz, Muskatnuß und Zitronensaft abschmeckt. Nachdem man die ebene Tunke mit dem aufgequirlten Eidotter abgewellt hat, läßt man Spargelenden und Kartoffelscheiben darin warm werden. Beim Anrichten schwenkt man gehackte Petersilie durch und gibt nach Belieben noch einige Kapern hinzu.

47. Spargel mit Miesmuscheln. 4—6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Spargel, 6 Pfund Miesmuscheln, 1 Tasse Milch, 2 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Eßlöffel Fett, 1 Eidotter, Salz, gehackte Petersilie.

Man schält den Spargel, schneidet ihn in fingerlange Stücke und kocht diese in Salzwasser gar. Die sauber gereinigten Muscheln werden in Salzwasser abgekocht, aus den Schalen gelöst und die Bärte abgemacht. Mit dem Mehl, Fett, der Milch und etwas Spargelwasser macht man eine gebundene Tunke, man quirlt diese mit dem Eidotter ab, gibt die gehackte Petersilie, die Spargelenden, sowie das Muschelfleisch hinein und erwärmt das Gericht, ohne es kochen zu lassen.

48. Graupen, Rüben und Kartoffeln. 3—4 Personen.

Zutaten: 2 Pfund rohe Kartoffeln, 6 Mohrrüben, 6 Eßlöffel Graupen, 4 Brühwürfel, 1 Knolle Sellerie, 1 Stange Porree, Petersilie, Salz nach Geschmack, Wasser nach Bedarf.

Die dicken Graupen werden einige Stunden mit kaltem Wasser eingequellt, dann bringt man sie mit reichlich Wasser, dem in Stücke geschnittenen Sellerie, Porree, sowie den Mohrrüben aufs Feuer und läßt die Graupen gar kochen. Ist dieses geschehen, so gibt man die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln obenauf. Etwa verdampftes Wasser wird durch kochendes ersetzt. Man zerstampft die Kartoffeln und rührt das Gericht mit den Brühwürfeln und dem nötigen Salz durch. Bemerkung: Vorhandene Speckschwarten kann man darin auskochen.

49. Säuerliches Bohnengemüse. 5—6 Personen.

Zutaten: 500 Gramm weiße Bohnen, 500 Gramm Äpfel, Salz, 1—2 Eßlöffel Speckwürfel, Pfeffer nach Geschmack.

Die weißen Bohnen werden wie üblich am Abend zuvor eingeweicht und am nächsten Morgen in dem Weichwasser 10 Mi-

nuten gekocht und abgegossen. Nun setzt man sie von neuem mit heißem Salzwasser auf und läßt sie gar kochen, am besten in der Kochkiste, was ungefähr 4 Stunden dauert. Kurz vor dem Garwerden der Bohnen gibt man die in Stücke geschnittenen Äpfel obenauf. Nachdem alles zusammen gar geworden ist, schmeckt man wegen Pfeffer und Salz ab und mischt die gerösteten Speckwürfel darunter.

50. Mecklenburgisches Schwarzsauer. 4—6 Personen.

Zutaten: $^1/_2$—1 Pfund Schweinefleisch, 1 Pfund Backobst, $^1/_4$ Liter Gänse- oder Schweineblut, 5 Tropfen Essig, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Zimt und Zitronenschale, Zucker und Salz nach Geschmack, ein Teil Kartoffelklöße.

Die Kartoffeln zu den Klößen kocht man am Tage zuvor in der Schale ab. Das Backobst wäscht man ebenfalls am Abend zuvor und läßt es in reichlich Wasser über Nacht quellen. Am nächsten Tage kocht man ein Stück geräuchertes Schweinefleisch, besser aber noch frisches Gänseklein, in Wasser gar. Diese Fleischbrühe gibt man zu dem Backobst, das man inzwischen mit dem Zimt und der Zitronenschale gekocht hat. Das Blut rührt man mit einigen Tropfen Essig und dem Weizenmehl glatt und läßt es langsam unter stetem Umrühren in die kochende Brühe laufen. Inzwischen hat man auch die Klöße von den tags zuvor gekochten Kartoffeln bereitet. Das in Stücke zerteilte Fleisch, Klöße und Backobst mischt man durcheinander und schmeckt wegen Zucker und Salz ab. Es muß milde süßsauer schmecken.

51. Schlesisches Himmelreich. 5—6 Personen.

Zutaten: $^1/_2$ Pfund fettes Rauchfleisch, $^1/_2$ Pfund Backpflaumen, $^1/_2$ Pfund Äpfel (Backäpfel), $^1/_2$ Pfund Backbirnen, 1 Stück Zimt und Zitronenschale, 1 Eßlöffel Kartoffelmehl, 1 Eßlöffel Zucker, ein Teil Kartoffelklöße.

Am Tage zuvor kocht man einen Teil Kartoffeln in der Schale, von denen man für 5 Personen etwa 2 Pfund rechnet. Das Backobst wird ebenfalls am Abend zuvor gewaschen und in reichlich Wasser eingeweicht.

Am nächsten Morgen setzt man zunächst das Rauchfleisch, am

besten Schweinebauch, mit Wasser auf und läßt es garkochen. Unterdessen hat man das Backobst ebenfalls in dem Weichwasser mit einem Stück Zitronenschale und Zimt gargekocht. Nachdem man das Obst und die Brühe des Fleisches zusammengegeben hat, fügt man etwas Kartoffelmehl bei. Inzwischen hat man von den am Tage zuvor gekochten Kartoffeln Klöße bereitet und gibt sie nun zu dem Backobst, das man zuvor mit Zucker abschmeckte. Der Sparsamkeit halber reiche man das ausgekochte Fleisch nicht hierzu, sondern lieber abends kalt zum Brot.

Dieses Gericht schmeckt aufgewärmt am besten.

52. Eintopfgericht mit Pilzen. 5 Personen.

Zutaten: 3 Pfund Kartoffeln, 1 Pfund Pilze, 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Butter, Pfeffer und Salz nach Geschmack, gehackte Petersilie.

Die recht mehligen Kartoffeln werden wie gewöhnlich in Salzwasser gargekocht. Unterdessen bereitet man entweder frische, getrocknete oder eingemachte Pilze vor. Man hackt sie gröblich und schmort sie in der Butter weich. Hierin läßt man die Zwiebel gar werden, jedoch nicht bräunen. Nachdem man die gekochten Kartoffeln abgegossen hat, zerdrückt man sie und mischt die Pilze darunter. Man schmeckt wegen Pfeffer und Salz ab und läßt alles zusammen noch eine Weile ziehen, bevor man die gehackte Petersilie darantut. Wünscht man das Gericht etwas säuerlich, so gibt man etwas Zitronensaft daran.

53. Gemischtes Weißkohlgericht. 5 Personen.

Zutaten: 250 Gramm Schweinefleisch, 2 Pfund Weißkohl, 400 Gramm Graupen, 250 Gramm Mohrrüben, 1 Sellerie, 1 Zwiebel, 500 Gramm Kartoffeln, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die Graupen schlemmt man zunächst ab und setzt sie inzwischen mit genügend Wasser zum Ausquellen in die Kochkiste. Das Fleisch setzt man ebenfalls mit Salzwasser auf. Den Kohl verliest man und schneidet die Blätter in Streifen, wonach man sie kurz abwellt. Man gießt den Kohl ab und läßt ihn mit dem Fleisch weiterkochen. Dazu gibt man die in Würfel geschnittenen Mohrrüben, Sellerie und die Zwiebel. Kurz bevor die Gemüse

gar werden, legt man die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln obenauf und schüttet die ausgequellten Graupen dazu. Sobald alle Zutaten vollständig gar geworden sind, nimmt man das Fleisch heraus und rührt das Gericht mit Pfeffer und Salz durch.

54. Geröstete Kartoffelflocken.

Hierzu verwendet man jeden Rest Salz- oder Pellkartoffeln. Nachdem man sie nach dem Erkalten gerieben hat, vermischt man sie mit einer kleinen geriebenen Zwiebel, Salz und etwas Semmelbröseln. Dieses Flockengemisch bratet man unter fortwährendem Umrühren in wenig Fett.

55. Saure Kartoffelscheiben.

Zutaten: Gekochte Kartoffelscheiben, 1 Satte Dickmilch, Pfeffer, Salz, Zitronensaft, geriebene Zwiebel, Zucker.

Die Dickmilch verquirlt man nach Geschmack mit den angegebenen Zutaten. So viel frisch gekochte Pellkartoffeln, als für die Anzahl der Personen ausreichend sind, schält man, schneidet sie recht heiß in Scheiben und gibt diese in die tüchtig gerührte Dickmilchtunke. Man reicht sie mit grünem Salat als Abendgericht.

56. Schnittlauchkartoffeln. 5 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Kartoffelscheiben, 1 Eßlöffel Fett, 1 Eßlöffel Schnittlauch, 1 Brühwürfel, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Salz nach Geschmack.

Die Kartoffeln werden in der Schale gekocht, sofort abgezogen, in Scheiben geschnitten und warmgestellt. Unterdessen bereitet man folgende Tunke. Das Fett und Mehl läßt man zusammen schwitzen und zieht dieses mit kaltem Wasser auf, so daß man eine ebene Tunke erhält. Hierzu gibt man den Brühwürfel sowie den gewiegten Schnittlauch und schmeckt wegen Salz ab. Diese Tunke gießt man auf die heißen Kartoffelscheiben und schwenkt sie gut durch.

57. Kartoffelpudding. 5 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Kartoffeln, $1^1/_2$ Pfund Äpfel, 1 Ei oder Eiersatz, 6 Eßlöffel Zucker, $^1/_2$ Zitrone, 1 Teelöffel Backpulver, 3 Eßlöffel Weizenmehl.

Hierzu nimmt man recht mehlige Kartoffeln und weiche Äpfel, schält sie und schneidet sie in Stücke. Diese setzt man zusammen mit Wasser auf und kocht sie musig, nach dem stampft man sie wie einen gewöhnlichen Kartoffelbrei. Während dieser auskühlt, rührt man das Eidotter mit dem Zucker und der geriebenen Zitronenschale schäumig und gibt nach und nach den Kartoffelbrei und Zitronensaft, sowie das mit dem Mehl vermischte Backpulver hinzu. Zuletzt zieht man den Schnee der Eiweiße darunter. Man füllt die Masse in eine ausgefettete Puddingform und läßt den Auflauf 1 Stunde im Wasserbade kochen. Der Pudding wird warm mit einer beliebigen Fruchttunke gereicht.

58. Prinzeßkartoffeln. 5 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Kartoffeln, 1—2 Salzheringe, 1 Eßlöffel Fett, $1^1/_2$ Eßlöffel Weizenmehl, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die Heringe werden wie üblich einige Stunden gewässert, worauf man sie von Haut und Gräten abzieht und grob hackt. Inzwischen hat man die Kartoffeln in der Schale abgekocht, geschält und in Scheiben geschnitten; damit sie nicht abkühlen, stelle man sie warm.

Mit dem Fett und dem Mehl mache man ein Schwitzmehl, das man mit kaltem Wasser aufkocht. Während es zu einer dicken Tunke gekocht ist, gebe man die gehackte Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack hinzu. Tunke, gewiegte Heringe und Kartoffelscheiben menge man durcheinander.

Heringsmilch rühre man fein und gebe sie hinzu.

59. Apfelgemüse. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Äpfel, 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Fett, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Salz nach Geschmack, 1 Eßlöffel Korinthen.

Die Äpfel werden geschält und in kleine Stücke geschnitten. Das Fett, Apfelstücke, sowie die Zwiebelwürfel läßt man zusammen einen Augenblick schwitzen, gießt dann ein wenig heißes Wasser hinzu und läßt das Ganze garschmoren. Zuletzt läßt man die gereinigten Korinthen darin aufquellen, schmeckt wegen Salz ab und macht das Gemüse mit dem Mehl bündig. Anstatt Weizen-

mehl kann man auch geriebenes Grob- oder Feinbrot verwenden. Apfelgemüse schmeckt vorzüglich zu ausgekochtem Suppenfleisch.

60. Kartoffelplätzchen mit Äpfeln. 5 Personen.

Zutaten: 500 Gramm gekochte Kartoffeln, 500 Gramm Äpfel, 5 Eßlöffel Zucker, 1 Ei, 1 Teelöffel Salz, 1 Zitronenschale, Mehl nach Bedarf, Fett oder Öl zum Backen.

Die tags zuvor in der Schale gekochten Kartoffeln werden gerieben. Die in Scheiben geschnittenen Äpfel läßt man in sehr wenig Wasser breiig kochen und schlägt sie durch einen Durchschlag. Geriebene Kartoffeln, erkalteten Apfelbrei, geriebene Zitronenschale, Zucker, Salz, Ei oder Eiersatz mengt man mit so viel Weizenmehl, daß man eine feste Masse erhält, aus der sich kleine Plätzchen formen lassen. Nachdem sie nach Belieben von beiden Seiten in Fett oder Öl gebacken sind, gibt man sie warm, mit Zucker und Zimt bestreut, zu Tisch.

61. Sehr schmackhafter Kartoffelsalat. 4—5 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Pellkartoffeln, 1 Zwiebel, Salz und Pfeffer nach Geschmack, 1 Eßlöffel Weinessig, 1 Büchse Ölfischchen.

Die Kartoffeln werden in der Schale gekocht, heiß abgezogen und warmgestellt. Am besten stellt man die Schale auf einen Topf mit kochendem Wasser und gibt die geriebene Zwiebel, Essig, Pfeffer und Salz, sowie die in Stücke gepflückten Ölfischchen samt dem Öl hinzu. Man mengt den Salat gut durch und läßt ihn eine Weile durchziehen.

62. Kartoffelbrei und Buttermilch. 5 Personen.

Zutaten: 2—2½ Pfund Kartoffeln, 1 Eßlöffel Fett oder Butter, Salz, 1 Tasse süße Milch, ½ Liter Buttermilch.

Man bereite einen gewöhnlichen Kartoffelbrei, den man mit heißem Fett übergossen zu Tisch bringt. In einem besonderen Gefäß reiche man die Buttermilch.

63. Kartoffelpudding. 4 Personen.

Zutaten: 500—750 Gramm Kartoffeln, 1 Ei oder Eiersatz, 5 Eßlöffel feinen Zucker, 1 Teelöffel Salz, 1 Zitrone, 1 Eßlöffel Butter, 1 Eßlöffel gewiegte Mandeln, eine Prise Muskatnuß.

Die Kartoffeln werden am Tage zuvor in der Schale gekocht. Nachdem man sie geschält und gerieben hat, mischt man sie mit den übrigen Zutaten und zieht den Schnee der Eiweiße darunter. Man drückt die Masse in eine ausgefettete Puddingform und läßt sie gut 1 Stunde im Wasserbade kochen. Nach Belieben reicht man entweder geschmortes Obst oder Fruchtsaft dazu.

64. Bayrisches Eintopfgericht. 5 Personen.

Zutaten: 500 Gramm Rind- und Schweinefleisch, 2 Pfund rohe Kartoffeln, 1 Kopf Weißkohl, 1 Stück Sellerie, 5 Wurzeln, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack, Fleischbrühe.

Das Fleisch wird in kleine Würfel geschnitten, die Gemüse geputzt und ebenfalls klein geschnitten. Nun schichtet man Fleisch, Gemüse und Kartoffelscheiben lagenweise in einen Schmortopf und streut die Gewürze dazwischen. Man gießt so viel schwache Fleischbrühe darauf, daß alles eben bedeckt ist. Nachdem das Gericht 3 Stunden geschmort hat, rührt man es durcheinander. Dieses Gericht ist für die Kochkiste besonders gut geeignet. Man rechnet 5 Stunden Kochzeit.

65. Bratkartoffeln mit Äpfeln. 5—6 Personen.

Zutaten: 2 Teller voll fertige Bratkartoffeln, 1 Teller voll Äpfelscheiben, 2 Eßlöffel Speckwürfel, 2 Tomaten, Zucker und Salz.

Zunächst bereitet man 2 Teller voll kroßgebratene Bratkartoffeln. Nun läßt man 1 Teller voll Äpfelscheiben in 2 Eßlöffeln Speckwürfeln, die zuvor geröstet wurden, gardämpfen, diese süßt man mit 1 Teelöffel Zucker. 2 Tomaten hat man in kleine Stücke geschnitten und gesalzen. Bratkartoffeln und Äpfelscheiben legt man schichtweise in eine Schüssel und gibt von den gesalzenen Tomaten dazwischen.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

III. Sättigende Speisen aus Getreideerzeugnissen.

Vorteilhafte Abend-, Vor- und Nachspeisen.

1. Graupen mit Äpfeln. 4 Personen.

Zutaten: 250 Gramm Graupen, 1 Pfund Äpfel, 1 Zitrone, 1 Stück Zimt, 2 Eßlöffel Sultaninen, Zucker.

Die Graupen werden gewaschen und mit reichlich Wasser, einem Stück Zimt und Zitronenschale dick ausgequellt. Dies geschieht am besten in der Kochkiste. Die geschälten Äpfel schneidet man in Scheiben und kocht sie mit den Sultaninen zusammen in nicht zuviel Wasser weich. Nachdem die Graupen gar sind, mischt man sie mit den Äpfeln und schmeckt wegen Zucker und Zitronensaft ab. Apfelgraupen eignen sich vorzüglich als sättigendes Abendgericht und ersetzen den fehlenden Apfelreis.

2. Böhmischer Mehlpudding. 5 Personen.

Zutaten: $^1/_2$ Liter Milch, 1 Eßlöffel Fett, 200 Gramm Weizenmehl, 1—2 Eier, 6 Eßlöffel Zucker, 6 Eßlöffel gehackte Nüsse, Schale einer halben Zitrone, 1 Teelöffel Salz, 1 Eßlöffel Sultaninen, 1 Eßlöffel gewiegtes Zitronat, $^1/_2$ Päckchen Backpulver.

Die Milch läßt man mit der geriebenen Zitronenschale, Salz und dem Fett ins Kochen kommen, schüttet das Mehl hinein und rührt so lange, bis sich die Masse als Kloß vom Topfboden löst. Nachdem sie ein wenig ausgekühlt ist, knetet man den Zucker, die Eidotter, die gehackten Nüsse, Sultaninen, Zitronat, sowie das Backpulver und zuletzt den Schnee der Eiweiße darunter. Die gut verrührte Masse drückt man in eine ausgefettete Puddingform und läßt den Pudding 90 Minuten im Wasserbade kochen.

Zu dem gestürzten Pudding reicht man entweder geschmortes Obst oder einen anderen Fruchtbeiguß.

3. Haferflockenspeise. 5 Personen.

Zutaten: 250 Gramm Haferflocken, $^3/_4$ Liter Wasser, $^1/_2$ Liter Milch, Schale einer halben Zitrone, 1 Stück Zimt, Zucker und Salz nach Geschmack, 1 Schale voll geschmortes Obst.

Man setzt die Haferflocken mit dem Wasser, Salz, Zimt und Zitronenschale auf und läßt sie dick ausquellen. Nach und nach gießt man von der Milch nach. Nach dem Garwerden schmeckt man wegen Zucker ab.

Irgend welches Obst, wie Pflaumen, Äpfel, Kirschen oder Beerenobst, hat man vorher geschmort. Jetzt bringt man beides schichtweise in einer Schüssel zu Tisch und bestreut die oberste Schicht mit Zucker.

4. Pflaumenauflauf. 4—5 Personen.

Zutaten: $^1/_2$ Liter Milch, 1—2 Eier, 6 Eßlöffel Zucker, 1 Teelöffel Salz, Schale einer halben Zitrone, $^1/_2$ Teelöffel Natron, Mehl nach Bedarf, 2 Pfund Pflaumen.

Die Pflaumen werden entsteint und mit 4 Eßlöffeln Zucker überstreut eine Weile fortgestellt. Unterdessen rührt man die 2 Eidotter mit dem übrigen Zucker, der geriebenen Zitronenschale schäumig. Hierzu gibt man abwechselnd die Milch und so viel Mehl, daß man einen dickfließenden Teig erhält, unter den man das Natron und zuletzt den Schnee der Eiweiße mengt. Teig und Pflaumen schichtet man lagenweise in eine ausgefettete Auflaufform und läßt den Auflauf 1 Stunde im Ofen backen.

5. Polenta mit Obst. 5 Personen.

Sättigende Vorspeise für ein knappreichendes Hauptgericht.

Zutaten: 1 Liter Magermilch, 1 Teelöffel Salz, 3 Eßlöffel Zucker, 1 Päckchen Vanillepuddingpulver, 30 Gramm Maismehl, eine Schale voll geschmortes Obst.

Die Hälfte der Milch setzt man mit dem Salz auf und läßt sie ins Kochen kommen. Unterdessen rührt man das Puddingpulver und das Maismehl mit der übrigen Milch auf und läßt es unter

kräftigem Umrühren in die kochende Milch laufen. Es muß so lange kochen, bis es gar geworden ist, worauf man wegen Zucker abschmeckt. Diese Masse gießt man gleich auf tiefe Suppenteller und läßt sie etwas auskühlen. Kurz vor dem Anrichten gibt man geschmortes Obst darauf. Man reicht die Polenta je nach der Jahreszeit kalt oder lauwarm.

6. Maisgrießpolenta. 5 Personen.

Zutaten: 300 Gramm Maisgrieß, 3/4 Liter Magermilch, 2 Teelöffel Salz.

Den Maisgrieß überbrühe man mit kochendem Wasser, das man einige Stunden darauf stehen läßt, damit der herbe Beigeschmack auszieht. Man lasse den Grieß auf einem Haarsieb ablaufen. Inzwischen hat man die Magermilch, oder auch Milch mit Wasser verdünnt, mit dem Salz ins Kochen gebracht. Hierhinein lasse man den Grieß laufen; man rühre so lange, bis der Grieß ganz steif ist. Nachdem man die Masse zu einem Kloß geformt hat, decke man den Topf zu und lasse ihn in einem Topf mit kochendem Wasser 2 Stunden kochen, damit der Grieß gar wird. Man reiche ihn in Scheiben geschnitten als Beigabe zum Braten anstatt Salzkartoffeln.

7. Falscher Pilaff. 4—5 Personen.

Zutaten: 500 Gramm Graupen, 2 Brühwürfel, ein Stück Butter, 2 Tomaten, 1 Zwiebel, eine Messerspitze Paprika, Salz nach Geschmack.

Die Graupen werden gebrüht und abtropfen gelassen. Nun läßt man sie in dem Fett mit den Zwiebelwürfeln kurze Zeit schmoren. Nach und nach gießt man nach Bedarf heißes Wasser, in dem man die Brühwürfel auflöste, dazu und läßt die Graupen auf gelindem Feuer gar werden. Nachdem sie ziemlich dick eingekocht sind, gibt man die abgezogenen Tomaten hinzu. Anstatt der frischen Tomaten kann man auch Tomatenmark verwenden. Zum Schluß schmeckt man wegen Salz und Paprika ab. Mit letzterem sei man sehr vorsichtig. Damit die Graupen schön weiß bleiben, koche man sie nur in einem Topf mit tadelloser Glasur. Am besten nimmt man ein steinernes Geschirr.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

8. Graupenbratlinge. 4—5 Personen.

Zutaten: 250 Gramm Graupen, $^1/_4$—$^1/_2$ Pfund gehacktes Fleisch, 1 Zwiebel, 1 Ei oder Eiersatz, eine Prise feiner Pfeffer, 1 Teelöffel Salz, 2—3 Eßlöffel geriebenes Weißbrot, Fett zum Braten.

Die gut ausgequirlten Graupen werden in Salzwasser zu einem dicken Brei eingekocht. Nachdem dieser etwas erkaltet ist, vermengt man ihn mit dem gehackten Fleisch, man kann auch ausgekochtes Fleisch oder Reste verwenden. Zu diesem Gemisch gibt man das Ei, die geriebene Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack, sowie das geriebene Weißbrot. Man läßt in der Pfanne Fett heiß werden und bäckt nun kleine dünne Plätzchen von beiden Seiten. Dazu reicht man ein beliebiges Gemüse.

9. Hausmachernudeln.

1—2 Eier verknete man mit so viel Weizenmehl, daß ein fester Teig entsteht. Diesen rollt man auf einem bemehlten Brett so dünn, wie es geht, aus. Um den Teig zu verlängern, gebe man nach Belieben Milch oder Wasser hinzu, wodurch die Nudeln allerdings geringer werden. Die Anzahl der Eier hat keinen Einfluß auf die Güte der Nudeln, sondern nur auf die Menge. Da die Nudeln leicht hart werden, gebe man kein Salz in den Teig, sondern koche sie nur in Salzwasser gar.

Den dünn ausgerollten Teig lasse man eine Weile betrocknen, rolle ihn zusammen und schneide feine Nudeln, die man auseinandergebreitet vor dem Abkochen ebenfalls kurze Zeit trocknen läßt. Würde man dies versäumen, so würden sie beim Kochen leicht zusammenkleben.

Falls man Nudeln auf Vorrat bereitet, ist es notwendig, sie vor dem Aufbewahren gründlich austrocknen zu lassen.

10. Milchnudeln. 5—6 Personen.

Zutaten: 500 Gramm breite Nudeln, $^1/_4$—$^1/_2$ Liter Milch, Salz, 2 Eßlöffel Zucker.

Die Nudeln setze man mit Salzwasser auf und lasse sie langsam kochen. Am besten geschieht dies in der Kochkiste oder im Bratofen. Das verkochte Wasser ersetze man durch Milch. An-

statt Wasser kann man auch Magermilch nehmen. Wenn man es hat, lege man ein Stück Butter hinzu. Die Nudeln müssen ganz dick einkochen. Nach Belieben gebe man den Zucker gleich hinzu, man kann auch ein Gemisch von Zucker und Zimt darüberstreuen.

11. Böhmische Nudelspeise. 5 Personen.

Zutaten: 250 Gramm Nudeln, 500 Gramm Quark, 3 Eßlöffel Zucker, Schale einer Zitrone, eine Prise Salz, 1 Eßlöffel Butter, 2 Eßlöffel Sultaninen, 1 Ei oder Eiersatz.

Die Nudeln werden in Salzwasser gar gekocht und mit kaltem Wasser abgeschreckt. Unterdessen rührt man die Butter schäumig und gibt nach und nach das Eidotter, Zucker und Zitronenschale hinzu. Nachdem diese Masse glattgerührt ist, rührt man die abgetropften Nudeln, gewaschene Sultaninen, Salz und den Schnee der Eiweiße darunter. Man füllt die Masse in eine gefettete Auflaufform und läßt sie 30—40 Minuten in der Bratröhre goldgelb backen. Nach Belieben reicht man geschmortes Obst oder einen Fruchtbeiguß dazu.

12. Nudeln mit Backpflaumen. 5 Personen.

Zutaten: 1/2 Pfund Bandnudeln, 1 Teelöffel Salz, 1 Eßlöffel Butter, 1/2 Pfund Backpflaumen, 2 Eßlöffel Zucker, 1/2 Eßlöffel Kartoffelmehl, 1 Stück Zimt und Zitronenschale.

Die Nudeln werden mit Salzwasser gargekocht. Am besten setzt man sie 2 Stunden in die Kochkiste. Nachdem sie kurz eingekocht sind, rührt man ein Stück Butter durch.

In einem besonderen Topf schmort man die Backpflaumen mit Wasser, Zucker, Zimt und Zitronenschale und seimt etwas Kartoffelmehl daran. Jedes bringt man in einer besonderen Schale zu Tisch.

13. Brühnudeln. 5 Personen.

Zutaten: 1/2 Pfund Bandnudeln, 1—2 Pfund Brühknochen, etwas Salz, 2 Mohrrüben, 1 Stück Sellerie und Porree, gehackte Petersilie.

Die Knochen werden mit 2 Liter Wasser, Salz und den Suppenkräutern 3 Stunden gekocht. In der durchgeseihten Brühe kocht

man die Nudeln weich. Hierin müssen die Nudeln kurz einkochen. Man gibt gehackte Petersilie hinzu.

14. Nudeln mit Pökelfleisch. 5 Personen.

Zutaten: 1/2 Pfund Bandnudeln, 1/2 Pfund geräuchertes Pökelfleisch, 1/2 Eßlöffel Butter, eine Prise Pfeffer, 1 Eßlöffel Salz.

Das Pökelfleisch wird mit Wasser weich gekocht. Die Brühe kann für den nächsten Tag zur Bohnensuppe verwendet werden.

Die Nudeln werden in Salzwasser gar gekocht und mit einem Stück Butter durchgeschwenkt. Das Pökelfleisch wird fein gehackt und mit den Nudeln und einer Prise Pfeffer vermengt. Wenn man es liebt, kann man noch ein Stückchen Käse hinzureiben.

15. Nudelflammeri. 5 Personen.

Zutaten: 100 Gramm Nudeln, 1/2 Liter Wasser, 1/2 Liter Milch, 1/2 Teelöffel Salz, 3 Eßlöffel Zucker, 1 Päckchen Vanillepuddingpulver, 1/2 Eßlöffel Butter.

Milch und Wasser mischt man und setzt die Hälfte zum Kochen auf. Verwendet man Bandnudeln, so zerbricht man sie klein. Besser ist es allerdings, wenn man Sternchennudeln hat. Sobald die Milch kocht, so gibt man die Nudeln und das Salz hinein und läßt die Nudeln dick einkochen. Dann gießt man unter ständigem Rühren das in der übrigen Milch aufgelöste Puddingpulver hinzu und läßt es gar werden. Zuletzt gibt man den Zucker und einen Stich Butter daran. Man füllt den Flammeri in eine umspülte Form und reicht einen Fruchtbeiguß zu der erkalteten Speise.

16. Mehlfleckchen. 4—5 Personen.

Zutaten: 1 Ei oder 1 Teelöffel Eiersatz, 1/4 Liter Magermilch, 200 Gramm Weizenmehl, Schale einer halben Zitrone, 2 Eßlöffel Zucker, 1 Teelöffel Salz, 1 Teelöffel Backpulver, etwas Wasser, Fett zum Backen.

Als Beigabe: Geschmortes Obst.

Eidotter oder Eiersatz, Milch, Mehl, Zucker, Salz und Zitronenschale rührt man nacheinander mit etwas Wasser zu einem dickflüssigen Brei an, dem man zuletzt das Backpulver, sowie den Schnee des Eiweißes zufügt.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

In der Stielpfanne läßt man etwas Fett heiß werden und gießt einen Teil der Masse hinein. Nachdem die Unterseite wie gewöhnlicher Eierkuchen gelblichbraun gebacken ist, zerreißt man den Kuchen in mehrere Flecke, die auch von der anderen Seite abbacken müssen. So verfährt man mit der übrigen Masse, richtet die Fleckchen dann auf einem Teller an und bestreut sie mit einem Gemisch von Zucker und Zimt.

Folgende Beigabe reicht man zu den Mehlfleckchen: 3 bis 4 Äpfel schält man und schneidet sie in Streifen. Diese setzt man mit Wasser und etwas Zucker und einem Eßlöffel gewaschenen Korinthen auf. Nachdem sie gar geworden sind, macht man sie mit Stärke bündig. Dieses Gericht eignet sich vorzüglich als Abendmahlzeit.

17. Nudelauflauf. 5 Personen.

Zutaten: 250 Gramm Nudeln, 1 Pfund Äpfel, 1/2 Pfund Backpflaumen, 1 Ei oder Eiersatz, 1 Eßlöffel Weizenmehl, 3 Eßlöffel Milch, Zitronenschale, Zucker nach Geschmack, Salz.

Die Nudeln werden in Salzwasser gargekocht und abgegossen. Ebenfalls kocht man die Backpflaumen und die frischen oder Ringäpfel in sehr wenig Wasser weich. Die Pflaumen werden entsteint. Nun quirlt man das Ei mit etwas Zucker, geriebener Zitronenschale, Milch und Mehl auf und mischt es unter die abgetropften Nudeln. Jetzt gibt man eine Schicht Nudeln und eine Schicht gesüßtes Obst abwechselnd in eine Auflaufform, die oberste Schicht müssen Nudeln sein. Man läßt die Speise 45 Minuten im Bratofen backen.

18. Grützauflauf. 5 Personen.

Zutaten: 350 Gramm Grütze, 1 Liter Magermilch, 1 Eßlöffel Salz, Schale einer halben Zitrone, 3 Eßlöffel Zucker, 1 Ei oder Eiersatz, 1 Eßlöffel Butter.

Die Grütze wird mit der Zitronenschale und dem Salz in der Milch dick ausgequellt. Während man diesen Brei etwas erkalten läßt, rührt man die Butter schäumig und gibt den Zucker und das Ei hinzu. Hierunter verrührt man den Grützbrei, füllt ihn in eine gefettete Auflaufform und bäckt die Speise 1 Stunde im Bratofen. Man reicht geschmortes Obst dazu.

19. Gefüllte Mehltaschen. 5 Personen.

Zutaten: 1/8 Liter Magermilch, 1 Ei, Mehl nach Bedarf, 1 Teelöffel Backpulver.

Zur Füllung: 1 Tasse dickes Pflaumenmus, 1 Eßlöffel Korinthen, 1 Eßlöffel gehackte Nüsse, 1 Eßlöffel gehacktes Zitronat.

Salzwasser zum Abkochen.

Von der Milch, dem Ei, dem Backpulver, sowie dem Mehl nach Bedarf bereitet man einen festen Teig, den man sehr dünn ausrollt. Man teilt ihn in handgroße Stücke und legt auf jedes einen Löffel voll von der Füllung, die man von dem Pflaumenmus, den Nüssen, Korinthen und dem Zitronat herstellte. Dann rollt man die Blättchen auf, wobei man die offenen Seiten ganz fest andrückt, damit das Mus nicht ausquillt. Die fertigen Taschen legt man in kochendes Salzwasser, worin man sie 12—15 Minuten nicht zu kräftig kochen läßt. Nach Belieben reiche man sie entweder mit Zucker und Zimt bestreut, oder übergieße sie mit brauner Butter. Zur Abwechslung kann man auch eine Eiermilch oder eine ebene Eierweintunke dazu reichen.

Bemerkung: Das Kochwasser kann man abends zu Obst oder Mehlsuppe verwenden.

20. Hafergrützbrei mit Äpfeln. 5 Personen.

Zutaten: 150 Gramm Haferflocken, 1 1/2 Pfund säuerliche Äpfel, Zucker und Salz nach Geschmack, 3 Eßlöffel Sultaninen, Schale einer halben Zitrone, 1 Stück Zimt.

Man setzt die Haferflocken mit dem Zimt, Zitronenschale und Salz mit ungefähr 1 Liter Wasser auf und läßt es zu einem dicken Brei ausquellen. Unterdessen schält man die Äpfel, schneidet sie in Scheiben und kocht sie mit Wasser, sowie den gereinigten Sultaninen weich. Den gargewordenen Haferflockenbrei vermengt man mit den Äpfeln und schmeckt wegen Zucker und Salz ab.

Verfeinern kann man den Brei noch, wenn man gehackte Hasel- oder Walnüsse dazwischenmengt.

21. Gebratene Grießspätzle. 5 Personen.

Zutaten: 275 Gramm grober Grieß, 1 Liter Milch (von Trockenmilch), 2 Eßlöffel Zucker, die geriebene Schale von einer halben

Zitrone, eine Prise Salz, 1/2 Teelöffel Backpulver, 1 Ei oder Eiersatz.

Die Milch läßt man mit dem Zucker, Salz und Zitrone zum Kochen kommen. Den Grieß schüttet man unter stetem Rühren in die kochende Milch. Sobald sich die Masse zu einem Kloß geballt hat, schüttet man sie zum Erkalten in eine Schüssel und verknetet dann das Ei sowie das Backpulver. Hiervon sticht man mit einem Eßlöffel kleine Spätzle ab, brät sie in heißem Fett von beiden Seiten goldgelb und bestreut sie mit Zucker und Zimt. Man kann auch Himbeerbeiguß zu den warmen Spätzle reichen.

Bemerkung: Sehr verfeinern kann man die Spätzle durch Hinzutun eines Stückchen Butter, gehackter Mandeln oder Vanille.

22. Nockenspeise. 5 Personen.

Zutaten: 1/2 Pfund Weizenmehl, 1 Ei, 1 Teelöffel Salz, Wasser nach Bedarf, geschmortes Obst.

Von dem Mehl, dem Ei und Salz macht man mit etwas Wasser einen festen Teig, den man nach tüchtigem Durchkneten 1 Stunde ruhen läßt. Von diesem Teig sticht man mit einem Löffel längliche Klöße ab, die man in kochendem Salzwasser garkochen läßt. Unterdessen hat man beliebiges Obst, wie Äpfel, Pflaumen, Kirschen, Backobst oder auch Marmelade geschmort und mit Stärke bündig gemacht. Die fertigen Nocken gibt man in das geschmorte Obst und trägt sie warm auf.

23. Gebackene Apfelbrocken. 3 Personen.

Zutaten: 1 Ei, 1/4 Liter Magermilch, 3 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Teelöffel Salz, ein altes Weißbrot, 1 Eßlöffel Zucker, Schale einer halben Zitrone, 1/2 Pfund Äpfel, Fett zum Backen, Zucker und Zimt zum Bestreuen.

Das Weißbrötchen wird in Wasser aufgeweicht, fest ausgedrückt und mit dem Ei, Milch, Zucker, Mehl, Salz und Zitronenschale zu einer Masse verrührt, unter die man die sehr fein geschnittenen Äpfel mengt. In einer Pfanne erhitzt man etwas Fett und gießt von der Masse hinein. Nachdem sie angebacken ist, reißt man sie in mehrere Stücke und wendet sie, damit die einzelnen Brocken von beiden Seiten gelblichbraun werden. Man legt sie auf

eine Schale und bestreut sie mit einem Gemisch von Zucker und Zimt.

24. Buttermilchplinze mit Pilzfüllung. 5 Personen.

Zutaten: $^1/_2$ Liter Buttermilch, 200 Gramm Weizenmehl, 1—2 Eier, 1 Teelöffel Backpulver, 1 Prise Salz, Fett zum Backen.

Zur Füllung: $1^1/_2$ Pfund Pilze, 1 Stückchen Butter, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack, Petersilie.

Hierzu verwendet man entweder frische, getrocknete oder eingemachte Pfifferlinge oder Steinpilze, die man wie gewöhnlich vorbereitet, gröblich hackt und mit der Butter, Zwiebel, Pfeffer und Salz garschmort. Hierzu gibt man die gehackte Petersilie. Unterdessen bereitet man den Plinzenteig wie gewöhnliche Eierkuchenmasse, zu der man die übrigen Zutaten verwendet. Man bäckt mehrere Eierkuchen und rollt in jeden etwas von der Pilzfüllung.

IV. Klöße.

1. Semmelklöße. 3—4 Personen.

Zutaten: 5 Weißbrötchen, 1 Teelöffel Salz, 1—2 Eier, eine Prise Muskatnuß, 1 Eßlöffel Fett.

Vier alte Weißbrötchen weicht man in Wasser ein. Nach vollständigem Aufziehen drückt man sie fest aus und vermengt sie mit dem Salz, dem Ei und geriebener Muskatnuß. In einem Tiegel läßt man ein Stück Butter heiß werden, gibt die Teigmasse, die man mit dem Geriebenen des einen Weißbrötchens zusammen geformt hat, hinein und röstet die Masse ab. Mit einem Löffel sticht man längliche Klöße ab, die man in Salzwasser garkocht. Diese Klößchen reicht man als Beigabe zum Fleisch anstatt Kartoffeln.

2. Süße Semmelklöße.

Man richte sich nach vorhergehender Vorschrift, nur daß man noch die geriebene Schale einer halben Zitrone, 2 Eßlöffel Zucker und 1 Eßlöffel Korinthen hinzufügt. Diese Klöße eignen sich als Beigabe zu geschmortem Obst oder als Einlage für süße Suppen.

3. Quarkklößchen. 5 Personen.

Zutaten: $^1/_2$ Pfund Quark, 1—2 Eiweiß, 2 Eßlöffel Zucker, Schale einer halben Zitrone, $^1/_4$ Teelöffel Zimt.

Die Eiweiße werden zu Schnee geschlagen und mit dem durchgestrichenen Quark sowie den Gewürzen vermischt.

Nun setzt man das Gefäß in einen Topf mit kochendem Wasser und läßt die Masse fest werden. Mit einem Eßlöffel sticht man Klöße ab, die man in Obst- oder Milchsuppe legt.

4. Lungenklöße. 4—5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Lunge, $1^1/_2$ Pfund Kartoffeln, 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Salz, 2—3 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Eßlöffel Speckwürfel, eine Prise Majoran, 1—2 Eier.

Die Kartoffeln werden tags zuvor in der Schale gekocht und gepellt. Nachdem die Lunge gewässert hat, kocht man sie in Salzwasser gar, zerschneidet sie in Stücke und treibt sie durch die Fleischhackmaschine. Die Kartoffeln reibt man durch die Reibemühle. Lungengehäck, geriebene Kartoffeln, geriebene Zwiebel, Salz, Eier, geröstete Speckwürfel, pulverisierten Majoran und Weizenmehl mengt man gut durch und formt mit bemehlten Händen Klöße, die man in Salzwasser garkocht. Man reiche hierzu ein beliebiges Gemüse.

5. Kartoffelklöße. 5 Personen.

Zutaten: 3 Pfund gekochte Kartoffeln, 3 Eßlöffel feiner Zucker, 1 Ei, 2 Teelöffel Salz, Schale einer Zitrone, 1—2 Eßlöffel heißes Fett, eine Prise Muskatnuß, 4—6 Eßlöffel Weizenmehl.

Die Kartoffeln werden am Tage zuvor in der Schale gekocht und sofort abgezogen. Am folgenden Tage reibt man sie und vermengt sie mit den übrigen Zutaten. Anstatt des Weizenmehls kann man auch ebensogut geriebene Semmel, Grieß oder Hafer- sowie Maismehl nehmen. Von dem Mehl knete man so viel unter den Teig, bis er nicht mehr klebt. Von dieser Masse forme man mit bemehlten Händen glatte Klöße, werfe sie in kochendes Salzwasser und lasse sie gar werden.

Das Kochwasser verwende man zu sehr schmackhaften Mehlsuppen.

6. Kartoffelklöße mit Hering. 4—5 Personen.

Zutaten: 2—3 Salzheringe, $1^1/_2$ Pfund gekochte Kartoffeln, 2 alte Weißbrötchen, 1 Ei, 1 Zwiebel, 4 Eßlöffel geriebene Semmel, etwas Fett.

Die am Tage zuvor in der Schale gekochten Kartoffeln werden abgezogen und gerieben. Die Heringe, die man eine Nacht gewässert hat, zieht man von den Gräten ab und wiegt das Fleisch sehr fein. Die vorher eingeweichten Brötchen drückt man fest

aus und vermengt sie mit den geriebenen Kartoffeln, dem gewiegten Hering, dem Ei, der geriebenen Zwiebel und dem Brötchenmehl. Von dieser Masse formt man längliche Klöße, die man von allen Seiten in Fett gelblich bäckt. Diese Klöße eignen sich vorzüglich als Beigabe zum Spinat.

7. Großer Michel. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Weizenmehl, 1/2 Liter Milch, Schale einer Zitrone, 50 Gramm süße Mandeln, 1/2 Eßlöffel Salz, 2—3 Eßlöffel Zucker, 1 Eßlöffel Fett, 1—2 Eier, 2 Eßlöffel Sultaninen, 1 Päckchen Backpulver.

Von sämtlichen Zutaten macht man einen nicht allzu festen Teig. Wenn notwendig, nehme man noch etwas Wasser dazu. Das Fett muß vor dem Einkneten geschmolzen werden. Das Backpulver verknetet man mit dem letzten Mehl. Jetzt drückt man ein sauberes Mundtuch in heißem Wasser aus, bestreut dessen Mitte mit Mehl und legt den Teigkloß hinein. Da der Kloß sehr aufquillt, binde man das Tuch recht lose zusammen. Nun lege man einen Porzellanteller auf den Topfboden und fülle den Topf zur Hälfte mit Wasser. Wenn dieses kocht, gebe man den Kloß hinein und lasse ihn 2 Stunden kochen. Etwa verdampftes Wasser muß stets durch kochendes ersetzt werden. Nach Belieben gibt man Fruchtbeiguß oder geschmortes Obst dazu.

8. Schwarzer Peter. 4—5 Personen.

Zutaten: Ein Teil Klöße von gekochten Kartoffeln (Masse von 2 Pfund Kartoffeln), 1 Pfund Pflaumenmus.

Man bereite eine Anzahl Klöße von gekochten Kartoffeln, wie in Nr. 5 angegeben, diese übergieße man mit dem Pflaumenmus, das man mit etwas Stärkewasser verdünnt hat. Das Gericht wird nicht zu heiß aufgetragen.

9. Bücklingsklöße. 4—5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund gekochte Kartoffeln, 3—4 Bücklinge, 1 Ei, 2 Eßlöffel geriebenen Zwieback, eine Prise Pfeffer und Salz, eine kleine Zwiebel.

Die Bücklinge werden von Haut und Gräten befreit und fein gehackt. Die Kartoffeln werden gerieben. Beides vermengt man

mit dem Zwieback, Pfeffer, Salz und geriebener Zwiebel. Hiervon formt man flache Klöße, die man von beiden Seiten goldbraun bäckt. Diese Klöße eignen sich gut als Abendgericht.

10. Buchweizenklöße. 4—5 Personen.

Zutaten: 100 Gramm Buchweizengrütze, $^1/_2$ Liter Milch, 1 Ei, 1 Eßlöffel Butter, eine Prise Salz, 1 Eßlöffel Zucker, etwas geriebenes Weißbrot, Muskat oder Zitronenschale.

Die Buchweizengrütze wird mit der Milch und den Gewürzen zu einem dicken Brei ausgequellt. Die Butter wird zu Sahne gerührt und das Eigelb und der Zucker damit schäumig gerührt. Hierzu gibt man den Grützbrei, etwas geriebenes Weißbrot, sowie den Schnee des Eiweißes. Mit einem Löffel sticht man Klößchen ab, die man in Salzwasser gar kocht. Man übergießt die Klöße mit brauner Butter und reicht geschmortes Obst dazu.

11. Gehirnklöße. 4—5 Personen.

Zutaten: $1^1/_2$ Pfund Kartoffeln, $^1/_2$ Pfund Kalbs- oder Schweinehirn, 1 Ei, $^1/_2$ Eßlöffel Salz, 1 Zwiebel, eine Prise Pfeffer, 1 Eßlöffel Fett, gehackte Petersilie, Weizenmehl oder geriebener Zwieback nach Bedarf.

Die Kartoffeln werden tags zuvor in der Schale gekocht und kurz vor dem Gebrauch gerieben. Das ausgewässerte Hirn wird gehäutet, in kochendem Wasser einen Augenblick abgewellt und nach dem Auskühlen fein gewiegt. Sämtliche Zutaten vermengt man mit so viel Weizenmehl oder geriebenem Weißbrot, daß man eine Masse erhält, die man zu Klößen formen kann. Man kocht die Klöße in Salzwasser gar und reicht sie zu Gemüsen.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

V. Einfache Fleischgerichte.

Da die Kochanweisungen zum Fleisch den meisten Hausfrauen geläufig sein dürften, ist nur eine beschränkte Anzahl beschrieben, im übrigen wird bei den Eintopfgerichten schon genügend Fleisch verwendet.

1. Geschmortes Schweinefleisch. 5 Personen.

Zutaten: $1^1/_2$—2 Pfund Schweinefleisch, 1 Zwiebel, 5 Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt, Salz, 1 Salzgurke, 1 Eßlöffel Fischpfefferkuchen, Weizenmehl.

In einem Schmortopf läßt man etwas Wasser heiß werden, legt das Stück Schweinefleisch hinein und gibt das nötige Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Zwiebelscheiben, sowie die Gurkenscheiben hinzu. Nachdem es langsam gargeschmort hat, gibt man den geriebenen Fischpfefferkuchen hinzu und macht die Tunke zuletzt mit dem Weizenmehl bündig.

Man reicht Kartoffelbrei dazu.

2. Bunter Fleischpudding. 5 Personen.

Zutaten: $^1/_2$ Pfund gewiegtes Fleisch, 1 kleiner Kopf Weiß- oder Wirsingkohl, 1 Salzgurke, 2 Tomaten, 2 Pfund Kartoffeln, 1 Ei, 1 Zwiebel, 3 Eßlöffel geriebene Semmel, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Das gewiegte Fleisch, am besten Schweinefleisch, mischt man mit dem Ei, der geriebenen Zwiebel, geriebener Semmel, sowie Pfeffer und Salz nach Geschmack. Der Kohl wird vorher in Wasser abgewellt. Die rohen Kartoffeln werden in dünne Scheiben geschnitten. Nun schichtet man abwechselnd eine Lage Kartoffelscheiben und Fleischmasse in eine Puddingform, zwischen jede Lage legt man einige Kohlblätter, Gurken- und Tomatenscheiben,

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

sowie etwas Salz. Man schließt die Form und läßt den Pudding $1^1/_2$ Stunden im Wasserbade kochen. Ganz nach Belieben reicht man eine Kümmel-, Kapern-, Pilz- oder einfache braune Mehltunke zu dem Pudding.

3. Rindfleisch in Buttermilchtunke.

Je nachdem das Stück Fleisch groß ist, legt man es in eine Bratpfanne oder in einen Schmortopf. Man gießt nach Bedarf Buttermilch darüber, salzt es, gibt als Gewürz einige Wacholderbeeren und Zwiebelscheiben hinzu und läßt das Fleisch langsam schmoren. Anstatt Wasser gieße man immer Buttermilch nach. Damit die Tunke recht bräunlich wird, gebe man 1 oder 2 Brühwürfel hinzu. Nachdem das Fleisch gar geworden ist, mache man die Tunke mit Mehl bündig.

4. Rindfleischwürfel mit Tomaten. 4—5 Personen.

Zutaten: 250 Gramm fettdurchwachsenes Rindfleisch, 250 Gramm Tomaten, 1 Zwiebel, etwas Paprika, 1 Eßlöffel Speckwürfel, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Salz nach Geschmack.

Die Speckwürfel röstet man, gibt das in kleine Würfel geschnittene Rindfleisch hinein und läßt es einen Augenblick rösten bevor man die abgezogenen kleingeschnittenen Tomaten, Zwiebel, Paprika und Salz nach Geschmack hinzugibt. Nachdem dieses wohl 1 Stunde langsam geschmort hat, macht man die Tunke in dem mit Wasser oder Buttermilch aufgerührten Mehl bündig. Nach Belieben kann man noch frische oder Büchsenspargel dazutun.

5. Lungengehack. 4—5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Lunge, Suppenkräuter, 1 Eßlöffel Fett, $1^1/_2$ Eßlöffel Weizenmehl, Pfeffer und Salz nach Geschmack, Zitronensaft, 1 Zwiebel.

Die Lunge wird gewässert und mit den Suppenkräutern in Salzwasser gar gekocht. Man läßt sie erkalten und wiegt sie fein. Inzwischen läßt man das Mehl, Zwiebelwürfel und Fett zusammen schwitzen und rührt mit der erkalteten Kochbrühe eine

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

dickseimige Tunke, in die man die gehackte Lunge gibt. Man schmeckt wegen Salz, Pfeffer und Zitronensaft ab.

Hierzu gibt man Pellkartoffeln.

6. Leberpudding. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Leber, 5 Weißbrötchen, 1 Ei oder Eiersatz, 3 Sardellen, 1 Zwiebel, 3 Eßlöffel Semmelmehl, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die Brötchen werden einige Stunden in Wasser aufgeweicht und die Sardellen sowie die Leber gewässert. Die Leber befreit man von Häuten und Sehnen, die Sardellen von den Gräten. Beides treibt man durch die Fleischhackmaschine, ebenso die Zwiebel und die fest ausgedrückten Brötchen. Diese Masse vermengt man mit dem Semmelmehl, dem Ei, Pfeffer und Salz nach Geschmack, drückt sie fest in eine gefettete Puddingform und kocht den Pudding 2 Stunden im Wasserbade.

7. Kuheutersalat.

Das Kuheuter wird eine Nacht gewässert, von den Häuten befreit und in Salzwasser mit Wurzelwerk 4—5 Stunden weich gekocht. Man schneidet das abgekochte Kuheuter in feine Scheiben und gießt eine abgekochte Beize von halb Essig, halb Wasser, Pfefferkörnern, Senfkörnern, Lorbeerblatt und Zwiebel kalt darüber.

8. Kuheuterschnitzel. 6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Kuheuter, 1 Mohrrübe, 1 Stück Sellerie, Zwiebel, Lorbeerblatt, Pfeffer und Salz, 1 Ei, geriebener Zwieback, Fett zum Braten.

Das Kuheuter wird mehrere Stunden gewässert. Die Häute werden entfernt und das Fleisch in kochendes Salzwasser gelegt. Nachdem es 2—3 Minuten gekocht hat, setzt man das Kuheuter mit frischem Salzwasser auf und kocht es mit den Gewürzkräutern 4—5 Stunden weich. Nun läßt man das Fleisch abtropfen und schneidet es in Scheiben. Diese bestreut man mit

sehr wenig Salz und feinem Pfeffer, wendet sie erst in geschlagenem Ei, dann in geriebenem Zwieback um und brät die Scheiben von beiden Seiten in Butter oder Fett zu schöner Farbe. Man gibt die Kuheuterschnitzel zu Gemüsen.

9. Kuheuter in holländischer Tunke.

Man kocht das Kuheuter nach vorstehender Vorschrift ab und schneidet es dann in kleine Stücke, die man in eine holländische Tunke legt. Diese Tunke rührt man mit dem zweiten Kochwasser auf.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

VI. Fischgerichte.

1. Heringssülze. 5—6 Personen.

Zutaten: 3 Pfund grüne Heringe, 1/4 Liter leichten Essig, 1/4 Liter Wasser, 1 Eßlöffel Salz, 2 Zwiebeln, 5 Pfefferkörner, 7 Blatt weiße Gelatine.

Die grünen Heringe werden sauber gemacht, in zwei Stücke geschnitten und 2 Stunden eingesalzen. Essig, Wasser, Zwiebelscheiben und Wasser kocht man auf und löst die Gelatine hierin auf. Die Heringe legt man in die kochende Brühe; sobald der Essig wieder ins Kochen gekommen ist, nimmt man den Topf zurück und läßt sie an warmer Herdstelle noch 5 Minuten ziehen, dann läßt man sie erstarren.

Anstatt grüner Heringe kann man auch ebensogut gewässerte Salzheringe verwenden.

2. Kieler Fischgericht. 5—6 Personen.

Zutaten: 2—3 Pfund Schellfisch, 2 Zwiebeln, 6 Pfefferkörner, eine Handvoll Salz, 1 Eßlöffel Butter, 1 Pfund Spargel, 1 Pfund frische Erbsen, 1 Petersilienwurzel, 2 Eßlöffel Weizenmehl, gehackte Petersilie.

Den vorbereiteten Schellfisch kocht man in dem Salzwasser mit der Petersilienwurzel, den Zwiebelscheiben, Pfefferkörnern gar. In der durchgeseihten Fischbrühe kocht man die in Stücke geschnittenen Spargel sowie die Erbsen gar. Verwendet man Büchsengemüse, so gieße man nicht die ganze Brühe hinzu, damit das Gericht nicht zu dünn wird. Man legt ein Stück Butter dazu und macht das Gemüse mit dem Mehl bündig. Den Fisch teilt man in Stücke und gibt diesen sowie die gehackte Petersilie zu dem Gemüse.

3. Schellfischgallert. 5—6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Schellfisch, 1 Eßlöffel Salz, 2 Zwiebeln, 3/4 Liter Wasser, ein Guß Essig, 6 Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt, 1 Sellerieknolle, 12 Blatt weiße Gelatine.

Der Schellfisch wird sauber gemacht und in Stücke geteilt. Das Wasser bringt man mit einem Guß Essig sowie den Gewürzen, Sellerie- und Zwiebelscheiben ins Kochen. Hierin läßt man die Fischstücke langsam ziehen, so daß sie nicht zerfallen. Sobald der Fisch gar geworden ist, nimmt man ihn mit dem Schaumlöffel heraus und legt ihn in eine Schale. Die Fischbrühe seiht man durch und läßt sie mit der Gelatine nochmals kurz aufkochen. Nachdem man sie einen Augenblick auskühlen ließ, gießt man sie auf die Fischstücke und läßt die Sülze erstarren.

4. Fischgulasch. 5—6 Personen.

Zutaten: 2 Pfund fleischiger Fisch, 1 Eßlöffel Butter, 2 Tomaten, 2 Zwiebeln, 6 Pfefferkörner, 1 Eßlöffel Salz, 3 Brühwürfel, 1/2 Eßlöffel Kapern, 1 Eßlöffel Weizenmehl.

Der Fisch wird in kleine Stücke geschnitten und in der Butter angebraten. Hierzu gibt man die in Scheiben geschnittenen Zwiebeln, Pfefferkörner, Salz, die durchgerührten Tomaten sowie 1/4 Liter Würfelbrühe. Nachdem der Fisch auf ganz gelindem Feuer gar geworden ist, nimmt man die Fischstücke mit dem Schaumlöffel heraus und macht die Tunke mit dem Mehl bündig. Wünscht man viel Tunke, so gießt man etwas mehr Brühe hinzu. Da man, der Würfelbrühe wegen, sehr vorsichtig mit dem Salzen sein muß, schmeckt man die Tunke ab. Man gibt die Kapern und den Fisch in die Tunke.

Anstatt Tomaten kann man, in Ermangelung solcher, auch Zitronensaft verwenden. Die Butter kann man aus Sparsamkeitsrücksichten ebenfalls fehlen lassen.

5. Fischbällchen. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Fischreste, 3 Brötchen, 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Butter, 1 Ei, Zitronensaft, 2 Anchovis, Muskatnuß, Pfeffer und Salz, geriebene Semmel, Fett zum Braten.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

Die Brötchen werden eingeweicht. Der übriggebliebene Fisch wird entgrätet und in kleine Stücke zerpflückt. Die eingeweichten Brötchen werden fest ausgedrückt und mit dem Fischfleisch zusammen durch die Fleischhackmaschine gedreht. Butter und Zwiebel läßt man in einem Topf schwitzen und gibt Fisch und Brötchen hinzu. Nachdem diese Masse kurze Zeit geröstet hat, gibt man den Saft einer halben Zitrone, die gehackten Anchovis, Muskatnuß, 1 Ei, Pfeffer und Salz hinzu und mengt alles tüchtig durcheinander. Man formt kleine Bällchen, die man mit geriebener Semmel bestreut und in Fett von beiden Seiten bäckt. Zu dem in der Pfanne zurückgebliebenen Bratfett legt man noch ein Stück Butter oder Fett, läßt hierin 1 Eßlöffel Weizenmehl braun werden und zieht diese Tunke mit etwas Fischkochwasser vom Tage zuvor auf. Man reicht Pellkartoffeln zu den Fischbällchen.

6. Sardellenbrot. 4—5 Personen.

Zutaten: 6—8 Sardellen, 500 Gramm Weißbrötchen, 1 Zwiebel, 3 Eßlöffel Grieß, 1 Ei oder Eiersatz, $^1/_2$ Teelöffel Backpulver, etwas Fett, 2 Brühwürfel, 1 Eßlöffel Senf, 1 Eßlöffel Weizenmehl.

Die Brötchen werden in Wasser aufgeweicht und die Sardellen einige Stunden gewässert. Zunächst zieht man die Sardellen von den Gräten ab und treibt sie durch die Fleischhackmaschine, ebenfalls die festausgedrückten Weißbrötchen und die Zwiebel. Unter diese Masse mengt man den Grieß, das Ei und das Backpulver. Von der gut durchkneteten Masse formt man ein längliches Brot, das man obenauf mit etwas Fett belegt und 1 Stunde im Bratofen backen läßt. Damit es nicht trocken wird, ist ein häufiges Begießen notwendig, und zwar stellt man hierzu eine Würfelbrühe her. Die Tunke wird mit Senf und Weizenmehl gebunden. Sehr gut schmeckt die Tunke, wenn man etwas Tomatenmark hinzufügen kann.

Sardellenbrot eignet sich nicht allein vorzüglich als Abendmahlzeit, sondern auch als vollständiges Mittagessen. In diesem Fall reicht man ein Allerlei von Gemüsen, wie es die Jahreszeit bietet, dazu.

7. Sardellenbratlinge.

Hierzu bereitet man die gleiche Masse wie zu vorstehendem Rezept. Aus dieser formt man kleine Plätzchen, die man von beiden Seiten in Fett bäckt.

8. Sardellenpudding.

Zum Sardellenpudding bereitet man dieselbe Masse wie zum Sardellenbrot. Diese Masse drückt man recht fest in eine ausgefettete Puddingform und läßt den Pudding 2 Stunden im Wasserbade kochen. Man reicht ganz nach Belieben eine Kapern- oder eine Tomatentunke zu dem gestürzten Pudding.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

VII. Süße Sonntagspeisen.

1. Apfelflammeri. 5 Personen.

Zutaten: 1/2 Liter Wasser, 1/4 Liter Milch, 110 Gramm Weizengrieß, 4 Eßlöffel Zucker, Schale einer halben Zitrone, 1 Pfund Äpfel, 1—2 Eßlöffel ausgequellte Sultaninen.

Die in Streifen geschnittenen Äpfel schmort man zunächst weich. Auch kann man anstatt der Äpfelstreifen ebensogut ein Apfelmus bereiten; damit jedoch beides nicht zu dünn ist, macht man es mit etwas Stärkemehl bündig und süßt es nach Geschmack. Dann bringt man die Milch mit dem Salz und der Zitronenschale ins Kochen, rührt unterdessen den Grieß mit dem Wasser glatt und läßt ihn unter stetem Rühren in die kochende Milch laufen; sobald der Grieß gar ist, gibt man den Zucker hinzu. Wenn man es hat, kann man noch ein aufgequirltes Eidotter und den Eiweißschnee hinzutun. Grießbrei, geschmorte Äpfel und die ausgequellten Sultaninen gibt man schichtweise in eine Schale und reicht die Speise nach dem Erkalten.

2. Kriegsschlagsahne. 5 Personen.

Zutaten: 50 Gramm feiner Grieß, 8 Blatt weiße Gelatine, 90 Gramm Zucker, 1 Eßlöffel Aprikosenmarmelade, 1 Eßlöffel Rum, 1 Eßlöffel Rosenwasser, 1 Liter Wasser.

Die Hälfte des Wassers setzt man mit dem Zucker auf und läßt sie kochen, während man die andere Hälfte mit dem Grieß anrührt. Diese gießt man unter kräftigem Rühren in das kochende Wasser und läßt das Ganze so lange kochen, bis der Grieß gar ist. Jetzt gibt man Marmelade, Rum, Rosenwasser und die aufgelöste Gelatine nach und nach hinzu und schlägt die Masse ununterbrochen in einer nicht zu kleinen Porzellanschüssel ungefähr 40 Minuten, bis sie steif geworden ist. Ganz nach Belieben

kann man anstatt der Marmelade, Rum und Rosenwasser auch Zitronensaft verwenden.

Kriegsschlagsahne eignet sich vorzüglich als Guß auf Obstkuchen, man kann sogar die Torte in hübschen Mustern verzieren. Zu diesem Zweck füllt man die Masse, bevor sie erstarrt, in unten offene Papiertüten.

3. Einfache Weißbrotspeise. 5—6 Personen.

Zutaten: 10 alte Weißbrötchen, 1 Eßlöffel Sultaninen, 2 Eßlöffel gehackte Nüsse, 1 Pfund Äpfel, 5 Eßlöffel Zucker, 2 Glas Apfelwein, Schale einer Zitrone, 1 Stück Zimt.

Die Äpfel werden geschält und in feine Scheiben geschnitten, die man mit dem Apfelwein, Zucker, Zitronenschale, Zimt und dem nötigen Wasser halb gar macht. Die Weißbrötchen, an deren Stelle man auch Zwiebacke nehmen kann, werden in Scheiben geschnitten. Nun schichtet man lagenweise Brotscheiben und geschmorte Äpfel in eine Auflaufform. Die entstehenden Lücken füllt man mit den Sultaninen und den Nüssen aus. Den Saft der Äpfelscheiben gieße man darüber und achte darauf, daß die Brötchenscheiben genügend durchweichen können, sonst gieße man etwas gesüßten Apfelwein hinzu. Nachdem die Speise gut durchzogen ist, setze man sie 20 Minuten in den nicht zu heißen Bratofen. Man trägt die Speise heiß auf.

4. Keks- oder Zwiebackspeise. 4—5 Personen.

Zutaten: 1/2 Pfund Keks oder Zwiebacke, 1—2 Pfund geschmortes oder eingemachtes Obst, Zucker nach Geschmack, 2 Päckchen Vanillepuddingpulver, die nötige Milch (auch Trockenmilch), Salz.

Eine große oder mehrere kleine Schalen legt man nach Belieben mit Keks oder Zwiebacken aus. Das beliebige Obst, ganz wie man es hat, schmort man mit Zucker und gießt es heiß auf die Zwiebacke. Nachdem diese mit dem Obstsaft durchtränkt sind, bereitet man von dem käuflichen Vanillepulver in Päckchen und der nötigen Milch mit Salz und Zucker eine Creme, die man heiß über das Obst verteilt. Die erkaltete Speise gibt, mit einer Suppe als Vorspeise, eine ausreichende Hauptmahlzeit.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

5. Kalte Zwiebackspeise. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Äpfel, 1/2 Pfund Zwiebacke, Schale und Saft einer Zitrone, 1 Liter Wasser, 3 Eßlöffel Zucker, 5 Blatt weiße Gelatine.

Die Äpfel werden in Stücke geschnitten, in dem Wasser mit der Zitronenschale weich gekocht und durch ein Sieb getrieben. Man gibt den Zucker, Zitronensaft, die geriebenen Zwiebacke sowie die aufgelöste Gelatine hinzu. Diese Masse gießt man in eine nicht zu kleine Schale und schlägt sie mit der Schaumrute 1/2 Stunde ununterbrochen, wonach sie um das Doppelte steigt. Man kann nach Belieben noch ein kleines Gläschen Rum oder Arrak hinzutun, was den Geschmack sehr verbessert. Nachdem die Speise steif geworden ist, reicht man sie mit einem Vanillebeiguß.

6. Semmelpudding mit Quark. 5 Personen.

Zutaten: 200 Gramm alte Weißbrötchen, 250 Gramm Quark, 125 Gramm Zucker, 1 Ei oder Eiersatz, Schale einer Zitrone, Milch nach Bedarf, 1 Eßlöffel Fett.

Die Brötchen werden in der Milch aufgeweicht, wozu man auch saure Milch verwenden kann. Die Eidotter werden mit dem Zucker schäumig gerührt, hierzu gibt man Zitronenschale, die gut aufgezogenen Brötchen und den für sich erst glatt gerührten Quark. Nachdem die Masse ganz glatt gerührt ist, zieht man den Schnee der Eiweiße darunter, füllt die Masse in eine ausgefettete Puddingform und läßt sie 75 Minuten im Wasserbade kochen. Man reicht einen Fruchtbeiguß zu dem gestürzten warmen Pudding.

Bemerkung: Will man den Pudding noch verfeinern, so kann man noch einige Lagen Obst dazwischen tun.

7. Semmelauflauf. 5 Personen.

Zutaten: 1 Liter Magermilch, 75 Gramm Weizengrieß, 5 alte Brötchen, 5 Eßlöffel Zucker, 1 Teelöffel Salz, 1 Pfund Äpfel, Schale einer Zitrone, 1 Eßlöffel Korinthen.

Die Äpfel werden geschält, in feine Stücke geschnitten und mit 3 Eßlöffel Zucker überstreut 3 Stunden stehen gelassen. Während dieser Zeit schneidet man die Brötchen in Würfel und

legt sie in eine Schale. Die Milch bringt man mit dem übrigen Zucker, Salz und der Zitronenschale ins Kochen und läßt den in wenig Wasser aufgerührten Grieß hineinlaufen. Man läßt das Ganze kurz aufkochen und gießt es dann über die Brötchenwürfel. Nachdem diese gut durchgeweicht sind, schichtet man den Semmelbrei und die Äpfelscheiben mit den gewaschenen Korinthen lagenweise in eine gefettete Auflaufform, so daß die Decke eine Semmelschicht bildet. So läßt man den Auflauf eine gute Stunde im Bratofen backen.

Bemerkung: Anstatt Weizengrieß kann man auch ebensogut Maisgrieß nehmen.

8. Kürbisspeise. 5 Personen.

Zutaten: 500 Gramm Kürbisfleisch, 500 Gramm Äpfel, 2 Liter Wasser, Schale einer Zitrone, 1 Stück Zimt, Zucker nach Geschmack, 110 Gramm Weizengrieß, 10 Blatt rote und weiße Gelatine.

Das Kürbisfleisch und die Äpfel werden in Stücke geschnitten und in dem Wasser mit dem Zimt und der Zitronenschale zu Mus gekocht. Dieses gießt man durch ein Sieb, läßt den Saft abtropfen und treibt das übrige durch. In dem erkalteten Fruchtwasser rührt man den Grieß auf. Den Obstbrei bringt man ins Kochen und rührt den aufgerührten Grieß hinein. Nachdem dieser gar geworden ist, nimmt man die Masse vom Feuer, schmeckt wegen Zucker ab und gibt die aufgelöste Gelatine hinzu. Man gießt die Masse in eine nicht zu kleine Porzellanschüssel und schlägt sie mit der Schneerute schäumig. Zu der erstarrten Speise reiche man einen Vanillebeiguß.

9. Apfelscheibenauflauf. 5 Personen.

Zutaten: 2 Pfund Äpfel, 1 Glas Apfelwein, 1 Eßlöffel Korinthen, 6 Eßlöffel Zucker, 1 Stück Zimt und Zitronenschale, 1/2 Pfund Keks.

Zur Auflage: 2 Eiweiße, 3 Eßlöffel Zucker.

Die Äpfel werden geschält und in Scheiben geschnitten. Den Zucker zerläßt man in dem Apfelwein, gibt die Apfelscheiben mit den Korinthen und Gewürzen hinzu und läßt sie weich dünsten. Unterdessen legt man eine gefettete Auflaufform mit

den Keks aus und gießt die Apfelscheiben darüber. Die Eiweiße schlägt man zu festem Schaum, mischt sie mit dem feinen Zucker und streicht die Masse gleichmäßig auf die Apfelscheiben.

Man schiebt den Auflauf in die heiße Bratröhre und läßt den Schaum lichtbraun abflammen. Wünscht man die Speise kalt zu reichen, so kann man sie noch mit Apfelgallertstückchen verzieren.

10. Apfelscheiben in Gallert. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Äpfel, $^3/_4$ Liter Wasser, 3 Eßlöffel Zucker, 12 Blatt rote Gelatine, 1 Stück Zitronenschale und Zimt.

Die Äpfel werden geschält und in Scheiben geschnitten. Das Wasser, Zucker, Zimt und Zitronenschale bringt man ins Kochen und gibt die Apfelscheiben hinein, worauf man sie weich kochen läßt, sie dürfen jedoch nicht zerfallen. Die Scheiben legt man dann mit einem Schaumlöffel in eine Glasschale, während man die rote Gelatine mit dem Apfelsaft kurz aufkochen läßt. Diesen Saft gießt man auf die Apfelscheiben und läßt die Speise erstarren. Hierzu reicht man Vanillemilch.

11. Sonntagsspeise. 5 Personen.

Zutaten: $1^1/_2$ Pfund Äpfel, $^1/_8$ Liter Weißwein, 1 Zitrone, 6 Eßlöffel Zucker, 1—2 Eier, $^3/_4$ Liter Wasser, 60 Gramm Maispuder.

Die Äpfel werden geschält und in feine Streifen geschnitten. Man läßt sie mit dem Wasser, Zucker, Wein, Zitronensaft und -schale garkochen, wobei sie nicht zerfallen dürfen. Dann schüttet man sie auf ein Sieb zum Abtropfen. Zu dem erkalteten Saft gibt man die Eidotter und den Maispuder, rührt das Ganze gut auf und schlägt es auf dem Feuer, bis es kurz vor dem Kochen ist. Dann zieht man den Schnee der Eiweiße durch und gibt die Apfelstücke hinzu. Nach Belieben kann man noch gewiegte Nüsse oder gestoßene Suppenmakronen hinzutun. Man kann einen Vanillebeiguß hierzu reichen, der auch ebensogut fortbleiben kann.

12. Nudelsülze. 5 Personen.

Zutaten: 150 Gramm Nudeln, 1 Pfund Äpfel, $^1/_4$ Liter Obstsaft, $^1/_4$ Liter Wasser, 8 Blatt rote Gelatine, Zucker nach Geschmack.

Die Nudeln werden in Wasser gargekocht und abgegossen. Unterdessen kocht man die in Stücke geschnittenen Äpfel mit 1/4 Liter Wasser weich, gießt den Fruchtsaft hinzu, schmeckt wegen Zucker ab und gibt die in sehr wenig Wasser aufgelöste Gelatine daran. Diese Flüssigkeit mischt man mit den Nudeln und läßt sie erstarren. Man reicht einen Vanilleguß von einem Pulver zu der Speise. Nudelsülze eignet sich als sättigende Vor- und Nachspeise sowie zur Abendmahlzeit vorzüglich.

Bemerkung: Das Nudelkochwasser kann man zu dem Vanilleguß verwenden.

13. Apfelsinensalat.

Wer einen Kranken pflegt, weiß, wie sehr man ihn erfreut, wenn man ihm eine Erfrischung reicht, die mundgerecht hergestellt ist. Ein Apfel oder eine Apfelsine ist eine sehr willkommene Frucht für den Kranken; beides zusammen vereint ist ein besonders erquickender Bissen. Diesen erfrischenden Apfelsinensalat bereitet man auf folgende Weise: Die Apfelsinen werden geschält und das Weiße sorgfältig abgezogen. Danach werden sie auf einem Porzellanteller in kleine Schnitzel geschnitten. Auf gleiche Weise bereitet man die Äpfel vor. Bei beiden Früchten ist darauf zu achten, daß die Kerne nicht dazwischenkommen, da der Salat hierdurch bitter wird, wenn er längere Zeit steht. Die Fruchtschnitzel überstreut man mit Zucker und mengt sie gut durcheinander. Nach Belieben kann man auch etwas Apfelwein darunter gießen, da namentlich der Saft, der sich absetzt, besonders wohlschmeckend ist. Damit der Kranke, wenn es ihm beliebt, davon essen kann, lege man einen Hornlöffel zum Aufgeben in die Schale. Auch zum Essen ist ein solcher vorzuziehen, da man dann nicht zu befürchten braucht, daß der Löffel durch längeres Liegen in der Fruchtsäure Grünspan ansetzt, wie dies bei einem silbernen Löffel der Fall sein könnte.

14. Buttermilchspeise. 5—6 Personen.

Zutaten: 1 Liter Buttermilch, 375 Gramm Zucker, 1 Zitrone, 12 Blatt rote Gelatine, 1 Eßlöffel Rum.

Die Buttermilch schlägt man mit dem Zucker, dem Rum, dem

Saft und der fein geriebenen Schale der Zitrone tüchtig auf. Zuletzt schlägt man die in wenig Wasser aufgelöste Gelatine dazu und läßt die Speise in Glasschalen erstarren. Man reicht einen Vanillebeiguß dazu.

15. Kocht sättigende Rhabarbergerichte!

Ein höchst schätzenswertes Gemüse ist der Rhabarber. Es lassen sich nicht allein billige, sondern auch höchst nahrhafte und wohlschmeckende Speisen daraus bereiten. Wir haben den Rhabarber eigentlich erst während des Krieges richtig schätzen gelernt, vorher wurde er im allgemeinen nur als Kompott verwendet. Da es wohl weniger bekannt ist, daß man auch sättigende Gerichte daraus bereiten kann, dürften einige Ratschläge mancher Hausfrau sicherlich willkommen sein.

Als Suppe läßt sich Rhabarber im Verein mit Sago, Reismehl, Graupen, Grieß, Brotresten, Haferflocken, Hafergrütze, Hafermehl, den verschiedenen Maispräparaten sowie allen anderen Stärkemehlen vorzüglich zubereiten. Man kocht die klein geschnittenen Rhabarberstiele mit reichlich Wasser und Zimt oder Zitronenschale auf und rührt irgend eins der ebengenannten Bindemittel, in Wasser aufgerührt, zu dem kochenden Rhabarber. Nachdem beides gar geworden ist, schmeckt man wegen Zucker ab. Alle diese Suppen munden kalt oder lauwarm vorzüglich und sollten den größeren Kindern anstatt des üblichen Nachmittags- oder Abendgetränks gereicht werden. Hierdurch wird die Milch, sowie auch gleichzeitig eine Brotschnitte gespart.

Wir haben noch eine zweite Bereitungsmöglichkeit des Rhabarbers und zwar in Form eines Puddings. Um auch hier Abwechslung zu schaffen, kann man je nach Belieben ebenfalls eins der obengenannten Bindemittel verwenden; allerdings nimmt man etwas mehr, als wie zu den beschriebenen Suppen, um die genügende Festigkeit zu erlangen. Es ist hier ganz empfehlenswert, solche Rhabarberspeise nicht zu steif zu kochen, breiartig ist sie viel erfrischender. Sie eignet sich vorzüglich als Vor- oder Nachspeise zu einem knapp bemessenen Fleischgericht und auch zur Abendmahlzeit als Nachspeise zu Bratkartoffeln mit Salat. Brot, Auflage und auch das Getränk sind überflüssig. Nach Be-

lieben kann man noch etwas kalte Milch und, wenn man üppig sein will, sogar eine Eiermilch darüber gießen.

Zu solchen Speisen eignet sich ganz vorzüglich das in Päckchen käufliche Vanillespeisepulver. Anstatt der sonst hierzu verwendeten Milch nimmt man Wasser mit Rhabarber. Auch eine Speise, mit halb Grieß und halb roter Gelatine zubereitet, bietet eine gute Abwechslung. Auf je 1 Liter Wasser und 5—8 Stiele Rhabarber dürften 60—70 Gramm Grieß und 5 Blatt rote Gelatine ausreichend sein.

Drittens möchte ich noch auf die Rhabarberkaltschalen hinweisen. Auch diese kann man auf verschiedene Weise bereiten. Vorzüglich mundet eine klare Rhabarbersuppe, die man über dicken Milchreis, Grieß-, Semmel- oder Kartoffelklößen anrichtet.

Zwar verlangen alle Rhabarbergerichte zu ihrer Schmackhaftigkeit eine nicht unbedeutende Menge Zucker. Bekanntlich erspart man ganz erheblich viel Zucker, wenn man eine Wenigkeit doppeltkohlensaures Natron hinzufügt. Um den Zucker ganz zu sparen, kann man auch Süßstoff verwenden.

Anschließend hieran möchte ich die Hausfrauen noch darauf hinweisen, wie man beim Bereiten von Rhabarbersuppen und -speisen einen bedeutenden Rhabarbersaftvorrat ohne weitere Kosten für den Winterbedarf erübrigen kann. Man kocht den in Würfel geschnittenen Rhabarber in einem fettfreien Topf mit wenig Wasser auf und seiht ihn durch. Den auf diese Weise gewonnenen Saft kocht man nochmals auf, schäumt ihn und füllt ihn in Flaschen, die man nach dem Erkalten verkorkt und verlackt. Die Rückstände des Rhabarbers setzt man mit der ausreichenden Menge Wasser auf und verwendet sie ganz nach Belieben zu Suppen, Speisen oder Kaltschalen.

Es gibt wohl kaum eine andere Gemüseart, die man so vielseitig ausnützen kann, als gerade den Rhabarber. Die Blätter liefern das dem Spinat sehr ähnliche Gemüse. Auch die noch nicht vollends entfalteten Blüten geben ein blumenkohlartiges Gemüse.

Alle genannten Rhabarbergerichte sind den Kindern als sättigende Vesper- oder Abendgerichte weit bekömmlicher als belegte Brotschnitten, zumal sie gleichzeitig die Frage der oftmals knapp vorhandenen Milch lösen.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

16. Rhabarberschaum. 5 Personen.

Zutaten: 2 Eiweiß, 9 Blatt rote Gelatine, 1½ Pfund Rhabarber, Zucker nach Geschmack.

Zunächst zieht man die Rhabarberstiele ab, schneidet sie in feine Stücke und kocht mit sehr wenig Wasser einen sehr dicken Brei, den man nach Geschmack reichlich süßt und vollständig erkalten läßt.

Die beiden Eiweiße schlägt man mit der Schneerute zu festem Schaum und schlägt den ausgekühlten Rhabarberbrei nach und nach darunter. Unterdessen hat man die Gelatine in sehr wenig Wasser aufgelöst. Nachdem man den Schaum mit dem Rhabarber wohl ½ Stunde geschlagen hat, gießt man die erkaltete Gelatine tropfenweise hinzu. Je länger die Speise geschlagen wird, desto mehr gibt es und desto lockerer wird sie.

Nach Belieben kann man noch zwei aufgequirlte Eidotter unter den Eierschaum schlagen, und zwar bevor man den Rhabarberbrei hinzutut, jedoch wird es in diesem Falle notwendig, 4 Blatt Gelatine mehr zu rechnen. Man reicht einen Vanillebeiguß dazu.

17. Rhabarberschaum mit Grieß. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Rhabarberstiele, 200 Gramm Zucker, 200 Gramm Grieß, 2 Liter Wasser, 1 Stück Zimt und Zitronenschale.

Die geschälten Rhabarberstiele werden in sehr feine Stücke geschnitten und mit dem Wasser, Zimt und Zitronenschale zerkocht. Ungefähr ½ Liter von dem Saft läßt man auskühlen, während man das übrige durch einen Durchschlag treibt. Diese Flüssigkeit bringt man mit dem Zucker wieder ins Kochen und rührt den mit der erkalteten Flüssigkeit angerührten Grieß hinein. Nachdem dieser gargekocht ist, schüttet man die Masse in einen Porzellannapf und schlägt sie 30 Minuten mit der Schneerute. Da sie sehr steigt, nehme man keinen zu kleinen Napf.

Wünscht man der Speise eine rosa Farbe zu geben, so nehme man 50 Gramm Grieß weniger und dafür 8 Blatt rote Gelatine, die man mit sehr wenig Wasser auflöst und zu Beginn des Schlagens unter die Masse gibt.

Man reicht einen Vanillebeiguß zu der erstarrten Speise.

18. Rhabarberpudding als Vorspeise. 5 Personen.

Zutaten: 1½ Pfund Rhabarber, 1 Liter Wasser, Zucker nach Geschmack, 14 Blatt Gelatine (halb weiß, halb rot), 1 Liter Magermilch, 2 Eier, 2 Eßlöffel Maismehl, Salz nach Geschmack.

Ungefähr 6 Stunden vor dem Anrichten bereitet man folgende Rhabarberspeise. Man schält die Rhabarberstiele, schneidet sie in kleine Stücke und kocht sie mit dem Wasser auf. Nachdem man dies durch ein Sieb geschlagen hat, süßt man den Rhabarber nach Geschmack, gibt die in wenig Wasser aufgelöste Gelatine hinzu und schlägt die Masse ungefähr 10 Minuten mit dem Schneeschläger, so daß sie schäumig wird. Nun gießt man sie zum Erstarren in Schalen. Kurz vor dem Anrichten bereitet man folgenden Guß: Man bringt die Milch mit dem nötigen Salz sowie Zucker ins Kochen und bindet sie mit dem Kartoffel- oder Maismehl. Von den geteilten Eiern schlägt man das Weiße zu Schnee, süßt ihn, gibt die Eiweißmasse auf die heiße Milch und läßt diese darauf, ohne sie kochen zu lassen, garziehen. Man nimmt den gar gewordenen Schnee mit dem Schaumlöffel ab und quirlt die Eidotter an die Milch. Vor dem Anrichten sticht man von der kalten Rhabarberspeise Klöße ab, die man gleichmäßig verteilt auf tiefe Teller legt; hierüber gießt man den Milchguß und legt obenauf Klößchen von dem Eiweißschaum. Sehr verfeinern kann man den Milchguß im Geschmack, wenn man ein Stückchen Vanille mit auskocht.

Bemerkung: Im Winter verwende man eingemachten Rhabarber.

19. Apfelschaum mit Grieß. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund saure Äpfel, 175 Gramm Zucker, 200 Gramm feiner Grieß, 1½ Liter Wasser, 1 Stück Zimt und Zitronenschale.

Die Äpfel werden gewaschen, Stiel, Blüte und Kerngehäuse entfernt, wobei man die Äpfel in Scheiben schneidet. Diese Apfelstücke setzt man mit dem Wasser sowie dem Zimt und der Zitronenschale auf und läßt sie weich kochen. Dann läßt man den Saft abtropfen und schlägt die Äpfel durch. Die Hälfte von dem Apfelsaft läßt man etwas auskühlen und rührt hiermit den Grieß an. Den übrigen Saft bringt man mit dem Apfelbrei sowie dem

Zucker ins Kochen und rührt den angerührten Grieß hinein. Nachdem dieser gargekocht ist, schüttet man die Masse in eine feste, nicht zu kleine Porzellan- oder Steingutschüssel und schlägt sie ununterbrochen mit dem Schneeschläger 30 Minuten, bis sie ganz schäumig geworden ist. Man füllt die Speise in Schüsseln, läßt sie erstarren und reicht einen Vanillebeiguß hierzu.

20. Marie-Luisen-Speise. 5 Personen.

Zutaten: 1—1½ Pfund saure Äpfel, 150 Gramm feiner Grieß, 200 Gramm feiner Zucker, 2 Liter Wasser, 10 Blatt rote Gelatine, Schale einer halben Zitrone, 1 Stück Zimt.

Die gewaschenen Äpfel werden in Stücke geschnitten, wobei man Stiel, Blüte und Kerngehäuse ausschneidet. Die Apfelstücke setzt man mit dem Wasser, Zimt und Zitronenschale auf und läßt sie weich kochen. Etwas Saft gießt man ab und läßt ihn ein wenig auskühlen. Die Apfelstücke schlägt man durch einen Durchschlag. Den Apfelbrei bringt man mit dem Zucker wieder ins Kochen. Unterdessen rührt man den Grieß mit dem ausgekühlten Apfelsaft auf und gießt ihn unter Umrühren in die kochende Apfelmasse. Nachdem der Grieß gar geworden ist, rührt man die aufgelöste Gelatine darunter, gießt die Masse in einen nicht zu kleinen Porzellannapf und schlägt sie mit der Schneerute ununterbrochen 30 Minuten. Die schäumige Speise gießt man in Schalen und läßt sie erstarren. Man reicht einen Vanillebeiguß dazu.

21. Bratäpfel im Schlafrock. 5 Personen.

Zutaten: 8—10 nicht zu große Äpfel, 1 Ei, 1 Eßlöffel Zucker, Schale einer halben Zitrone, 3 Eßlöffel Milch, ½ Teelöffel Backpulver, Mehl nach Bedarf.

Die Äpfel werden gewaschen und getrocknet. Dann schneidet man Stiel und Blüte aus und setzt sie 10—15 Minuten lang in einen heißen Bratofen. Während dieser Zeit bereitet man aus den übrigen Zutaten einen Teig, den man dünn ausrollt. Die Bratäpfel zieht man ab und läßt sie erkalten. Danach schneidet man aus dem Teig so große Stücke, daß man je einen Apfel darin einhüllen kann. Man bestreicht diese Äpfel mit wenig Ei

und Milch und läßt sie auf einer gefetteten Platte bei nicht zu schwacher Ofenhitze abbacken.

Bemerkung: Nach Belieben kann man das Kerngehäuse mit einem Kartoffelbohrer ausstechen und dann mit Marmelade füllen. Das Ausstechen geschieht am vorteilhaftesten, bevor man die Äpfel das erstemal in den Ofen schiebt.

22. Erdbeerspeise. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Erdbeeren, 3 Eßlöffel Zucker, $^1/_2$ Liter Milch, eine Prise Salz, 1 Päckchen Vanillepuddingpulver.

Die gewaschenen Erdbeeren werden zerschnitten und $^1/_2$ Stunde mit dem Zucker überstreut. Kurz vor Ablauf dieser Zeit bringt man die Milch, die man auch ebensogut durch Magermilch oder Milchpulver ersetzen kann, mit einer Prise Salz ins Kochen. Das Vanillepuddingpulver rührt man mit einem Teil der zurückbehaltenen Milch auf und gießt es unter ständigem Umrühren in die kochende Milch. Nachdem die Speise gar geworden ist, gibt man die Erdbeeren hinzu und läßt sie in einer Glasschale erkalten. Verfeinern kann man die Speise noch, wenn man 1 Eßlöffel voll zerbrochene Makronen darunter gibt. Anstatt Erdbeeren kann man auch Kirschen nehmen.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

VIII. Wohlfeiler Kaffeeimbiß.

1. Wohlfeiler Kaffeeimbiß.

In knappen Zeiten muß nicht allein mit dem Fett, sondern auch mit den Eiern sparsam hausgehalten werden. Da verbietet sich das Backen schwerer Kuchen von selbst und der Hausfrau bleibt nichts anderes übrig, als sich nach anderen Rezepten, die wenig Fett und Eier enthalten und trotzdem als Kaffeeimbiß geeignet sind, umzusehen. Statt des sonst so sehr beliebten Schmalzgebäcks eignet sich das Waffelgebäck vorzüglich, denn zu diesem ist der Fettverbrauch wohl kaum nennenswert. Es ist nicht gesagt, daß man die Waffeln nach bekannten ziemlich teuren Rezepten backen soll, sondern man kann jede Eierkuchen- oder Plinsenmasse, allerdings in festerer Form, mit einer kleinen Zutat Backpulvers verwenden. Außer dem Waffelgebäck eignen sich zum Kaffee ferner Semmelspeisen, im Ofen gebacken oder im Wasserbade gekocht. Alle diese warmen Semmelspeisen, die zur Hälfte aus Obst bestehen, schmecken auch kalt sehr gut.

Ferner lassen sich gutschmeckende Topfkuchen mit geriebenen Kartoffeln und mit ganz geringem Zusatz der knapp gewordenen Rohmaterialien herstellen.

2. Gewürztopfkuchen.

Zutaten: 3 Eier, 225 Gramm Zucker, 1 kleine Tasse Milch, 75 Gramm Kakao, 125 Gramm Weizenmehl, 1 Teelöffel Backpulver, Schale einer Zitrone, 1 Messerspitze gemahlene Nelken, 1 Messerspitze gemahlenen Kardamom, 1 Teelöffel feiner Zimt.

Man schlägt das Weiße der 3 Eier zu Schnee und gibt hierunter die vorher in Milch aufgequirlten Eidotter sowie den Zucker und die Gewürze. Nun rührt man nach und nach das

Mehl und zuletzt das Backpulver hinzu. Man füllt die Masse in eine ausgefettete Form und bäckt den Kuchen ungefähr 45 Minuten.

3. Buttermilchkuchen.

Zutaten: 1/4 Liter Buttermilch, 250 Gramm Weizenmehl, 1 Tasse Sirup, 50 Gramm Zucker, Schale einer Zitrone, 1 Messerspitze Zimt, 1 Teelöffel Natron.

Sämtliche Zutaten rührt man nach und nach durcheinander und bäckt den Kuchen in einer ausgefetteten Springform ab.

4. Kartoffelkuchen.

Zutaten: 500 Gramm gekochte Kartoffeln, 1—2 Eier, 2 Eßlöffel Zucker, 225 Gramm Weizenmehl, 2 Zitronen, 6 Eßlöffel gesüßte Marmelade, eine Prise Salz und Muskatnuß, 1 Eßlöffel gewiegte Mandeln oder Nüsse, 1 Päckchen Backpulver.

Die am Tage zuvor in der Schale gekochten Kartoffeln werden geschält und gerieben. Die Eidotter werden mit dem Zucker schäumig gerührt, dann gibt man abwechselnd Mehl, geriebene Kartoffeln, Marmelade, gehackte Mandeln, Muskat, die Schale von einer und den Saft von zwei Zitronen sowie das Salz hinzu. Mit dem letzten Mehl vermengt man das Backpulver und zieht zuletzt den Schnee der Eiweiße unter die Masse, füllt sie in eine ausgefettete Springform und läßt den Kuchen ungefähr 1 Stunde im heißen Ofen backen.

5. Kleine Apfelschnecken.

Zutaten: 1 Pfund Äpfel, 1/2 Pfund Kartoffeln, 3 Eßlöffel Weizenmehl, 3 Eßlöffel Zucker, 1 Eßlöffel Korinthen, 1/2 Teelöffel Backpulver, 1 Eßlöffel Milch, 1 Eßlöffel Fett.

Die Kartoffeln werden am Tage vor dem Gebrauch in der Schale gekocht. Nun schält und reibt man sie, worauf man sie mit dem Mehl und dem Backpulver zu einem festen Teig ausknetet. Mit einer Schüssel überstülpt, läßt man die Teigmasse 1 Stunde ruhen. Während dieser Zeit schält man die Äpfel, schneidet sie in kleine Stücke und zuckert sie mit den gewaschenen trockenen Korinthen ein. Nun teilt man den Teig in mehrere

Stücke und rollt sie einzeln lang aus. An die längste Seite legt man eine Reihe Äpfelstücke, rollt diese in der Teigplatte ein und schlingt diese Rolle zu einer Schnecke, die man obenauf mit Milch bestreicht. In einer Pfanne zerläßt man etwas Fett, legt die Schnecken hinein und läßt sie in der heißen Bratröhre backen.

6. Kürbisbrot.

Zutaten: 1 Pfund Kürbisfleisch, 175 Gramm Zucker, 1 Eßlöffel Fett, 1 Pfund Weizenmehl, Schale einer halben Zitrone, 1/4 Liter Wasser, 1 Eßlöffel Sultaninen, 1 Teelöffel Vanillezucker, 1 Päckchen Backpulver.

Das Kürbisfleisch reibt man und läßt es mit dem Wasser eine kurze Weile kochen und nachdem erkalten, hierzu gibt man nach und nach den Zucker, das Mehl, geschmolzenes Fett und die Gewürze. Mit dem letzten Mehl verknetet man das Backpulver. Man füllt die Masse in eine gefettete Form und läßt den Kuchen gut 1 Stunde backen.

7. Quarkplätzchen.

Zutaten: 1 Pfund Quark, 1/2 Pfund gekochte Kartoffeln, 1/2 Eßlöffel Hefe, 2 Eßlöffel Milch, eine Prise Salz, 2 Eßlöffel Zucker, 2 Eßlöffel Korinthen, Zucker und Zimt zum Bestreuen, Bratfett.

Die Kartoffeln werden gerieben, die Hefe in der Milch aufgelöst. Beides vermengt man mit dem Quark, Salz, Zucker und den Korinthen. Aus der Masse formt man kleine Plätzchen, die man in der Stielpfanne in heißem Fett von beiden Seiten bäckt. Man reicht sie warm, mit Zucker und Zimt bestreut.

8. Mohnpielen.

Hierzu schneidet man alte Weißbrötchen, für die Person eines gerechnet, in Würfel und legt diese in eine Schale. Zu ungefähr 6 Brötchen kocht man 1/2 Liter Milch mit 2 Eßlöffel Zucker und Vanille auf und gießt sie lauwarm auf die Brötchenwürfel. 1/4 Pfund Mohn, den man einige Stunden vor der Zubereitung in wenig Milch einquellte, reibt man mit der Reibekeule breiig und rührt ihn gleichzeitig mit der Milch unter die Brötchenwürfel. Nachdem die Würfel vollständig aufgeweicht, jedoch nicht zer-

fallen sind, reicht man die Mohnpielen entweder kalt oder lauwarm. Da dieses Gericht fettsparend ist, kann man es entweder abends oder mittags als Nachspeise reichen.

9. Mohnauflauf.

Zutaten: 6 Weißbrötchen, 1—2 Eier, 1/2 Liter Milch, 1/4 Pfund blauer Mohn, 3 Eßlöffel Zucker, Zitronenschale, 1 Eßlöffel Butter.

Man weicht den Mohn 3—4 Stunden mit heißer Milch ein. Sobald er aufgequellt ist, reibt man ihn mit der Reibekeule breiig. Unterdessen läßt man die Brötchen ebenfalls in der übrigen Milch weichen. Die Eier rührt man mit dem Zucker und der geriebenen Zitronenschale schäumig, hierzu rührt man den geriebenen Mohn sowie die gut aufgezogenen Brötchen. Die glatt gerührte Masse füllt man in eine ausgefettete Auflaufform, legt Butterflöckchen obenauf und läßt den Auflauf 1 1/2 Stunden im Bratofen backen.

10. Mohnkrimsel.

Zutaten: 5—6 Weißbrötchen, 1 Ei, 3 Eßlöffel Zucker, 1/2 Liter Milch, 1/4 Pfund Mohn, Fett zum Backen, etwas geriebenes Brötchen.

1/4 Pfund Mohn überbrüht man mit etwas kochender Milch und läßt ihn einige Stunden quellen, die Brötchen läßt man ebenfalls in Milch vollständig aufziehen. 1 Ei rührt man mit 3 Eßlöffel Zucker schäumig, hierzu gibt man den mit der Reibekeule zu Brei geriebenen Mohn sowie die eingeweichten Brötchen und so viel geriebene Semmel, daß eine nicht zu dünne Masse entsteht. Von dieser bäckt man kleine Plätzchen in heißem Fett von beiden Seiten gelblich.

11. Weißbrot mit Kartoffelzusatz.

Zutaten: 500 Gramm Weizenmehl, 100 Gramm Kartoffeln, 1 Ei, 50 Gramm Zucker, 1/4 Liter Milch, 1—2 Eßlöffel Butter, eine halbe Zitrone, 1/2 Teelöffel Salz, 1 Päckchen Backpulver.

Die Butter stellt man warm und rührt sie schäumig. Anstatt Butter kann man auch Fett nehmen. Zu dem glatt gerührten Fett gibt man den Zucker, das Ei, die geriebene Zitronenschale sowie den Saft der halben Zitrone und das Salz. Sobald dieses glatt-

gerührt ist, gibt man die tags zuvor gekochten, geriebenen Kartoffeln, die Milch und das mit dem Backpulver vermischte Mehl abwechselnd hinzu. Man knetet die Masse tüchtig durch und formt ein längliches Brot davon. Auf einem gefetteten Backblech läßt man das Brot 1 Stunde im Ofen backen.

12. Süßes Weißbrot.

Zutaten: 750 Gramm Weizenmehl, 1/2 Eßlöffel Fett, 125 Gramm Zucker, 1/2 Liter Magermilch, Schale einer halben Zitrone, 1/2 Teelöffel Salz, 8 gehackte süße Mandeln, 1/2 Teelöffel Vanillezucker, 1 Päckchen Backpulver, 1 Eßlöffel Korinthen.

Von sämtlichen Zutaten rührt man einen Teig, unter den man das Backpulver mit dem letzten Mehl vermengt. Man füllt die Masse in eine gefettete Form und bäckt das Brot 1 Stunde.

Bemerkung: Nach Belieben kann man hiervon auch Zwiebacke abrösten; dazu schneidet man, nachdem das Brot einen Tag alt ist, fingerdicke Streifen ab, die man im Bratofen röstet.

13. Kriegskönigskuchen.

Zutaten: 1 Eßlöffel Fett, 400 Gramm Weizenmehl, 200 Gramm Kartoffeln, 1/4 Liter Milch, 225 Gramm Zucker, 1 Ei, 2 Eßlöffel Korinthen, 3 Eßlöffel Sultaninen, Schale einer halben Zitrone, 10 süße und 5 bittere Mandeln, 100 Gramm Zitronat, 1 1/2 Päckchen Backpulver.

Das Fett läßt man etwas schmelzen und rührt es salbig, dann gibt man das Eigelb, Zucker und die am Tage zuvor gekochten und geriebenen Kartoffeln hinzu. Sobald man dieses verrührt hat, gibt man abwechselnd Milch und Mehl, geriebene Zitronenschale, Mandeln, gereinigte Korinthen und Sultaninen sowie das gewiegte Zitronat dazu. Nachdem man die Masse eine gute Weile gerührt hat, vermischt man das Backpulver mit dem letzten Mehl und zieht das geschlagene Eiweiß unter die Masse. Man füllt sie in eine gefettete Form und läßt den Kuchen 1 Stunde backen.

Fett oder Eier kann man aus Sparsamkeitsrücksichten auch fehlen lassen.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

14. Arme Kriegsritter.

Zutaten: 3 Weißbrötchen, 1/8 Liter Magermilch, 1 Eßlöffel Zucker, Schale einer halben Zitrone, 1 Ei oder Eiersatz.

Die Brötchen werden in Scheiben geschnitten und nebeneinander auf eine Bratenschüssel gelegt. Die Milch quirlt man mit dem Zucker und dem Ei auf und verteilt sie gleichmäßig auf die Weißbrotscheiben. Nachdem diese aufgeweicht sind, setzt man sie, mit Hilfe eines Messers, auf ein gefettetes Backblech und läßt sie in der Bratröhre gelblich backen. Nach Belieben reiche man sie warm, entweder mit Fruchtbeiguß, geschmortem Obst oder bestreiche sie mit Marmelade.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

IX. Salate und Kompotte.

1. Rotkohlsalat.

Zutaten: 1 Pfund Rotkohl, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack, 1 Teelöffel Zucker, Essig.

Der Rotkohl wird sehr fein geschnitzelt, gewaschen und nach dem Abtropfen weich geklopft. Man gibt alle übrigen Zutaten nach Geschmack hinzu und läßt ihn bis zum Anrichten gut durchziehen.

2. Weißkohlsalat.

Zutaten: 1 Kopf Weißkohl, 1 Zwiebel, 2 Äpfel, Essig, Pfeffer und Salz nach Geschmack, eine Prise Zucker.

Der Kohl wird sehr fein geschnitten, gewaschen und in kochendes Wasser getan, worin man ihn $^1/_4$ Stunde kochen läßt. Nachdem man ihn abgegossen hat, reibt man die Äpfel und die Zwiebel daran und schmeckt wegen Essig, Zucker, Pfeffer und Salz ab. Wenn man es hat, gebe man etwas Speiseöl daran. Bis zum Anrichten lasse man den Salat gut durchziehen.

3. Kartoffelsalat mit Äpfeln ohne Öl.

Zutaten: 2 Pfund Kartoffeln, $^1/_2$ Pfund Äpfel, $^1/_2$ Pfund Salzgurken, 1 Ei, $^1/_4$ Liter Milch, Saft einer Zitrone, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die Kartoffeln, möglichst Eierkartoffeln, werden in der Schale gekocht, heiß abgezogen und in Scheiben geschnitten. Hierzu gibt man die geschälten und fein gewiegten Äpfel und Gurken. Nun rührt man das Ei schäumig und gibt Milch und Zitronensaft hinzu. Nachdem man die Tunke mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt hat, gießt man sie über die Kartoffelscheiben.

4. Grüner Salat mit Fruchtsaft.

Zutaten: 3—4 Köpfe Salat, 1 Tasse Fruchtsaft (gesüßt), $^1/_2$ Tasse Wasser, 2 Teelöffel Kartoffelmehl.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Der grüne Salat wird wie gewöhnlich vorbereitet. Den beliebigen Fruchtsaft mache man mit dem in Wasser aufgelösten Kartoffelmehl bündig und gieße die erkaltete Tunke über den Salat. Wenn es notwendig ist, streue man noch etwas feinen Zucker darüber.

5. Löwenzahnsalat.

Zutaten: Löwenzahnblätter, Öl, Essig oder Zitronensaft, Salz.

Hierzu nimmt man nur die jungen Blättchen. Hat man diese sorgfältig verlesen und gewaschen, so legt man sie 2—3 Stunden in kaltes Wasser, damit der bittere Geschmack auszieht. Nun schwenkt man die Blättchen gut aus und mengt sie mit wenig Salz, Zitronensaft und Speiseöl an.

6. Salat von Salzgurken.

Zutaten: Einige Salzgurken, Saft einer Zitrone, etwas saure Sahne, einige Eßlöffel Speiseöl, Pfeffer nach Geschmack, gehackte Petersilie.

Die Salzgurken werden geschält und entweder in ganz feine Scheiben oder in Streifen geschnitten. Diese vermengt man mit den angegebenen Zutaten.

7. Roterübensalat.

Zutaten: Rote Rüben, Essig, Salz, Zucker, Pfeffer, Kümmel und Meerrettichwürfel.

Die roten Rüben werden gewaschen, gekocht, geschält und in Scheiben geschnitten. Diese übergießt man mit schwachem Essig und würzt den Salat mit den angegebenen Gewürzen. Damit er gut durchzieht, mengt man ihn am besten einen Tag vor dem Gebrauch an.

8. Roterübensalat auf süddeutsche Art.

Zutaten: Rote Rüben, Zitronensaft, 1 saurer Apfel, Pfeffer, Salz, Speiseöl, 1 Rettich.

Ein beliebiger Teil rote Rüben wird gekocht und geschält. Man schneidet sie nach Belieben in Scheiben oder in Streifen. Hierzu gibt man einen geriebenen Apfel sowie einen großen geriebenen weißen Rettich und schmeckt den Salat mit Zitronensaft, Pfeffer, Salz und Speiseöl ab.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

9. Roterübensalat mit Eiertunke.

Zutaten: Rote Rüben, 1 Eidotter, Essig, Öl, Pfeffer, Salz.

Die roten Rüben werden wie gewöhnlich gekocht und in Scheiben geschnitten. Jetzt rührt man den Eidotter mit dem Speiseöl zu einer dicklichen Tunke, gibt einige Löffel würzigen Essig hinzu und schmeckt wegen Pfeffer und Salz ab. Diese Tunke gießt man über die Scheiben, schwenkt sie gut durch und läßt sie 2 Stunden stehen.

10. Gemischter Roterübensalat.

Zutaten: Rote Rüben, Äpfel, Sellerie, gekochte Kartoffeln, Essig, Öl, Pfeffer, Salz, Zucker.

Wie gewöhnlich kocht man die roten Rüben gar, schält sie und schneidet sie in lange Streifen. In gleiche Streifen schneidet man die gekochten Kartoffeln sowie den gekochten Sellerie und die rohen Äpfel. Man rechne ungefähr zwei Drittel rote Rüben und ein Drittel der übrigen gemischten Zutaten. Alle diese vorbereiteten Gemüse schmeckt man mit den obengenannten Gewürzen ab und läßt den Salat einige Stunden ziehen. Verfeinern kann man den Salat, wenn man ihn mit einer Eiertunke nach vorhergehendem Rezept bereitet.

11. Apfelkompott.

Zutaten: 1 Pfund Äpfel oder $^1/_2$ Pfund Ringäpfel, Zitronenschale, 2 Eßlöffel Korinthen, 1 Stück Zimt, $^1/_2$ Liter Wasser, 1 Eßlöffel Stärkemehl, Zucker nach Geschmack.

Verwendet man Ringäpfel, so müssen diese abends zuvor mit Wasser eingeweicht werden. Frische Äpfel schält man und schneidet sie in Scheiben, wobei man die Kerngehäuse entfernt. Nun setzt man sie mit dem Wasser, Zitronenschale, Zimt, Zucker und den Korinthen auf und läßt sie gar werden, jedoch nicht zerfallen. Zum Schluß macht man den Saft mit dem aufgelösten Stärkemehl bündig.

12. Geschmorte Äpfel.

Man richte sich genau nach vorhergehender Vorschrift, nur anstatt daß man die Äpfel in Stücke schneidet, verwendet man kleine Äpfel, die man nur schält und hierbei die Blüte aussticht.

X. Allerlei wohlschmeckender Brotaufstrich.

1.—5. Apfelschmalz, Fischaufstrich, Kräuterbutter, Grützleberwurst, Leberaufstrich.

Obgleich es schon seit alten Zeiten bekannt ist, daß auch trocken Brot die Wangen rot macht, will es bei der Jugend ohne jeglichen Aufstrich doch schlecht rutschen. Alle eingemachten Marmeladen gehen schließlich einmal zur Neige, und das Einerlei des Rübenkrautes, Kunsthonigs und dergleichen ist auch nicht jedermanns Geschmack. In knappen Zeiten wird das einst so verachtete Schmalzbrot sogar von den Feinschmeckern in Gnaden angenommen, doch bleibt ihnen auch dieser Genuß oft versagt. Die bescheidenen Schmalzvorräte kann man bedeutend strecken, indem man ein äußerst wohlschmeckendes Apfelschmalz daraus bereitet. Die Zubereitung ist sehr einfach. Man schält 4 bis 6 Äpfel und schneidet sie in kleine Stückchen. Diese läßt man in einem halben oder einem ganzen Eßlöffel Schmalz garschmoren, was am besten im Bratofen geschieht. Nach Geschmack gebe man noch eine kleine Zwiebel und etwas zerriebenen Majoran oder Thymian hinzu und rühre die Äpfel nach dem Garwerden breiig. Eine solche Schnitte mit Salz bestreut mundet vortrefflich.

Auch beim Fisch gibt es allerlei Zubereitungsmöglichkeiten, um im Brotaufstrich Abwechslung zu erlangen. Unstreitbar ist es ausgiebiger, wenn man aus den verschiedenen Fischerzeugnissen einen schmierfertigen Aufstrich bereitet, als wenn man sie ganz auf den Tisch bringen würde. Bücklinge, Heringe, Sardinen und Krabben sind, wenn auch oft für teures Geld, überall erhältlich. Zum Bücklingsaufstrich werden 2 bis 3 Bücklinge von Haut und Gräten befreit und in einem Rührnapf breiig gerieben, hierzu gibt man eine kleine geriebene Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack. Verfeinern kann man

den Aufstrich noch durch etwas Öl sowie etwas Tomatenmark. Verlängern kann man die Masse mit geriebenen, gekochten Kartoffeln sowie vorher eingeweichtem Weißbrot. Nach gleicher Vorschrift bereitet man den Heringsaufstrich, zu dem man Salzheringe allerdings erst einige Stunden vorher wässern muß, was man bei Räucherheringen nicht nötig hat. Alle Fleischreste, so gering sie auch sind, wiegt man fein und mischt sie darunter. Allerlei Abwechslung im Geschmack bringt der Sardinen-, Sardellen- sowie der Krabbenaufstrich, den man ganz nach vorstehender Vorschrift bereitet.

Um auf dem täglichen Abendtisch auch eine kleine Auswahl zu haben, bereite man eine Kräuterbutter, die sich sogar bei kaltem Wetter 3—4 Tage hält, während man die Fischaufstriche lieber allabendlich frisch bereitet. Zur Kräuterbutter verwendet man den Kräuterkäse, von dem man einen halben reibt. Eine kleine Tasse Milch kocht man auf und löst zwei Blatt weiße Gelatine darin auf. Hierin verrührt man den geriebenen Kräuterkäse. Nach vollständigem Erkalten ist die Masse streichfähig. Recht billigen Aufstrich bereitet man aus Fischkochwasser, das man genau wie jede weiße oder braune Fischtunke bereitet, allerdings muß man etwas mehr Mehl verwenden. Es schmeckt kalt auf Brot gestrichen sehr gut.

Sogar die sogenannte Grützleberwurst, die, im Verhältnis zu ihrem geringen Gehalt, recht hoch im Preise ist, kann man sich leicht selbst herstellen. Hierzu quellt man 3—4 Eßlöffel voll Grütze in Fleischbrühe, am besten Schweinefleischbrühe, dick aus. Diesen Brei vermengt man nach Geschmack mit geriebener Zwiebel, Pfeffer und Salz, gewiegtem Salzhering oder Sardellen und ganz nach Vorhandensein mit jedem kleingewiegten Fleischrest. Auch etwas Tomatenmark verfeinert den Geschmack. Erkaltet schmeckt diese Grützleberwurst nicht nur als Brotaufstrich, sondern auch als Beigabe zu Pellkartoffeln.

Zum Schluß möchte ich noch eine Kochanweisung für einen feineren Brotaufstrich zum Sonntagabend geben. Hierzu kocht man ungefähr 200 Gramm oder mehr fettdurchwachsenes Schweinefleisch in Salzwasser gar. Zur angegebenen Fleischmenge dreht man ungefähr ebensoviel gehäutete Leber durch die Fleisch-

hackmaschine. Diese gewiegte Leber überbrüht man mit einer Tasse von der kochenden Fleischbrühe, durchmengt sie mit dem ebenfalls gewiegten Schweinefleisch, geriebener Zwiebel, Pfeffer, Salz und Majoran. Man drückt die Masse in kleine Verschlußgläser und läßt sie $1^1/_2$ Stunden im Wasserbade kochen. Verlängern kann man die Masse noch durch eingeweichte Brötchen oder ausgequellte Grütze.

6. Honigkuchenmarmelade.

Zutaten: 1 Pfund Äpfel, $^1/_2$ Pfund Honigkuchen.

Die gewaschenen Äpfel werden in Stücke geschnitten und in sehr wenig Wasser weich gekocht. Nachdem man die Äpfel durch ein Sieb gerührt hat, mischt man sie mit dem geriebenen Honigkuchen. Diese Marmelade, die sich im Winter 8 Tage lang hält, bringt eine kleine Abwechslung im täglichen Brotaufstrich.

7. Rindfleischgehack als Brotauflage.

Einen Rest ausgekochtes Suppenfleisch wiegt man mit einer Zwiebel sehr fein und schmeckt es wegen Pfeffer und Salz ab. Nach Belieben kann man einen gewässerten und entgräteten Salzhering mithacken.

XI. Begleitgerichte der Pellkartoffel.

1. Grützfleisch. 5 Personen.

Zutaten: 1/2 Pfund fettes Fleisch, 250 Gramm Hafergrütze, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Das Fleisch wird in Wasser gar gekocht und nach dem Erkalten durch die Fleischhackmaschine gedreht. In dieser Fleischbrühe läßt man die ausgequellte Hafergrütze mit der Zwiebel ebenfalls gar werden. Ist dieses geschehen, dann gibt man Grütze und Fleisch zusammen und schmeckt wegen Pfeffer und Salz ab. Nach Belieben kann man noch einige Salzgurkenwürfel sowie Tomatenbrei dazwischenrühren.

2. Gemüsesülze. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Spargel, 1 Kopf Blumenkohl, 3/4 Liter Wasser, 2 Teelöffel Salz, 1 Guß Essig, 12 Blatt weiße Gelatine.

Die in Stücke zerteilten Gemüse werden in dem Salzwasser gargemacht. Man nimmt die Gemüse mit dem Schaumlöffel heraus und legt sie in eine Glasschale. Das Gemüsekochwasser schmeckt man mit Essig, besser noch mit Zitronensaft oder Weißwein, ab und läßt die Gelatine hierin kurz aufkochen. Diese Flüssigkeit gießt man auf die Gemüse und läßt sie erstarren. Anstatt frischer Gemüse kann man auch Büchsengemüse verwenden. In diesem Fall ist es notwendig, die Flüssigkeit genau zu messen.

Gemüsesülze eignet sich vorzüglich als Beigabe zu Brat- oder Pellkartoffeln.

3. Lausitzer Abendgericht.

In der Lausitz ißt man mit Vorliebe folgendes Abendgericht: Man kocht Kartoffeln in der Schale gar, hierzu reicht man den sogenannten Topfen oder Quarkkäse, den man mit Sahne, Salz und gehackten Zwiebeln vermengt; letztere kann man auch durch

Schnittlauch ersetzen. Als Tunke für die Kartoffeln reicht man ausgeglühtes Rüb- oder Mohnöl. Dieses Gericht ist für große Familien wegen seiner Billigkeit sehr zu empfehlen.

4. Geschmorte Salzgurken. 5 Personen.

Zutaten: 6—8 Salzgurken, 1 Eßlöffel Speckwürfel, 2 Tomaten, 1½ Eßlöffel Weizenmehl, 2 Brühwürfel, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die Speckwürfel röste man oder lasse statt dessen etwas Fett heiß werden, hierin röste man das Mehl und rühre es mit kaltem Wasser zu einer dicken Tunke, in der man die Brühwürfel zergehen läßt. In diese Brühe schneidet man die zuvor geschälten Salzgurken und die Tomaten. Auf gelindem Feuer muß das Gericht 15 Minuten langsam schmoren, dann schmeckt man wegen Pfeffer und Salz ab. Nach Belieben kann man auch kleine Fleischklößchen hineintun. Dieses Gericht eignet sich vorzüglich als Beigabe zu Pellkartoffeln.

5. Tomatenmus. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund Tomaten, 1 Pfund Äpfel, 1 Eßlöffel Mehl, Pfeffer und Salz, 1 Eßlöffel Senf, Zitronensaft, 1 Eßlöffel Speckwürfel, 1 Zwiebel.

Die Tomaten und die Äpfel werden in Stücke geschnitten und mit sehr wenig Wasser weich gekocht, wonach man sie durch ein feines Sieb streicht. Nun setzt man das Mus nochmals auf und schmeckt wegen Pfeffer und Salz sowie Zitronensaft oder Essig ab. Sollte es zu dünn geworden sein, so seimt man etwas Mehl an. Beim Anrichten gießt man einen Guß von den gerösteten Speckwürfeln und der Zwiebel darüber.

Es empfiehlt sich, da dies meistens für eine Mahlzeit zu reichlich ist, die Hälfte in einem Gläschen zu sterilisieren, jedoch dann ohne Mehl und den Speckguß. Nach Belieben kann man auch noch etwas Zucker hinzutun, falls man es süßsauer wünscht.

6. Tomatensulz. 5 Personen.

Zutaten: 1 Pfund reife Tomaten, ½ Liter Wasser, 1 Zwiebel, Saft einer halben Zitrone, 2 Brühwürfel, 8 Blatt weiße Gelatine, 6 Pfefferkörner.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

In dem Wasser läßt man die Zwiebelwürfel und Pfefferkörner kochen, gibt den Zitronensaft, Brühwürfel und die Gelatine hinzu. Inzwischen hat man die abgezogenen Tomaten in Stücke geschnitten. Man gießt die Brühe auf die Tomaten und läßt sie erstarren.

7. Falsche Ölsardinen.

Hierzu nimmt man ganz kleine grüne Heringe, die gesäubert werden. Nachdem man die Köpfe abgeschnitten, legt man die Heringe eine Nacht in schwachen Essig. Am folgenden Tage salzt man sie. Für zwei Dutzend Heringe rechnet man eine Handvoll Salz, das man mit gestoßenem schwarzem Pfeffer, 1 Teelöffel Zucker, zerbröckelten Lorbeerblättern gemischt hat. Man schichtet die Heringe in einen Steintopf und gießt zwischen jede Lage etwas Olivenöl. Nachdem sie 3—4 Tage in verschlossenem Topf gelegen haben, sind sie zum Genuß fertig.

8. Kräuteranchovistunke. 5 Personen.

Zutaten: 6 Kräuteranchovis, 1 Eßlöffel Fett, 2 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Salzgurke, 1 Zwiebel.

Die Kräuteranchovis werden von den Eingeweiden sowie von den anhaftenden Gewürzen gereinigt, hierauf von den Gräten abgezogen und fein gehackt. In dem Fett röstet man das Mehl sowie die in Würfel geschnittene Zwiebel und rührt es mit kaltem Wasser zu einer dick gebundenen Tunke auf. In der fertigen Tunke läßt man die gehackten Anchovis heiß werden, jedoch nicht mehr kochen. Zuletzt gibt man die in feine Scheiben geschnittene Salzgurke hinein.

9. Geschmorte Salzheringe. 4—5 Personen.

Zutaten: 2—3 Salzheringe, 2 Eßlöffel Mehl, 1 Eßlöffel Speckwürfel, 1 Zwiebel, Essig und Pfeffer nach Geschmack.

Die Heringe werden eine Nacht gewässert. Die Speckwürfel werden gelblich geröstet und die Zwiebelwürfel ohne zu bräunen darin gargemacht. Nun gibt man das Mehl hinzu und rührt es mit kaltem Wasser auf, so daß man eine ebene Tunke erhält, die man mit Essig und gemahlenem Pfeffer abschmeckt. Man legt

die abgezogenen und entgräteten Heringe hinein und läßt sie 3 Minuten ziehen.

10. Bunter Salat. 5 Personen.

Zutaten: Ungefähr 400 Gramm rote Rüben, 200 Gramm Salzgurken, 250 Gramm saure Äpfel, 1 Knolle Sellerie, 2 Salzheringe, 100 Gramm eingemachte Kürbisse und Senfgurken, 100 Gramm gekochte Wurzeln, 100 Gramm gekochte Kartoffeln, 2 Eßlöffel Senf, 1 Zwiebel, 1 Ei, Essig und Pfeffer nach Geschmack.

Die Salzheringe werden mehrere Stunden gewässert, Sellerie, rote Rüben und Wurzeln werden am Tage vor dem Gebrauch abgekocht.

Gurken, Wurzeln, Äpfel, Sellerie und rote Rüben werden geschält und in feine Stücke geschnitten, desgleichen auch die eingemachten Gurken und Kürbisse sowie die gehäuteten und entgräteten Heringe. Die Kartoffeln reibt man auf der Reibe. Nun schlägt man ein Ei mit dem Senf, der geriebenen Zwiebel, Essig und Pfeffer nach Geschmack auf und mischt hiermit alle Zutaten durch. Damit es gut durchzieht, bereitet man den Salat schon einen Tag vor dem Gebrauch. Wenn vorhanden, kann man auch noch einen Fleischrest dazu nehmen. Wer den Heringsgeschmack nicht liebt, lasse die Heringe fort, ebenso kann man auch das Ei fehlen lassen.

Bunter Salat mundet als Beigabe zu Pell- und Bratkartoffeln sowie zum Brot ohne Butter vorzüglich.

11. Geschmorte Gurken. 4—5 Personen.

Zutaten: 3—4 Gurken, Salz, 1 Eßlöffel Speckwürfel, 2 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Eßlöffel dunkler Sirup, Essig und Pfeffer nach Geschmack, 2 Nelken.

Die Gurken werden geschält und in dünne Scheiben geschnitten. Diese salzt man ein und stellt sie zugedeckt 1 Stunde hin. Unterdessen schneidet man ein Stück Speck in Würfel, röstet diese und gibt das Mehl hinein. Dieses rührt man mit so viel kaltem Wasser auf, daß man eine gebundene Tunke erhält. Nachdem die Tunke bündig gekocht ist, schmeckt man sie mit Essig, feinem Pfeffer und Sirup ab. Man gibt die ausgedrückten Gurken und

die Nelken hinzu und läßt die Gurken auf gelindem Feuer garschmoren.

12. Dorschrogen. 5—6 Personen.

Zutaten: 1 Büchse Dorschrogen, 1 Eßlöffel Speckwürfel, 2 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Brühwürfel, 1 Zwiebel, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Die Speckwürfel läßt man in einer Pfanne hellgelb rösten und gibt die in Würfel geschnittene Zwiebel sowie das Mehl hinein. Nachdem dieses auf gelindem Feuer eine kleine Weile gezogen hat, zieht man die Tunke mit dem Wasser, das auf dem Dorschrogen steht, auf, gibt den Brühwürfel, Pfeffer und Salz nach Geschmack hinzu und läßt die Tunke bündig kochen. Den Dorschrogen teilt man in Stücke und erwärmt ihn in der Tunke.

XII. Tunken.

1. Ersatz für Eiöltunke.

Zutaten: 1/4 Liter Milch, 1 Eidotter, 1 Eßlöffel Weizenmehl, Saft einer halben Zitrone, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Den Eidotter rührt man mit dem Mehl glatt, nach und nach gießt man unter stetem Quirlen die Milch hinzu. Nachdem alles glatt gerührt ist, setzt man das Gefäß in einen Topf mit kochendem Wasser und schlägt ununterbrochen, bis die Masse kurz vor dem Kochen ist. Zuletzt schlägt man die Tunke mit dem Zitronensaft sowie dem nötigen Pfeffer und Salz kräftig auf. Diese Tunke ist für Kartoffelsalat besonders gut geeignet.

2. Kümmel- oder Zwiebeltunke.

Zutaten: 1 Eßlöffel Fett, 1 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Zwiebel, eine Prise Kümmel, 1/2 Liter Brühe, Salz nach Geschmack, 6 weiße Pfefferkörner.

Fett, Pfefferkörner, Zwiebelscheiben, Kümmel und Mehl läßt man zusammen schwitzen und rührt dies entweder mit Fleischbrühe oder Kohlabkochwasser, je nachdem, wozu man die Tunke reichen will, auf. Man läßt die Tunke bündig kochen und schmeckt wegen Salz ab.

3. Schwitzmehl ohne Fett zu bereiten.

1/2 Liter Magermilch kocht man mit etwas Salz und 1 Brühwürfel auf. Unterdessen rührt man 2 Eßlöffel Weizenmehl mit etwas Wasser klar, gießt es in die kochende Milch und läßt es kochen.

4. Meerrettichgemüse als Beigabe zu ausgekochtem Fleisch.

Zutaten: 1 Pfund Äpfel, 3 Eßlöffel geriebenen Meerrettich, 1 Eßlöffel Korinthen, eine kleine Tasse fette Fleischbrühe, Salz und Zitronensaft nach Geschmack, 1 Teelöffel Kartoffelmehl.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Die Äpfel werden geschält und in Scheiben geschnitten. Man läßt sie samt den Korinthen in der Brühe garschmoren, macht sie dann mit dem Kartoffelmehl bündig und schmeckt wegen Salz und Zitronensaft ab. Nach Belieben kann man auch noch eine Prise Zucker hinzutun. Kurz vor dem Anrichten gibt man den geriebenen Meerrettich hinzu.

5. Meerrettichbrei als Beigabe zu Fisch oder Fleischspeisen.

Zutaten: 2 Stangen Meerrettich, 2 saure Äpfel, 1 Tasse sauren Weiß- oder Apfelwein, 1 Eßlöffel Korinthen, eine Prise Zucker.

Die Korinthen läßt man in dem Wein aufquellen. Unterdessen reibt man die geschabten Meerrettichstangen sowie die geschälten Äpfel und mischt sie mit den erkalteten Korinthen und einer Prise Zucker.

Damit der Brei genügend durchziehen kann, mengt man ihn schon mehrere Stunden vor dem Gebrauch an.

6. Würzige Meerrettichtunke.

Zutaten: 1/2 Liter Fleischbrühe, 1 Mohrrübe, 1 Sellerieknolle, 1 Porree, 1 Stange Meerrettich, 2 Eßlöffel geriebenes Weißbrot, Salz.

Die geputzten Suppenkräuter wiegt man sehr fein und läßt sie in der Fleischbrühe, die man von Brühwürfeln herstellte, garkochen. Dann läßt man die Tunke mit dem geriebenen Weißbrot seimig kochen, schmeckt wegen Salz ab und gibt zuletzt den geriebenen Meerrettich hinein.

Man reicht diese Tunke zum ausgekochten Fleisch oder zum Fisch.

7. Weiße Meerrettichtunke.

Zutaten: 1/4 Liter Fleischbrühe, 1 Eßlöffel Fett, 2 Eßlöffel geriebenes Weißbrot, 1 Eßlöffel Korinthen, 2 Eßlöffel geriebenen Meerrettich, Salz nach Geschmack.

In der Fleischbrühe und dem Fett läßt man die Korinthen langsam aufziehen, dann gibt man das geriebene Weißbrot hinein. Nachdem dieses dicklich gekocht ist, gibt man den geriebenen Meerrettich dazu und schmeckt wegen Salz ab.

8. Braune Meerrettichtunke.

Zutaten: 1 Eßlöffel Fett, 1 Eßlöffel Weizenmehl, 1/2 Eßlöffel Senf, 2 Eßlöffel geriebenen Meerrettich, 1 kleine Zwiebel, 1/4 Liter Fleischbrühe, Essig und Salz nach Geschmack.

Man erhitzt das Fett und läßt das Mehl darin braun werden, dieses löscht man mit der kalten Brühe ab und gibt den Senf hinzu. Nachdem die Tunke bündig gekocht ist, reibt man die Zwiebel sowie den Meerrettich hinein. Man schmeckt wegen Essig und Salz ab. Ganz nach Belieben kann man auch ein wenig Zucker hinzufügen.

9. Holländische Tunke.

Zutaten: 1 Eßlöffel Butter, 3 Eßlöffel Weizenmehl, 1/2 Liter Fleischbrühe, Gewürzessig, 1 Eidotter, Salz.

Butter und Mehl läßt man zusammen schwitzen und rührt dieses mit der Fleischbrühe auf, so daß eine seimige Tunke kocht, die man mit Salz und etwas Gewürzessig abschmeckt. Zuletzt quirlt man das Eidotter daran. Wenn man den Geschmack liebt, kann man noch eine Zwiebel daranreiben.

10. Holländische Tunke auf andere Art.

Zutaten: 1/2 Liter Fleischbrühe, Saft einer Zitrone, 1 Eidotter, 3 Eßlöffel Weizenmehl, Pfeffer und Salz nach Geschmack.

Den Eidotter gibt man in einen irdenen Topf und rührt das Mehl darin glatt. Dann gibt man den Zitronensaft, Pfeffer und Salz dazu. Unter fortwährendem Schlagen gießt man langsam die kalte Brühe hinzu, stellt den Topf ins Wasserbad und schlägt die Tunke, bis sie zum Kochen kommt.

Wenn man es hat, lege man noch ein Stück Butter hinzu und gebe nach Belieben Kapern an die Tunke.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Küchenzettel für zwei Wochen mit genauen Verbrauchsangaben, berechnet für 5 Personen.

	Erste Woche	Fleischverbrauch mager (Gramm)	Fleischverbrauch fett (Gramm)	Suppenmaß (Liter)	Magermilchverbrauch (Liter)	Eierverbrauch	Kartoffelverbrauch (Pfund)
Sonntag:	Vanillensuppe	—	—	$1^1/_2$	$1^1/_2$	—	—
	Geschmortes Schweinefleisch	—	500	—	—	—	—
	mit geschmorten Salzgurken	—	25	—	—	—	—
	Pellkartoffeln	—	—	—	—	—	$2^1/_2$
	Marie-Luisen-Speise . . .	—	—	—	—	—	—
Abends:	Brotschnitten mit Öl- oder Rauchfisch	—	—	—	—	—	—
	Deutscher Haustee . . .	—	—	—	—	—	—
Montag:	Steckrübenbrei	—	—	—	—	—	2
	Nudelsülze mit Milchtunke .	—	—	—	$^1/_2$	—	—
Abends:	Flämische Brotsuppe . . .	—	—	2	—	—	$^1/_2$
Dienstag:	Schwarzbrotsuppe mit Bier	—	—	$1^1/_2$	—	—	—
	Weißkohl ohne Fett . . .	—	—	—	—	—	—
	Pellkartoffeln	—	—	—	—	—	2
Abends:	Königinsuppe	—	—	2	—	—	—
	Geröstete Brotschnitten . .	—	—	—	—	—	—
Mittwoch:	Hafermehlsuppe mit Äpfeln	—	—	2	—	—	—
	Eintopfgericht mit Fisch .	—	—	—	—	—	$2^1/_2$
Abends:	Klacker-Klümp	—	—	2	2	—	—
	Weißbrötchen	—	—	—	—	—	—
Donnerstag:	Grützsuppe mit Milch . .	—	—	$1^1/_2$	$1^1/_2$	—	—
	Fleischbrötchen	450	—	—	—	—	—
	Pellkartoffeln	—	—	—	—	—	$2^1/_2$
Abends:	Weißbrotsuppe m. Rhabarber	—	—	2	—	—	—
Freitag:	Milchsuppe m. Äpfelscheiben	—	—	—	—	—	—
	Schellfisch mit Senftunke .	—	—	—	—	—	—
	Pellkartoffeln	—	—	—	—	—	3
Abends:	Haferflocken m. Buttermilch	—	—	2	2	—	—
Sonnabend:	Brühe mit Nudeln . . .	—	—	$1^1/_2$	—	1	—
	Rindfleischgehack	275	—	—	—	—	—
	Bratkartoffeln	—	—	—	—	—	$2^1/_2$
Abends:	Grünkernsuppe	—	—	$1^1/_2$	—	—	—
	Brotschnitten	—	—	—	—	—	—
	Gesamtverbrauch	725	525	—	—	—	$17^1/_2$
		1250					

Verbrauch: 250 Gramm Fleisch pro Kopf wöchentlich.
250 „ Kartoffeln pro Kopf täglich.

Kochdauer		Rezept siehe Seite	Bemerkungen
Herd	Kochkiste		
Minuten	Stunden		
25	—	—	Zum Bündigmachen der Suppe nehme man
90	4	52	1 Päckchen Vanillepuddingpulver
20	—	85	Anstatt Speck kann man ebensogut Fett ver-
30	—	—	wenden
30	—	70	
—	—	—	
10	—	—	„Deutschen Haustee" sammle man im Sommer (geeignete Blätter: Erdbeere, Brombeere, Weißdorn, Waldmeister, wilde Rose, Pfefferminz)
120	4	—	
30	—	64	Die Sülze bereite man tags zuvor
60	3	6	Hierzu verwende man Weißbrötchen
45	3	7	Hierzu verwende man die trockenen Brot-
90	4	18	rinden der Woche
30	—	—	
25	2	—	Hierzu verwende man Suppentafeln
—	—	—	
60	3	10	Man kann auch Ringäpfel verwenden
150	4	23	
30	2	9	Man verwende Trockenmilch
—	—	—	
60	2	—	Man kann auch Trockenmilch verwenden
25	—	—	
30	—	—	
30	2	6	
20	—	5	
30	—	—	
30	—	—	Man koche gleich Kartoffeln für morgen mit
45	2	—	
60	2	42	Man bereite Hausmachernudeln
25	—	—	Das ausgekochte Suppenfleisch verwende man
30	—	—	zum Fleischgehack
30	2	—	Man verwende Suppentafeln
—	—	—	
—	—	—	

Zweite Woche		Fleischverbrauch mager	Fleischverbrauch fett	Suppenmaß	Magermilchverbrauch	Eierverbrauch	Kartoffelverbrauch
		Gramm		Liter			Pfund
Sonntag:	Kalbfleischbrühe mit Grießklößen	500	—	$1^1/_2$	$^1/_4$	1	—
	Märkisches Allerlei mit Kalbfleisch	—	—	—	—	—	—
	Pellkartoffeln	—	—	—	—	—	$2^1/_2$
	Apfelsinensalat	—	—	—	—	—	—
Abends:	Kalte Zwiebackspeise	—	—	—	—	—	—
	Warmbier	—	—	—	—	1	—
Montag:	Seemannssuppe mit Fisch	—	—	$1^1/_2$	—	—	1
	Falscher Pilaff	—	—	—	—	—	—
Abends:	Haferflockenspeise	—	—	—	$^1/_2$	—	—
Dienstag:	Milchsuppe mit Buchweizengrütze	—	—	$1^1/_2$	$1^1/_2$	—	—
	Miesmuscheln mit Kapernsauce	—	—	—	—	—	—
	Pellkartoffeln	—	—	—	—	—	3
Abends:	Gebratene Grießspätzle mit Obst	—	—	—	1	—	—
Mittwoch:	Äpfel, Bohnen, Kartoffeln	—	125	—	—	—	$2^1/_2$
	Vanillenpudding mit Himbeerguß	—	—	—	$^1/_2$	—	—
Abends:	Mohnpielen	—	—	—	$^1/_2$	—	—
Donnerstag:	Weißbrotsuppe m. Meerrettich	—	—	—	—	—	—
	Eintopfgericht: Gemüsevielerlei	500	—	—	—	—	2
Abends:	Mehlfleckchen	—	—	—	$^1/_2$	—	—
Freitag:	Wintergemüsesuppe	—	—	2	—	—	1
	Seefisch mit Petersilientunke	—	—	—	—	—	—
	Pellkartoffeln	—	—	—	—	—	$2^1/_2$
Abends:	Großer Michel mit geschmortem Obst	—	—	—	$^1/_2$	1	—
Sonnabend:	Backobst und Kartoffelklöße	—	—	—	—	—	3
	Ausgekochter Speck	—	125	—	—	—	—
Abends:	Milchnudeln	—	—	—	$^1/_2$	—	—
	Gesamtverbrauch	1000	250	—	—	—	$17^1/_2$
		1250					

Kochdauer		Rezept siehe Seite	Bemerkungen
Herd	Kochkiste		
Minuten	Stunden		
120	4	—	Anstatt Ei verwendet man ebensogut Eiersatz
25	—	29	Hierzu verwende man das Fleisch von der Suppe
30	—	—	
—	—	65	
30	—	62	
20	—	—	
90	—	9	
120	4	40	
60	3	39	
60	2	—	Man kann auch Trockenmilch verwenden
30	—	—	
30	—	—	
60	—	45	
120	4	22	Man verwende Schweinefleisch
20	—	—	Man verwende Puddingpulver
—	—	74	
30	—	7	
120	4	22	
25	—	43	Anstatt Eier verwende man Eierkuchenpulver in Päckchen
120	4	2	
30	—	—	
30	—	—	Man koche gleich Kartoffeln für den nächsten Tag mit
90	—	50	Man kann auch Eiersatz verwenden
—	—	49	Die Speckbrühe mische man unter das Gericht
120	—	—	Den erkalteten Speck lasse man aus Sparsamkeitsrücksichten zum Brotbestreichen
45	2	41	
—	—	—	

Speisezettel für den guten bürgerlichen Tisch auf 6 Wochen.

		Kochzeit ungefähr Herd Min.	Kochkiste Std.	Rezept siehe Seite	Erläuterung
	1. Woche.				
Sonntag:	Stachelbeerensuppe	30	—	3	Je nach der Jahreszeit nimmt man frische oder eingemachte Beeren, bzw. frischen oder Büchsenspargel.
	Kalbfleisch und Spargel . .	90	—	—	
	Kartoffeln	—	—	—	
	Marie-Luisen-Speise mit Vanillenbeiguß	30	—	70	Zum Beiguß verwendet man Puddingpulver in Päckchen.
Abends:	Brotschnitten mit ger. Fisch.	—	—	—	
	Tee	—	—	—	
Montag:	Pommersche Kartoffelsuppe .	90	4	1	
	Ostfriesisches Eintopfgericht .	120	4	24	
Abends:	Klacker-Klümp	30	2	9	
Dienstag:	Buttermilchbrotsuppe . . .	30	—	7	Hierzu können trockene Brotreste Verwendung finden.
	Dorschrogen und Pellkartoffeln	30	—	88	
Abends:	Haferflockenspeise	150	4	39	
Mittwoch:	Wintergemüsesuppe	90	3	2	
	Rindfleisch mit Meerrettich .	150	—	90	Die Fleischbrühe verwende man zur Suppe.
	Kartoffeln	—	—	—	
Abends:	Grützsuppe	90	3	4	
Donnerstag:	Rote Milchsuppe	15	—	5	
	Graupen und Äpfel	120	4	38	Je nach Vorhandensein verwende man frische oder Dörräpfel.
Abends:	Milchnudeln	60	2	41	
Freitag:	Äpfelsuppe mit Haferflocken .	90	3	9	
	Spargel mit Miesmuscheln .	35	—	31	
	Pellkartoffeln	30	—	—	Man koche gleich Kartoffeln für den nächsten Tag mit.
Abends:	Brotschnitten mit Äpfelschmalz	—	—	81	

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

	Kartoffeln				
Abends:	Grützsuppe	90	3	4	
Donnerstag:	Rote Milchsuppe	15	—	5	
	Graupen und Äpfel	120	4	38	Je nach Vorhandensein verwende man frische oder Dörräpfel.
Abends:	Milchnudeln	60	2	41	
Freitag:	Apfelsuppe mit Haferflocken	90	3	9	
	Spargel mit Miesmuscheln	35	—	31	
	Peilkartoffeln	30	—	—	Man koche gleich Kartoffeln für den nächsten Tag mit.
Abends:	Brotschnitten mit Apfelschmalz	—	—	81	
Sonnabend:	Holländische Kartoffelsuppe	30	2	3	
	Kohlauflauf, Bratkartoffeln	120	—	21	
Abends:	Brotsuppe mit Bier	25	2	7	Trockene Brotreste werden verwendet.
	2. Woche.				
Sonntag:	Suppe von Schotenschalen	30	—	4	Die Schalen vom Gemüse finden Verwendung.
	Rindfleisch in Buttermilchtunke	150	—	53	
	Junge Erbsen mit Wurzeln	45	—	—	
	Kartoffeln	30	—	—	
	Buttermilchspeise	—	—	65	Die Speise bereite man schon am Abend zuvor.
Abends:	Brotschnitten mit Rindfleischgehack	—	—	83	Fleischreste vom Mittag finden Verwendung.
	Deutscher Haustee	10	—	—	Geeignete Blätter sind: Walderdbeere, Brombeere, Weißdorn, Waldmeister.
Montag:	Graupensuppe mit Äpfeln	60	3	8	
	Buntes Huhn	120	4	24	
Abends:	Böhmischer Mehlpudding	90	—	38	
Dienstag:	Eintopfgericht mit Fisch	120	—	23	
	Pflaumenauflauf	120	—	39	
Abends:	Arme Kriegsritter	30	—	77	Man kann auch geschmortes Obst hierzu reichen.
	Kaffee (Ersatz)	10	—	—	
Mittwoch:	Eintopfgericht „Gemüsevielerlei"	120	4	22	
	Gebratene Grießspätzle	45	—	45	
Abends:	Schwarzer Peter	45	—	50	Die Kartoffeln zu den Klößen koche man am Tage vorher ab.
Donnerstag:	Milchkaltschale	—	—	6	
	Leberpudding	90	—	54	
Abends:	Haferflocken-Fruchtsuppe	60	3	9	

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

		Kochzeit Herd ungefähr Min.	Kochzeit Kochkiste ungefähr Std.	Rezept siehe Seite	Erläuterung
Freitag:	Rhabarberschaum mit Grieß .	30	—	68	Die Speise kann man schon am Tage vorher bereiten.
	Geschmorte Salzheringe . .	30	—	86	
	Pellkartoffeln	30	—	—	Man koche Kartoffeln für abends mit.
Abends:	Bratkartoffeln, Salat von Salzgurken	20	—	79	
Sonnabend:	Haferflockensuppe mit Buttermilch	60	3	3	
	Äpfel und Kartoffeln . . .	30	2	21	Wenn es die Jahreszeit bietet, kann man anstatt der Äpfel auch Rhabarber verwenden.
Abends:	Süße Semmelklöße m. Obstbrei	30	—	48	
	3. Woche.				
Sonntag:	Weinsuppe mit Grieß . . .	30	—	—	Man kann beliebigen Wein verwenden.
	Geschmortes Schweinefleisch .	90	4	52	
	Grüner Salat mit Fruchttunke	—	—	78	
	Salzkartoffeln	30	—	—	
	Apfelscheiben in Gallert . . .	30	—	64	Man bereite das Gallert am Tage zuvor.
Abends:	Brotschnitten mit Bücklingaufstrich	—	—	81	
	Warmes Honiggetränk . . .	15	—	12	Ist besonders in der kalten Jahreszeit bekömmlich.
Montag:	Hafermehl-Kirschsuppe . . .	30	—	10	
	Steckrübenbratlinge	45	—	17	
Abends:	Buchweizenklöße	120	—	51	Die Buchweizengrütze kann man erst in der Kochkiste 3 Std. ausquellen.
Dienstag:	Quarkklößchen mit Obstsuppe .	35	—	48	Man verwende Obst, wie es die Jahreszeit bietet.
	Gemüsegulasch	150	—	24	
Abends:	Graupenbratlinge	120	4	41	Die Graupen lasse man in der Kochkiste ausquellen.

	Warmes Honiggetränk . . .	15	—	12	Ist besonders in der kalten Jahreszeit bekömmlich.
Montag:	Hafermehl-Kirschsuppe . . .	30	—	10	
	Steckrübenbratlinge	45	—	17	
Abends:	Buchweizenklöße	120	—	51	Die Buchweizengrütze kann man erst in der Kochkiste 3 Std. ausquellen.
Dienstag:	Quarktlößchen mit Obstsuppe .	35	—	48	Man verwende Obst, wie es die Jahreszeit bietet.
	Gemüsegulasch	150	—	24	
Abends:	Graupenbratlinge	120	4	41	Die Graupen lasse man in der Kochkiste ausquellen.
Mittwoch:	Flämische Brotsuppe . . .	30	—	6	
	Weißkohl ohne Fett	90	4	18	
	Pellkartoffeln	30	—	—	Man koche für abends Kartoffeln mit.
Abends:	Bratkartoffeln mit Äpfeln .	30	—	37	
Donnerstag:	Rhabarberpudding	30	—	69	Den Pudding bereite man am Tage vorher.
	Bayrisches Eintopfgericht . .	180	4	37	
Abends:	Falscher Pilaff	120	4	40	
Freitag:	Fischgulasch	30	—	57	
	Nudeln mit Backpflaumen .	60	2	42	Die Backpflaumen quelle man abends vorher ein.
Abends:	Pellkartoffeln, geschmorte Gurken	20	—	87	Man koche Kartoffeln für den nächsten Tag mit.
Sonnabend:	Schlesisches Himmelreich mit gekochtem Speck	90	—	32	Aus Sparsamkeitsrücksichten kann man den ausgekochten Speck zum Brotbestreichen lassen.
Abends:	Kartoffelbrei mit Buttermilch	30	—	36	
	4. Woche.				
Sonntag:	Weißbrotsuppe mit Obstwein	25	—	6	Man kann ebensogut Schwarzbrotreste verwenden.
	Bunter Fleischpudding . . .	120	4	52	
	Erdbeerspeise	30	—	71	Man kann auch eingemachte Erdbeeren verwenden.
Abends:	Brotschnitten mit Grützleberwurst	—	—	81	
	Warmbier	20	—	11	Ist vorzüglich in der kalten Jahreszeit geeignet.
Montag:	Gefüllte Mehltaschen . . .	30	—	45	
	Spargelkartoffeln	45	—	30	Man kann auch Büchsenspargel verwenden.
Abends:	Großer Michel	120	—	50	

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

		Kochzeit Herd ungefähr Min.	Kochzeit Kochkiste ungefähr Std.	Rezept siehe Seite	Erläuterung
Dienstag:	Brotsuppe mit Äpfeln . . .	45	2	8	Brotreste können verwendet werden.
	Kieler Fischgericht	45	—	56	
Abends:	Einfache Weißbrotspeise . .	60	—	61	
Mittwoch:	Gedämpftes Steckrübengericht	120	—	18	
	Kriegsschlagsahne	30	—	60	Die Speise kann auch am Tage vorher bereitet werden. — Der Hering muß am Tage vorher eingewässert werden.
Abends:	Prinzeßkartoffeln	30	—	35	
Donnerstag:	Hafermehl-Apfelsuppe . . .	45	2	10	
	Kohlpudding mit Kartoffeln .	120	—	19	
Abends:	Nudelauflauf	90	—	44	Die Nudeln können vorher in der Kochkiste gargemacht werden.
Freitag:	Kartoffelsuppe mit Backobst .	60	3	4	Die Kartoffeln hierzu koche man tags zuvor mit.
	Sardellenbrot	60	—	58	
Abends:	Polenta mit Obst	30	—	39	
Sonnabend:	Pommersches Eintopfgericht .	180	4	23	Die Bohnen weiche man abends vorher ein.
	Nudelsülze	30	—	64	Die Sülze kann man abends vorher bereiten.
Abends:	Haferflockenspeise	120	3	39	
	5. Woche.				
Sonntag:	Tassenbrühe	10	—	—	Hierzu finden Brühwürfel Verwendung.
	Hammelbraten	120	—	—	
	Roterübengemüse	45	—	14	
	Kartoffeln	30	—	—	
	Apfelsinensalat	—	—	65	
Abends:	Brotschnitten m. Kräuterbutter oder Krabbenaufstrich . .	—	—	81	Den Aufstrich bereite man schon morgens.
	Malzbier	—	—	—	

Sonntag:	Tassenbrühe	10	—	—	Hierzu finden Brühwürfel Verwendung.
	Hammelbraten	120	—	—	
	Roterübengemüse	45	—	14	
	Kartoffeln	30	—	—	
	Apfelsinensalat	—	—	65	
Abends:	Brotschnitten m. Kräuterbutter oder Krabbenaufstrich	—	—	81	Den Aufstrich bereite man schon morgens.
	Malzbier	—	—	—	
Montag:	Polnische Linsensuppe	120	4	2	Die Linsen weiche man abends vorher ein.
	Bratäpfel im Schlafrock	45	—	70	
Abends:	Lausitzer Abendgericht	30	—	84	
Dienstag:	Märkisches Allerlei	120	—	29	
	Nudelflammeri	45	—	43	Die Nudeln kann man vorher in der Kochkiste ausquellen lassen.
Abends:	Schnittlauchkartoffeln	30	—	34	In Ermangelung von Schnittlauch verwende man Zwiebeln und Petersilie.
Mittwoch:	Lungengehack	90	—	53	
	Pellkartoffeln	30	—	—	Kartoffeln für den nächsten Tag mitkochen.
	Mohnkrimsel	30	—	75	
Abends:	Wurzeln und Kartoffeln	45	2	25	
Donnerstag:	Brotsuppe mit Apfelwein	30	2	8	Man verwende trockene Brotreste.
	Schellfischgallert und Bratkartoffeln	30	—	57	Das Gallert kann man schon 1—2 Tage vorher bereiten.
Abends:	Brotschnitten m. Leberaufstrich	—	—	82	
Freitag:	Seemannssuppe	120	4	9	Aus Sparsamkeitsrücksichten reiche man den mitgekochten Speck abends zum Brot.
	Gefüllte Gemüserollen	90	—	29	
Abends:	Brotschnitten mit Bücklingaufstrich	—	—	—	
Sonnabend:	Lungenklöße	90	—	49	Reste brate man abends in Scheiben geschnitten auf.
	Pellkartoffeln	30	—	—	Man koche gleich für abends Kartoffeln mit.
Abends:	Kartoffelsalat mit Ei-Öltunke	—	—	89	

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

		Kochzeit Herd ungefähr Min.	Kochzeit Kochkiste ungefähr Std.	Rezept siehe Seite	Erläuterung
	6. Woche.				
Sonntag:	Königinsuppe	15	—	—	Hierzu finden Suppentafeln Verwendung.
	Falscher Hasenbraten . . .	60	—	—	
	Spargelspeise	60	—	30	
	Sonntagsspeise	90	—	64	
Abends:	Graupen mit Äpfeln . . .	120	4	38	Man setze das Gericht schon mittags in die Kochkiste.
Montag:	Pommersche Kartoffelsuppe .	90	3	1	
	Böhmische Nudelspeise. . . .	90	—	42	
Abends:	Weißbrot mit Kartoffelzusatz .	60	—	75	Die Kartoffeln koche man abends vorher ab.
	Kakao	—	—	—	
Dienstag:	Rindfleischwürfel mit Tomaten	120	—	53	
	Kartoffeln	30	—	—	
	Geschmorte Äpfel	30	—	80	
Abends:	Keks- oder Zwiebackspeise . .	60	—	61	
Mittwoch:	Graupen, Rüben u. Kartoffeln	120	4	31	
	Mehlfleckchen	30	—	43	Man kann jedes beliebige Obst hierzu reichen.
Abends:	Apfelschaum mit Grieß . .	30	—	69	Man bereite die Speise schon morgens.
Donnerstag:	Steckrübengericht mit Grütze .	150	4	17	Man kann auch Trockengemüse verwenden.
	Kürbisspeise	60	—	63	Die Speise muß am Tage vorher bereitet werden.
Abends:	Pellkartoffeln, gemischter Roterübensalat	30	—	80	Man menge den Salat schon morgens an.
Freitag:	Sardellenpudding.. . . .	60	—	59	
	Kleine Apfelschnecken . . .	60	—	73	
Abends:	Brühnudeln	30	2	42	Man verwende Brühwürfel in Ermangelung von Fleischbrühe.

Donnerstag:	Steckrübengericht mit Grütze .	150	4	17	Man kann auch Trockengemüse verwenden.
	Kürbisspeise	60	—	63	Die Speise muß am Tage vorher bereitet werden.
Abends:	Pellkartoffeln, gemischter Roterübensalat	30	—	80	Man menge den Salat schon morgens an.
Freitag:	Sardellenpudding.. . . .	60	—	59	
	Kleine Apfelschnecken . . .	60	—	73	
Abends:	Brühnudeln	30	2	42	Man verwende Brühwürfel in Ermangelung von Fleischbrühe.
Sonnabend:	Mecklenburgisches Schwarzsauer	120	—	32	Die Kartoffeln zu den Klößen koche man tags zuvor ab.
	Grüner Salat	—	—	78	
Abends:	Nudeln mit Pökelfleisch . .	120	—	43	Nach Belieben kann man das Fleisch schon mittags mitkochen.

Bemerkung: Die Kochdauer der einzelnen Gerichte ist aus dem Grunde angegeben, damit man weiß, wann man die Speisen zuzusetzen hat. Auch um rechtzeitig Feuer anzumachen, richte man sich nach der genannten Kochzeit.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Anhang: Praktische hauswirtschaftliche Ratschläge.

1. Die Herstellung einer Kochkiste.

Eine große Erleichterung im Haushalt ist eine Kochkiste. Nicht allein bringt sie eine bedeutende Ersparnis an Feuerung, sie ist auch besonders in den heißen Sommermonaten der Hausfrau eine große Annehmlichkeit. Dabei ist die Anschaffung keineswegs mit bedeutenden Geldausgaben verbunden, man kann sich eine praktische Kochkiste auch mit geringen Unkosten und wenig Mühe selbst herstellen.

Man wählt dazu eine feste Kiste, deren Deckel mit zwei Scharnieren zum Aufklappen versehen wird. An der Vorderseite des Deckels bringt man einen Verschlußhaken an, vor den man am besten, während die Kiste im Gebrauch ist, ein Schloß legt, damit nicht unbefugte Hände den Deckel öffnen. Nun klebt man die Kiste ganz mit Zeitungspapier aus. Ist dieses völlig ausgetrocknet, dann beginnt man mit der Füllung der Kiste. Am besten eignet sich saubere, trockene Holzwolle oder Heu. Zunächst legt man eine dicke Lage Holzwolle auf den Boden und stampft sie fest ein. Damit auch nicht die kleinsten Lücken entstehen, schneidet man einen Teil des Füllmaterials fein und streut dieses dazwischen, doch könnte man dafür auch braunen Torfgrus nehmen. Auf diese erste Lage setzt man den für die Kochkiste bestimmten Topf und füllt den übrigen Raum rings um den Topf ebenfalls mit dem angegebenen Füllmaterial fest aus. Nun nimmt man den Topf heraus, legt ein Stück Fries, das auch von einer alten Wolldecke sein kann, über die entstandene Höhlung, und preßt den Topf wieder hinein. Den Stoff nagelt man mit kleinen Blaustiften an den Kanten der Kiste fest, damit er sich nicht verschieben kann. Am Deckel der Kiste bringt man

innen ein fest gestopftes Kissen an, doch kann es auch ein Federbett sein, da sich dieses noch besser anschmiegt.

Als Kochtopf wählt man am besten einen ganz geraden Topf mit fest anschließendem Deckel und mit überklappbaren Henkeln, wie solche eigens für diesen Zweck erhältlich sind.

Will man nun die Kiste benützen, so kocht man das Gericht zugedeckt auf dem Feuer an und setzt den Topf mit seinem kochenden Inhalt sofort in die Kochkiste, worauf man schleunigst deren Deckel schließt. Das muß sehr schnell geschehen, damit nicht zu viel Hitze entströmt. Hat man das Gericht auf offenem Feuer angekocht, legt man zur Schonung der Kiste eine Zeitung unter den Topf; das erübrigt sich aber, wenn man es auf der Gasflamme angekocht hat. Damit man die Kiste nicht vor dem Garwerden des Gerichtes öffnet, was von noch ungeübten Hausfrauen anfangs wohl vorgenommen wird, ist es besser, ein Gericht lieber etwas zu lange stehen zu lassen, als es zu früh herauszunehmen. Ist der Topf vor der Garzeit geöffnet, so muß das Gericht stets von neuem angekocht werden. Um die Zeitdauer der Kochzeit zunächst zu erproben, kocht man anfangs solche Gerichte, die nötigenfalls am folgenden Tage gegeben werden können, also zum Beispiel Weißkohl mit Kartoffeln, Sauerkohl, Reis, Hülsenfrüchte, Brühsuppen und dergleichen.

Im Winter stelle man die Kochkiste möglichst in einen warmen Raum, damit sie nicht auskühlt. Falls man die Küche nicht heizt und der Kochkiste einen Platz im Zimmer gönnt, so kann man ihr Äußeres auch verschönen, um sie ganz unauffällig im Zimmer aufzubewahren. Zu diesem Zweck überzieht man eine Kiste, welche die Form einer Truhe hat, mit grauem Barchent und versieht den Deckel, sowie die Seiten mit einer Nagelarbeit; für die beiden Seiten sind zwei Messinggriffe sehr zweckmäßig.

Eine so zurecht gemachte Kiste dient zugleich einem doppelten Zweck, indem sie als Ofenbank noch ein gemütliches Plätzchen schafft. Zur Zierde kann auch eine hübsche leichte Stickerei aufgelegt werden.

Nach jedesmaligem Gebrauch ist die Kochkiste zu lüften, da die Dämpfe, die sich entwickeln, leicht Feuchtigkeit im Füllmaterial entwickeln.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

2. Praktischer Kochbeutel aus Papier.

Einst rief man den Hausfrauen zu ihrer Bequemlichkeit die Worte: „Koche auf Gas!" zu. Doch heute geht die Sparsamkeit weit über die Bequemlichkeit, und es heißt jetzt statt dessen: „Koche in Papier!" Der Kochbeutel sollte in keinem Hause mehr fehlen. Wollen ihn viele Hausfrauen auch nicht beim Kochen selbst benutzen, so werden sie ihn zum Warmhalten der Speisen sehr schätzen lernen. In jeder Jahreszeit, ob Sommer oder Winter, ist ein Kochbeutel im Haushalt fast unentbehrlich, besonders in solchen Haushaltungen, in denen unregelmäßig gegessen wird, leistet er vorzügliche Dienste.

Zur Anfertigung eines Kochbeutels, der leicht ohne Kosten herzustellen ist, verwendet man eine ausgediente wollene Decke, auch alten Wollflanell; auch abgeschnittene Strumpflängen und ähnliches erfüllen zusammengenäht denselben Zweck. Von diesen alten zusammengenähten Wollstoffen schneidet man zunächst ein kreisrundes Stück, das ungefähr 1 Meter Durchmesser hat. Auf dieses erfolgt die Papiereinlage. Ganze Bogen Zeitungspapier reibt man, so daß sie ganz welk werden, dann streicht man sie wieder glatt. Von ihnen legt man 10—12 Blätter übereinander und näht mehrere solcher Lagen mit der Maschine aneinander, bis sie die gleiche Größe des Wollstoffes erhalten haben. Auf die Papierlage legt man nun von anderem sauberen Stoff eine dritte passende Lage auf, die die Außenhülle ergibt. Den Rand schneidet man glatt und vernäht ihn sauber. Ungefähr in Handbreite näht man vom äußeren Rande große Hornringe in gleichen Abständen an, durch die man eine nicht zu dicke, lange Schnur zieht. Der fertige Kochbeutel gleicht nun einem Riesentabaksbeutel.

Hat man das Essen in einem festschließenden Topf zum Kochen gebracht, so breitet man den Beutel auf dem Küchentische aus und legt einige Bogen Zeitungspapier hinein. Hierauf setzt man sehr schnell den zugedeckten Topf mit dem kochenden Inhalt und zieht mit einem Griff die Schnur an. Nach kurzer Übung geht das sehr schnell. Die Schnur wickelt man mehrere Male um den zusammengezogenen Beutel, so daß der Topf ganz fest darin steckt

und keine Hitze entströmen kann. Den gefüllten Kochbeutel setzt man in eine Ecke und legt möglichst eine Decke oder ein Kissen darunter und darauf. Die Kochdauer für die einzelnen Gerichte ist die gleiche wie bei der Kochkiste.

Dient dieser Beutel auch nicht zum Kochen, so benutzt man ihn zum Warmhalten von Kaffee oder Wasser. Eine Hausfrau, die es einmal versucht hat, hierin zu kochen oder warm zu halten, wird diese praktische Stütze, die nichts anbrennen läßt, niemals außer Tätigkeit lassen.

3. Etwas über das Kochen im Wasserbade.

Trotzdem es genügend bekannt ist, daß alle im Wasserbade bereiteten Speisen ihren vollen Nährwert behalten, der dagegen beim gewöhnlichen Kochen im Topf auf direktem Feuer zum Teil verloren geht, wird diese Kochweise leider nur allzu wenig beachtet.

Das Kochen im Wasserbade ist für eine große Anzahl Gerichte geeignet, auch verlangt die Zubereitung der Speisen entschieden weniger Arbeit als bei offenem Feuer, bei dem man gewöhnlich in Sorge um das Anbrennen ist. Zum Kochen im Wasserbade ist die Neuanschaffung teurer Gerätschaften durchaus nicht notwendig, alle dazu benötigten Gefäße sind meistens in jedem Haushalt vorhanden. Zum Kochen großer oder mehrerer Töpfe und Formen kann man je nach Bedarf jeden hohen Koch- oder Waschtopf verwenden; besser benutze man einen sogenannten Dampftopf, wo ein solcher besonders zum Einmachen vorhanden ist. Für das Gericht selbst kann man jeden gut schließenden Kochkistentopf oder verschließbare Puddingformen, sowie auch Steinkrüge mit Patentverschluß verwenden.

Beim Einfüllen solcher Gerichte, die beim Kochen nicht zusammenschrumpfen, sondern aufquellen, ist zu beachten, daß genügend Raum bleibt, auch ist es nötig, daß bei solchen aufquellenden Speisen, wie Reis und Mehlspeisen; genügend Flüssigkeit mit in die Form gegeben wird, damit das betreffende Gericht nicht trocken wird. Ist die Form nach Vorschrift gefüllt, so schließt man sie fest und setzt sie in einen mit Wasser gefüllten Topf. Benutzt man solche Gefäße, die leicht zerspringen, so ist es ratsam, eine

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK Baden-Württemberg

dünne Holzplatte, Teller oder Deckel auf den Boden des Topfes zu legen. Der Wasserbadtopf muß mit passendem Deckel bedeckt werden. Von Zeit zu Zeit hat man nur darauf zu achten, daß regelmäßig das verkochte Wasser durch kochendes ersetzt wird und das Herdfeuer stets gleichmäßig im Gang bleibt. Allerdings muß die Kochzeit der Speisen im Wasserbad um eine Stunde länger als gewöhnlich ausgedehnt werden, jedoch verringern sich die Feuerungskosten insofern, als man mehrere Gerichte zugleich in einem genügend großen Topf kochen kann. Es empfiehlt sich daher dringend, um Arbeit und Feuerung zu sparen, häufiger einen vollbesetzten Topf mit mehreren Gerichten zu kochen. Auf diese Weise kann man für mehrere Tage verschiedene Gerichte auf einmal kochen. Besonders für arbeitsreiche Tage ist das eine große Erleichterung.

Eine Zusammenstellung solcher Speisen, welche die gleiche Kochzeit verlangen, ist: Gulasch, Rollfleisch und Fleischpudding. Erstere zwei werden wie gewöhnlich angebraten und sogleich mit der nötigen fertigen Tunke in die Form gegeben und hierin das Fleisch gargemacht. An Gemüsegerichten benötigen die gleiche Kochzeit: Kohlpudding, Spanisch Fricko, Kohl mit Hammelfleisch, Steckrüben und Kohlrabi. Sogar einige Mehlspeisen kann man zur Abwechslung mit einsetzen, solche wären: Reis-, Semmel- oder Grießpudding.

Um allerdings solche Speisenauswahl für die ganze Woche abzukochen, ist es nötig, daß man dann nur festschließende Steinkruken mit Gummiring benutzt. Die Speise hält sich in solchen längere Zeit, dagegen würde das Gericht, in undichten Gefäßen abgekocht, in der heißen Jahreszeit leicht dem Verderben ausgesetzt sein. Obgleich diese Vorratskocherei an dem betreffenden Kochtage etwas mehr Arbeit macht, wird das durch eine Reihe arbeitsfreier Tage reichlich gelohnt. Wenn zum Beispiel am Montag auf Vorrat gekocht würde, so würde der Speisezettel für diese Woche wie folgt aussehen: Dienstag: Milchreis mit irgendwelchem geschmorten Obst. Mittwoch: Spanisch Fricko. Donnerstag: Fleischpudding. Freitag: Ein frisch gekochtes Fischgericht und der schon bereitete Grieß- oder Semmelpudding als Nachspeise. Sonnabend: Kohl mit Hammel-

fleisch oder ein anderes Gemüsegericht. Als besseres Sonntagsgericht dürfte gewiß das fertige Gulasch oder Rollfleisch (Rouladen) anzusehen sein. Da nun hierdurch die hauptsächlichste Sonntagskocherei schon erledigt wäre, so wird der Hausfrau auf diese Weise ein Kirchgang oder ein Sonntagsfrühspaziergang ermöglicht; denn wohl in den meisten Haushaltungen ist die Hausfrau stets vormittags durch die Kocherei gebunden. Alle übrigen Kochvorbereitungen können schon am Tage zuvor getroffen werden. Es ist dann nur noch notwendig, das Fleisch im Wasserbade zu erwärmen und Salzkartoffeln abzukochen. Vielleicht erübrigt es sich zu sagen, daß alle Art Bratenreste nur dann wirklich schmackhaft bleiben, wenn sie im Wasserbade aufgewärmt werden.

In Anbetracht der großen Annehmlichkeit, und vor allem der Feuerungsersparnis wegen, sollte eine jede Hausfrau, die im Besitze eines großen Einmachtopfes ist, einmal diesen Versuch machen, der sicherlich zur Zufriedenheit führen würde. Außer den obengenannten Gerichten kann man durch viele andere eine große Abwechslung schaffen.

4. Unnütze Fettschlucker.

Obgleich die meisten Hausfrauen auch der Meinung sind, im Verbrauch von Fett sparsam hauszuhalten, werden bei der Zubereitung von Speisen ungeahnt doch allerlei Fehler begangen, durch die so mancher Tropfen Fett unnütz vergeudet wird. Unnütze Fettschlucker sind zum Beispiel verschiedene Küchengeräte. Viele Hausfrauen verwenden beim Fettauslassen oder Fetterhitzen, wie es bei der Zubereitung von Tunken oder Röstmehl sehr oft der Fall ist, hölzerne Kochlöffel. Das ist jedoch ganz falsch, da beim Umrühren eine ganz erhebliche Menge Fett in das Holz einzieht. Aus diesem Grunde ist es ratsam, hierzu stets nur Löffel aus Metall zu nehmen. Ebenso verwende man beim Schneiden von Talg oder Schweinefett stets nur Porzellanbrettchen, da alle zum Fettschneiden benutzten Holzbretter mit einer ganz bedeutenden Menge Fett unnütz gesättigt werden. Alle zum Umrühren von fettigen Speisen benötigten Kochlöffel lege man stets auf einen sauberen Teller, damit man die angesammelten Fettropfen zum Schluß an die Suppen oder Tunken

spülen kann. Das sollte man, schon allein der Ordnung halber, niemals unterlassen.

Auch die Behälter, in denen man Fett aufbewahrt, sollen dazu geeignet sein. Steingutnäpfe sind ungeeignete Gefäße zur Aufbewahrung von Fett, besonders wenn man es heiß eingießt. Ältere Steingutnäpfe weisen überdies gewöhnlich viele Risse auf, so daß die poröse Steingutmasse das noch flüssige Fett in sich aufsaugt und es sogar sehr häufig durchziehen läßt. Aus diesem Grunde verwende man zum Aufbewahren solcher Fette, die man heiß in die Behälter gießt, stets nur tadellose Porzellan- oder Emailnäpfe. Rissige Kochtöpfe aus Steingut, wie zum Beispiel das beliebte Bunzlauer oder Schwarzwälder Geschirr, sind aus diesem Grunde zum Fettschmelzen ebenfalls ganz ungeeignet.

5. Kartoffelreste zu verwenden.

Sehr oft hört man Hausfrauen klagen, daß sie Reste von gekochten Kartoffeln fortwerfen mußten. Wegen Mangel an Fett war es ihnen nicht möglich, sie zu Bratkartoffeln zu verwenden. In den heißen Monaten sind gekochte Kartoffeln schon am zweiten Tage weich, so daß es ausgeschlossen ist, sie dann noch zur menschlichen Nahrung zu gebrauchen. Auch der kleinste Rest gekochter Kartoffeln läßt sich, wie folgt, für später verwenden. Man reibt die erkalteten Kartoffeln mit der Reibemühle, sind es zu wenig, so reibt man sie auf dem Reibeisen oder zerdrückt sie sogleich mit der Gabel. Dieses Kartoffelmus breitet man auf flachen Tellern aus und stellt es zum Trocknen in die warme Bratröhre. Sobald es eine vollständig trockene Masse geworden ist, zerreibt man sie mit dem Nudelholz oder zerstößt sie in dem Mörser zu feinem Pulver. Dieses bewahrt man in Blechbüchsen an trockenen Orten auf und verwendet es zum Bündigmachen von Suppen, Tunken und Gemüsen.

6. Sauer gewordene Fleischbrühe.

An warmen Tagen kommt es öfter vor, daß ein Rest Fleischbrühe von einem Tag zum anderen säuerlich geworden ist. Ist dieser Geschmack noch nicht allzu schlimm, so kann man die Fleischbrühe nochmals genußfertig machen, indem man eine

Messerspitze voll doppeltkohlensaures Natron mit derselben aufkochen läßt und den sich bildenden Schaum abnimmt.

7. Verwendet den Rahm der abgekochten Milch!

Anstatt der Butter mundet als Brotaufstrich der dicke Rahm der abgekochten Milch vorzüglich, besonders von den Kindern wird eine solche Schnitte sehr bevorzugt. In Haushaltungen, in denen täglich mehrere Liter Milch gekocht werden, ist das sehr lohnend und erspart so manches Stück Butter oder anderen Aufstrich. Man wird erstaunt sein, wie gut eine Brotschnitte mit solchem Rahm, mit Zucker oder Salz überstreut, schmeckt. Auch mit gehackten Nüssen vermischt, bringt es eine gute Abwechslung.

8. Spiegeleier ohne Fett zu bereiten.

Man läßt für je 1 Ei 1 Eßlöffel Wasser in der Pfanne heiß werden, in dem man $^1/_2$ Brühwürfel auflöst. Ist dieser vollständig zergangen, so schlägt man das Ei hinein und läßt es auf kleiner Flamme gar werden. Nachdem man wie gewöhnlich etwas Salz verstreut hat, wendet man das Ei mit geschicktem Griff um, so daß auch die obere Seite gar wird. Da das Eiweiß viel loser bleibt als in Fett gebraten, so ist diese Bereitungsweise besonders für magenkranke Personen zu empfehlen.

9. Wie erzielt man ein kräftiges Gelb bei Eierspeisen?

Um beim Legieren von Eierspeisen einige Eier zu sparen, quirlt man das Eigelb eine Stunde vor dem Gebrauch mit einigen Körnchen Salz auf. Das gibt den Speisen ein ganz kräftiges Gelb.

10. Ersatz für Sahne an Bratentunken.

Die meisten Bratentunken werden im Geschmack verfeinert, wenn man sie mit saurer Sahne abrührt. Aber da es oftmals schwer hält, solche zu beschaffen, so wird es von Wert sein, zu wissen, wie man dafür Ersatz schafft. In Haushaltungen, in denen der tägliche Milchverbrauch ein größerer ist, kann man sich für den Sonntagsbraten ein ausreichendes Teil Sahne aufsparen. Man läßt die Milch bis zum Abkochen einige Stunden zugedeckt

stehen, nimmt dann den entstandenen Rahm ab und spart ihn von mehreren Tagen auf. Will man die Milch nicht fettarm machen, oder in der heißen Jahreszeit, wenn ein Stehenlassen der Milch nicht ratsam ist, so kann man sich auf andere Weise Ersatz schaffen.

Eine sorgsame Hausfrau arbeitet ihren Küchenzettel stets mehrere Tage zuvor aus. Beabsichtigt man in den nächsten Tagen einen Braten zu machen, so setzt man einige Tage zuvor ein Schälchen Milch zum Dickwerden hin. Aber auch nicht selten wird es vorkommen, daß unerwartet Änderungen des Küchenzettels vorkommen. Auch hier kann die Hausfrau sich leicht behelfen. Um das Sauerwerden der Milch zu fördern, gibt man einige Tropfen Zitronensäure dazu. Auch gewöhnliche Buttermilch ist ein guter Sahneersatz. Ungefähr gleich kommt der Sahne folgendes: $^1/_2$ Eßlöffel Butter rührt man mit etwas Zitronensaft und Weizenmehl schäumig, gießt eine Tasse laue Milch hinzu und seimt dieses an die braune Bratentunke.

11. Wie verlängert man Marmelade?

Es kommt oft vor, daß die käufliche Marmelade reichlich süß ist und hierdurch ein längerer Genuß derselben widerlich wird. Um dagegen Abhilfe zu schaffen, und überhaupt eine Veränderung im Geschmack zu erzielen, koche man in wenig Wasser ein dickes Rhabarberkompott, das man durch ein Sieb streicht und mit einem Teil der fertigen Marmelade vermengt. Auf diese Weise hat man nicht allein eine kleine Abwechslung im Brotaufstrich erreicht, sondern gleichzeitig etwas Zucker erspart.

12. Apfelsinenschalensirup.

Aus einer größeren Menge frischer Apfelsinenschalen kann man einen vorzüglichen Apfelsinensirup bereiten. Die dünngeschälte gelbe Schale legt man eine Nacht in kaltes Wasser. Am folgenden Tage kocht man die Schalen in so viel frischem Wasser, daß sie gerade bedeckt sind, ungefähr 15—20 Minuten, wobei man den Topf zudeckt. Nachdem man die Schalen hat abtropfen lassen, mißt man den gewonnenen Saft und kocht je 1 Liter Saft mit $1^1/_2$ Pfund Zucker dicklich ein. Diesen würzigen Sirup kann

man nach Belieben als Brotaufstrich oder zum Würzen von Obst- und Milchsuppen, sowie auch zu anderen Speisen verwenden.

13. Apfelschalentee.

Sämtliche Apfelschalen, die es im Haushalt gibt, trocknet man auf einem Porzellanteller oder auf einem mit weißem Papier bedeckten Blech in der Röhre ab. Die Vorräte hebt man in Mullbeuteln an trockenem Ort auf. Will man als Abendgetränk Apfeltee bereiten, so verfährt man wie folgt. Man setzt für je eine Tasse eine Handvoll Apfelschalen mit je einer Tasse Wasser, Zimt und Zitronenschale auf. Nachdem sie ungefähr 5 Minuten zugedeckt gekocht haben, seiht man den Tee durch, setzt ihn nochmals auf, süßt ihn und seimt ein wenig Kartoffelmehl daran. Etwas Zitronensaft macht dieses äußerst bekömmliche Abendgetränk ganz besonders schmackhaft.

14. Sprich beim Kochen deutsch!

Leider haben sich in unserer deutschen Sprache unendlich viele Fremdwörter eingenistet. Wohl wird es schwer fallen, alle diese Ausdrücke, die sich schon zu fest eingewurzelt haben, auszurotten, doch sollte jeder gute Deutsche bestrebt sein, mitzuhelfen in seinem Kreise, dem Mißbrauch unnützer fremder Ausdrücke, die oft noch falsch angewandt werden, zu steuern. Besonders auch an unsere Hausfrauen in ihrem Küchenbereich geht diese Forderung. Zu einem deutschen Gericht gehört auch ein deutsches Wort!

Betrachten wir einmal ein deutsches Kochbuch, das meist von Fremdausdrücken wimmelt, oder ein sogenanntes „Menü", das zu einem „Diner" aufgestellt wird. Auf gut deutsch ist hiermit nur die Speisenfolge bei einem Mittagsmahl gemeint.

Klingt vielleicht „Bouillon" feiner als Fleischbrühe, oder „Hors d'oeuvre" besser als Nebengericht? Als Vorspeise (Entree) wird ein „Ragout fin en coquilles" aufgetragen. Wenn wir dieses Würzfleisch in Muschelschalen verzehrt haben, gibt es einen Lendenbraten (Filet), eine gedämpfte Kalbskeule (Frikandeau) oder ein am Rost gebratenes Fleisch (Grillade), sowie eine gefüllte Kalbsbrust (farciert). Hierzu die von einer deutschen Köchin bereiteten Tunken (Soßen), die man „Mayonnaise" an-

statt Eieröltunke, oder „Remouladensoße" anstatt würzige Eiertunke, auch „Bechamelsoße" anstatt Rahmzwiebeltunke nennt. Zum Nachtisch (Dessert) gibt es dann noch verschiedene Leckerbissen (diverse Delikatessen). Natürlich darf der Kaffee mit Schlagsahne (Café melange) nicht fehlen.

In den Gasthäusern (Restaurants) ist es besonders angenehm, wenn man seinem eigenen Geschmack gerecht werden kann und sich nach der Speisekarte (à la Carte) einen Teil (Portion) einer Speise auftragen lassen kann. Leider treten hierbei wieder die entsetzlichen „Verlegenheitswörter" in den Weg. Man möchte wohl Rinderschmorbraten essen, wenn man wüßte, daß „Boeuf à la Mode" dasselbe ist. Auch noch andere wohlschmeckende (delikate) Speisen weist die Speisekarte auf, als zum Beispiel rohes Rindfleisch (Beefsteak à la Tartare), am Spieße gebratenes Fleisch (brochiert), Rindslende (Chateaubriand), Fleischspeisen in Gallert (Chaudfroid), gebackene Kartoffelspeise (Croquettes), Pfeffergurken (Cornichons), Fleischklöße (Frikandellen), Wildbraten, bei dem der feine Wildgeschmack (Hautgout) die Hauptsache ist. Ferner Perlbohnen (Harricots), Hackfleischbrei (Hachee), Suppen mit Kräutereinlage (Jardinière), Königinsuppe (à la Reine), Ochsenschwanzsuppe (Ortail-Suppe), Kartoffelbrei (Püree), Gerichte vom Kalbskopf (Mockturtle Ragout), gebratene Rinderscheiben (Rumpsteaks), Rostbraten (Roastbeef), Rindfleischrollen (Rouladen), Auflauf (Souflee), Fleisch in Blätterteighülle (Vol au vent) und die würzig schmeckenden (pikanten) gemischten Essiggemüse (Mixed-Pickles), Fische in verschiedenen Würzlacken (Marinade), Fleischsülze (Aspik) nicht zu vergessen.

Vorstehend ist nur ein ganz geringer Teil fremdartiger Küchenbenennungen angegeben. Man sieht, daß unsere Muttersprache, der wir uns nicht zu schämen brauchen, wohl für jedes Fremdwort selbst einen treffenden Ausdruck aufzuweisen hat. Also kein Fremdwort mehr für das, was in der Kochkunst deutsch gut ausgedrückt werden kann!

15. Gefährliche Angewohnheiten.

Eine üble Angewohnheit ist manchem Menschen schon häufig zum Verderben geworden. Wie oft beobachtet man z. B. bei

Hausfrauen, daß sie ihre Schürze als Topfanfasser benutzen. Früher, als man denkt, hat die Schürze Feuer gefangen und ein lebensgefährliches Unglück tritt ein. Andere klopfen die beim Umrühren der Speisen am Holzlöffel haftenden Reste an dem Rand des Topfes ab. Hierbei blättert sehr leicht die Glasur des Topfes ab; solche Splitter sind häufig der Erreger eines Darm- oder Magenleidens. Ebenso unbedacht ist es, den soeben abgenommenen Deckel auf die heiße Herdplatte zu legen, wenn man nach einer kochenden Speise sehen will. Durch die entstehende schroff wechselnde trockene Hitze bekommen Emaildeckel leicht Sprünge. Nach dem Auflegen auf den Kochtopf lösen sich von dem Deckel ebenfalls Emailteile ab, die unbemerkt ins Essen fallen und somit zum Verderben werden können. Verzinnte Blechlöffel lasse man niemals in den umzurührenden Speisen stecken. Geschmolzene Zinnteilchen haben schon oftmals eine innerliche Vergiftung herbeigeführt.

16. Zur Schonung der Aufwischtücher.

Die Haltbarkeit eines Aufwischtuches steht meist nicht im Verhältnis zu dem hohen Preis, den man bei der Anschaffung dafür anlegen muß. Sparsame Hausfrauen setzen schon deshalb einen beliebigen alten Stoffrest auf die Mitte des noch neuen Scheuertuches, wodurch seine Haltbarkeit sehr erhöht wird. Der ärgste Zerstörer des Gewebes der Aufwischtücher sind die Borsten des Schrubbers, den man beim Aufwischen sehr gerne benutzt. Man wird finden, daß die Lebensdauer eines Scheuertuches um das Doppelte verlängert wird, wenn man für diesen Zweck einen Schrubber benutzt, der durch sein Alter bereits alle Borsten verloren hat.

Jedes Scheuertuch muß nach seiner Benützung stets einer gründlichen Reinigung unterzogen werden, auch soll man es nachher zum Austrocknen aufhängen. Solche Scheuertücher, die der steten Feuchtigkeit ausgesetzt sind, indem man sie zusammengewunden im Scheuereimer liegen läßt, sind dem Verfaulen unbedingt rasch zugängig.

17. Wäscheersparnis im Haushalt.

Es ist die Pflicht einer jeden Hausfrau, nicht allein mit Lebensmitteln sparsam hauszuhalten, sondern auch mit allem, was im Haushalt benötigt wird, zu sparen. Daß gerade mit den Wäschestücken häufig recht flott gewirtschaftet wird, steht wohl fest. Wenn man mit der Wäsche spart, so ist damit nicht gesagt, daß man äußere Unsauberkeit an den Tag legen müßte; die Sparsamkeit besteht nur darin allein, wie man die Wäsche, die im Gebrauch ist, hält. Durch Ordnung wird so manches Wäschestück erspart, während es durch Unordnung vergeudet wird. Ein gleichgültig zusammengelegtes, hingeworfenes Wäschestück wird zerknittert und sieht dann unordentlich aus.

Obwohl auch Leib- und Bettwäsche regelmäßig gewechselt werden muß, so kann diese durch häufige Bäder der betreffenden Personen viel sauberer erhalten bleiben. Kopfkissen der Kinderbetten bleiben am besten unüberzogen und werden unter das Bettuch gelegt. Kleiderärmel werden durch Schlupfärmel aus schwarzem oder grauem Alpakastoff sehr geschont. Auch an Schürzen kann bedeutend gespart werden. Eine schwarze Alpakaschürze sieht im Haushalt stets gefällig aus. Für grobe Hausarbeiten sind Schürzen aus Wachstuchstoff oder geripptem Samt äußerst praktisch. Erstere können leicht abgewischt werden und letztere sind in schon benutzter Seifenlauge schnell durchgewaschen; wenn sie, ohne gewringt zu sein, naß aufgehängt werden, so verlangen sie nach dem Trocknen nicht einmal das Bügeln. Auch für Kinderschürzen sind die genannten Stoffe recht praktisch. Weiße Mädchenbeinkleider sollten durch solche aus dunkelblauem Cheviot ersetzt werden, sie ersparen gleichzeitig ein Unterröckchen. Nicht geringe Mühe verursacht das Reinigen der Tischwäsche. Große Tischtücher sollten für den täglichen Familientisch, wenn der Hausvater nicht anwesend ist, möglichst gemieden werden. Aber auch dem Hausherrn würde ein sauberes Wachstuch für den täglichen Tisch die Eßlust nicht beeinträchtigen.

Gardinen bleiben viel länger sauber, wenn man sie beim täglichen Reinemachen zurückzieht oder -steckt. Auch der Verbrauch an Küchenwäsche ist in großen Haushaltungen meist

kein geringer und ihre Reinigung beansprucht sehr viel Seife und vor allem Kräfte. Man kann an Handtüchern sehr sparen, wenn das Geschirr heiß gespült wird; nachdem es gut abgetropft ist, kann man mit einem Tuche große Mengen Geschirr abtrocknen. Für emailiertes oder Holz- sowie Bunzlauer Geschirr verwende man stets ein Stück Barchent; wenn es feucht ist, so trocknet es diese Art Geschirre vollständig trocken aus. Dieses Tuch wird nach dem täglichen Abtrocknen kalt oder lauwarm ausgewaschen.

Zum Putzen der Lampen, Fenster und Metalle sollte man möglichst weiches Papier oder solche Lappen, die man sonst nur in die Lumpenkiste werfen würde, verwenden. Diese verlangen keine Reinigung, sondern werden nach dem Gebrauch verbrannt. Beim Staubputzen sollte man stets zwei Tücher bei der Hand haben, und zwar ein gebrauchtes zum Vorwischen und ein sauberes zum Nachreiben. Ledertücher sind ganz besonders praktisch. Weiße Herrenkragen lassen sich mit gebrannter Magnesia abreiben.

Durch diese Einrichtung wird man eine wesentliche Ersparnis an Seife, Feuerung und Arbeitskraft bemerken.

18. Verwendet geeignete Seifenlappen!

Nachdem die Seife ein teurer Artikel geworden ist, heißt es den Verbrauch sehr einschränken. Sie ist freilich ein unentbehrliches Reinigungsmittel für alle Dinge. Nicht überall leisten Ersatzmittel dieselben Dienste. Ein großer Fehler wird vielfach dadurch begangen, daß ungeeignete Seifenlappen verwendet werden. Nicht mit Hilfe eines beliebigen Gewebes vollbringt die beste Seife die erwartete Wirkung. Den meisten Schaum erzielt man beim Abseifen von gestrichenen Gegenständen nur mit reinwollenen Lappen. Wo es angeht, verwende man möglichst nur Regenwasser.

Auch sollte man zum Abseifen der Kinder stets nur Lappen verwenden, die aus weißem Flanell oder aus weißer Wolle gestrickt sind. Zum Abseifen des Kopfes sowie der Füße genügt sogar ein Stück eines ausgedienten grauen Strumpfes. Wollene Seifenlappen haben außerdem noch den Vorteil, daß sie nicht so leicht schleimig werden, wie es bei anderen Stoffarten der Fall ist.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

19. Gefährliche Gäste in der Speisekammer.

In der heißen Zeit stellen sich die Fliegen gerne in der Speisekammer ein. Deshalb sollte jede Hausfrau, der nicht ein Fliegenschrank zur Verfügung steht, ihre Speisereste beim Fortstellen sofort vor den bösen Gästen schützen. Der Fliegenschrank wird meistens durch Drahtglocken ersetzt, aber gewöhnlich sind die Speisekammern so klein, daß man diese Glocken nicht vorteilhaft aufstellen kann. Als Ersatz dafür näht man sich, von ungebleichtem Nessel oder Mull, Säckchen in verschiedenen Größen. Längliche für Bratenplatten, viereckige für runde Schüsseln und dergleichen verschiedene Formen. Die Schüssel mit dem Speiserest verdeckt man zunächst mit einem Teller, dann schiebt man sie in den passenden Sack. Diesen bindet man mit den Bändern, welche an dem Säckchen befestigt wurden, fest zu. Alle Hausfrauen, die diese Ordnung in ihrer Speisekammer einführen, können ihre Speisereste vor den unerbetenen Eindringlingen schützen und sie ohne Bedenken auf den Tisch bringen

20. Wie schont man die Kinderkleider?

In einem sparsamen Haushalt heißt es, nicht immer Neues an Kinderkleidern anschaffen, sondern Altes erhalten. Praktische Mütter kramen deshalb aus Fächern und Schränken alles irgend Brauchbare hervor, um daraus Kleidungsstücke für die Kleinen herzurichten.

Besonders durch das Tragen des Schulränzels werden die Schulanzüge und Kleider auf dem Rücken bald blank- und dünngescheuert. Diesem Übelstand kann man abhelfen, wenn man die Rückseite des Ränzels vom Sattler mit einem Stück Samt oder Plüsch beschlagen läßt. Dies schont die Kleider sehr.

Unsere Kleinsten dagegen haben die Angewohnheit, auf dem Fußboden herumzukriechen. Das bringt gar bald die Vorderseite ihrer Kleidung in Unordnung. Die Knieflächen der Strümpfe sind durchgerieben und die Schuhspitzen durchgestoßen. Um den Kindern das Vergnügen nicht zu stören, zieht man ihnen Knieschützer über, die man aus alten Strumpfschäften anfertigt. Damit die Schuhspitzen nicht immer abgeschabt sind, zieht man den Kleinen über die Schuhe abgeschnittene baumwollene Strumpf-

socken, deren Spitzen mit einem Stück eines alten Lederhandschuhes vorgeschuht wurden.

Auch die Blusenärmel machen allerhand Verdruß, entweder sind sie am Ellenbogen durchgebohrt oder die Unterärmel blankgescheuert. Hier sei besonders auf die Ärmelschützer hingewiesen. Für die Sommermonate sind die aus Satin recht praktisch, und im Winter wärmen solche aus Alpakastoff gleichzeitig.

Auf diese Weise wird die Kinderkleidung sehr geschont, und man erspart manche Ausgaben und Arbeit.

21. Selbstgemachte Haarbänder.

Sehr stolz sind die kleinen Mädchen meist auf eine hübsche Haarschleife. Was aber Haarbänder für Ausgaben verursachen, weiß nur eine Mutter, die mehrere Töchter hat.

Alle alten Bänder werden aufgefärbt und vertragen. In manchen Kästchen liegen aber sicher noch Reste von zartfarbigen und dunklen Seidenstoffen, die sorgfältig aufbewahrt wurden, trotzdem sie oftmals nicht mehr zu Garnituren reichen. Zu einem Haarbändchen langt es meist doch noch. Man schneidet aus solchen Stücken in passender Breite ein langes Ende, das sogar in der Mitte gestückt werden kann, denn im Bindeknoten fällt eine Naht nicht auf. In Strohhalmbreite säumt man die beiden Längsseiten. Auf dem Saum steppt man mit abstechendem Garn oder Nähseide mit der Maschine zwei- bis fünfmal entlang. Nachdem der Saum ausgebügelt ist, macht sich solches selbstgemachte Haarband sehr hübsch und erfüllt seinen Zweck genau so gut wie ein gekauftes.

22. Grau gewordene Strümpfe.

Eine ganz wesentliche Ausgabe verursacht die Neuanschaffung von Strümpfen. So manches Paar Strümpfe ist wegen seiner Unansehnlichkeit ausgeschieden worden. Freilich kann man mit einem Paar Strümpfe, das in grünlich-schwarzgrauen Farben schillert, nicht mehr viel Staat machen. Schlechte, sodahaltige Laugen sind arge Zerstörer der schwarzen Farbe. Um die Farbe der Strümpfe möglichst lange tiefschwarz zu erhalten, meide man alle scharfen Waschmittel. Sehr zu empfehlen sind folgende

Laugen: Eine Abkochung von Quillajarinde oder Kastanien, ein Auszug von Zigarrenstummeln sowie das Abkochwasser von trockenen Bohnen, falls man solche für die Mittagsmahlzeit gekocht hat. Ein ganz müheloses Waschen erzielt man dann, wenn man die unsauberen Strümpfe in einer der genannten Laugen kurze Zeit weichen läßt.

Solche Strümpfe, die ihre Farbe durch falsche Behandlung bereits eingebüßt haben, kann man oftmals wieder auffrischen, wenn man sie eine Zeitlang in lauwarmes Wasser legt, in dem man einen halben Teelöffel Pottasche auflöste. Oftmals gelingt es, unansehnliche schwarze Strümpfe dadurch wieder aufzufrischen.

Ein solcher Versuch, der nicht viel kostet, dürfte zur Zufriedenheit führen.

23. Kleidungsstücke aus geripptem Samt zu reinigen.

Nicht nur dann, wenn es die große Mode vorschreibt, sondern zu allen Zeiten sind Kleidungsstücke aus geripptem Samt, besonders für Kinderanzüge, zu empfehlen. Knabenschulanzüge aus solchem Samt halten wohl dreimal so lange als der beste andere Stoff. Eine Mutter, die mehrere schulpflichtige Buben hat, weiß, was es heißt, Ellbogen und Hosenböden auszubessern. Da dieser Samt fast als unverwüstlich zu betrachten ist, so wäre es sehr zu empfehlen, das Futter in Knabenhosen besonders genäht und verstürzt einzuheften. Auf diese Weise läßt es sich nicht allein besser reinigen, sondern auch leichter erneuern, da es nicht so lange wie der Samt aushält. Ferner ist der Samt für Mädchenschulkleider und Mäntel sowie Knabenschürzen äußerst praktisch. Alle diese Kleidungsstücke sind denkbar leicht sauber zu halten. Nachdem man das betreffende Stück tüchtig ausgeklopft hat, legt man es zum Reinigen auf ein Plättbrett. Nebenbei stellt man zwei Schalen auf, eine größere mit reichlich klarem Wasser, daneben eine zweite mit einem Gemisch von je einem Eßlöffel Salmiak auf ein Glas Wasser. Nun taucht man eine Bürste in das Salmiakwasser und bürstet das Kleidungsstück von oben nach unten kräftig ab. Bevor man in das Salmiakwasser taucht, spült man die Bürste in dem anderen Gefäß mit klarem Wasser aus. Dieses Spülwasser ist oft zu erneuern.

Nachdem man das Stück mit der Bürste ganz bearbeitet hat, reibt man in derselben Richtung mit einem sauberen, nicht faſernden Tuch kräftig nach. Naſſe und unſaubere Tücher müſſen ſelbſtverſtändlich gewechſelt werden. Das gereinigte Stück läßt man, auf einem Bügel hängend, trocknen und bürſtet es mit einer ſauberen Bürſte glatt.

Ein anderes Reinigungsmittel für dunkelfarbige Kleidungsſtücke aus Samt iſt auch Petroleum. Bei ſolcher Reinigung taucht man ein nicht faſerndes Läppchen in Petroleum und reibt den Samt damit ab.

Sehr unſaubere Kleidungsſtücke kann man ſogar waſchen. Damit der Schmutz leicht weicht, legt man das zuvor geklopfte Kleidungsſtück einige Stunden in einen Aufguß von Seifenwurzeln, alsdann legt man es auf das Waſchbrett und bürſtet es aus. Danach ſtaucht man es in ſauberer Seifenwurzellauge aus. Auch eine milde Seifenlauge mit einem Guß Salmiak greift den Stoff nicht im geringſten an. Auswringen ſoll man die Stücke allerdings nicht, ſondern ſie nach recht häufigem Spülen auf einem Bügel zum Trocknen aufhängen. Sobald der Stoff noch nicht ganz ausgetrocknet iſt, bügelt man ihn von der linken Seite nicht allzu kräftig aus und bürſtet ihn von rechts glatt. Anfangs wird das Ausſehen ſehr ungleichmäßig erſcheinen, jedoch verliert ſich das nach kurzem Tragen vollſtändig.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

So — gedeihen Eure Lieblinge mit

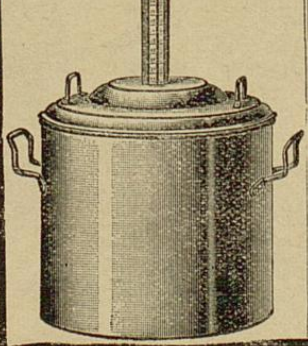
Kaiser's Kindermehl

das Beste!

½ Ko. Dose Mk. 1.25 * ¼ Ko. Dose Mk. —.75

F. & R. Ehrlicher, Haus- und Küchengeräte

Telephon 6153 **MÜNCHEN** Neuhauserstr. 10



Einkochapparate
Einmachgläser
Kochkisten
Obstdörren
sämtliche
Haushaltungs-
Artikel.

Union Deutsche Verlagsgesellschaft in Stuttgart, Berlin, Leipzig.

Ein bewährtes Volks- und Familienbuch:

Das Buch vom gesunden und kranken Menschen.

Von Dr. C. E. Bock,
weiland Professor der patholog. Anatomie in Leipzig.

Siebzehnte, vollständig umgearbeitete u. vermehrte Auflage.

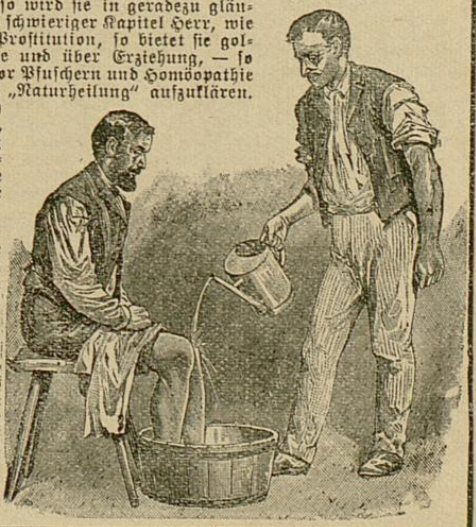
Neu bearbeitet von
Medizinalrat Dr. W. Camerer.

Mit 145 Abbildungen und 6 mehrfarbigen Tafeln.

In feinem Halbfranzband 11 Mark.

. . . Es ist eine staunenerregende Leistung, die uns in diesem beinahe 1000 Seiten starken Werke geboten wird, ein wahres Universallexikon, das auf jede Frage eine Antwort gibt, und wir müssen zugestehen, daß diese Antwort stets gründlich und bei aller Verständlichkeit in vornehm wissenschaftlicher Art gegeben wird. Eine feine Besonnenheit liegt über der ganzen Darstellung; so wird sie in geradezu glänzender Weise selbst so schwieriger Kapitel Herr, wie derjenigen über die Prostitution, so bietet sie goldene Lehren über Ehe und über Erziehung, — so weiß sie eindringlich vor Pfuschern und Homöopathie zu warnen und über „Naturheilung" aufzuklären. Genug, das Bock-Buch ist ein hervorragendes, in reichster Erfahrung gereiftes, durchaus modernes Werk, das die Aufmerksamkeit der Ärztewelt verdient.
Med. Wochenschrift.

In meisterhafter u. umfassendster Weise wird in diesem Werke die gesamte Heilkunde nach dem heutigen Stande der Wissenschaft gemeinverständlich gemacht. — Bocks Buch vom gesunden u. kranken Menschen darf als ein allzeit bewährter Ratgeber in gesunden Tagen und ein treuer Helfer in der Not bezeichnet werden
Frankf. Journal.



Zu haben in allen Buchhandlungen.

Union Deutsche Verlagsgesellschaft in Stuttgart, Berlin, Leipzig.

Neue Romane beliebter Autoren.

Haus Bickenbach. Roman von Georg Hartwig (Emmy Koeppel). 2. Auflage. Geheftet 5 Mark, gebunden 6 Mark.

„Haus Bickenbach" zeigt in hohem Maße alle Vorzüge, welche die Romane Georg Hartwigs kennzeichnen und ihre stetig wachsende Beliebtheit erklären: scharf umrissene, lebenswahre Charaktere, klare, nie ins Breite sich verlierende Milieuschilderung, straffe und dabei abwechslungsreiche Handlung, die niemals das Interesse des Lesers erlahmen läßt, geschickte Lösung der Konflikte. In vornehmen Gesellschaftskreisen der Gegenwart sich abspielend, schildert dieser Roman in einer langen Reihe spannender, dramatisch bewegter Szenen die Schicksale von Menschen, die, durch Bande der nahen Verwandtschaft miteinander verknüpft, in ihren Charakteranlagen, in ihren Lebensanschauungen weit auseinandergehen und dadurch in schwere äußere und noch schwerere seelische Konflikte geraten. Aber auch der Humor kommt in mancher prächtigen Szene, wie sie die Feder Georg Hartwigs so köstlich zu schildern vermag, zu seinem Recht.

Das Dreigestirn. Roman von Hanns v. Zobeltitz. Geheftet 4 Mark 50 Pf., gebunden 5 Mark 50 Pf.

Dieser Roman aus der Zeit der Befreiungskriege ist eine der gelungensten Jugendarbeiten des beliebten Autors, ein Volksroman, der nicht allein auf dem Hintergrunde der damaligen Zeit sich entwickelt, sondern auch ihre markanten Persönlichkeiten, die Fürsten und Kriegshelden, in den Gang der Handlung verflicht.

Lotte Lore. Letzter Roman von W. Heimburg. 12. u. 13. Auflage. Geheftet 3 Mark, gebunden 4 Mark.

„Lotte Lore" ist der letzte Roman der unerwartet rasch heimgegangenen Autorin. Er wird bei den vielen Tausenden, denen W. Heimburg angenehme Stunden bereitet hat, lebhaftes Interesse erwecken, um so mehr, als darin eine um manches veränderte Richtung in der Schreibweise der beliebten Erzählerin zutage tritt.

Familie Lorenz. Roman von W. Heimburg. 8. Auflage. Geheftet 3 Mark, gebunden 4 Mark.

Dieses Buch mit dem unscheinbaren Titel gehört mit zu den besten Romanen, die wir uns für die deutsche Familie wünschen können.

Literarische Neuigkeiten.

Wege des Schicksals. Roman von E. Werner. 6. Auflage. Geheftet 3 Mark, gebunden 4 Mark.

E. Werner führt uns in das Reich des Zaren, in die Kreise der russischen Gesellschaft mit ihren eigenartigen Verhältnissen, sie beleuchtet Personen und Zustände mit freiem Wagemut. Ihre „Wege des Schicksals" werden um so mehr fesseln, als die Handlung interessante Einblicke gewährt in Verhältnisse, die auch heute noch zulassen, daß die heiligsten Menschenrechte ungestraft gebeugt und verletzt werden können.

Zu haben in allen Buchhandlungen.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Union Deutsche Verlagsgesellschaft in Stuttgart, Berlin, Leipzig.

Das Buch für Alle

Illustrierte Chronik der Gegenwart.

Alle 14 Tage ein Heft zum Preise von nur 35 Pfennig.

Romane, Novellen und Erzählungen
:: hervorragender Schriftsteller ::
Aufsätze aus allen Wissensgebieten
Praktisches für Haus und Familie
Zahlreiche Abbildungen und Kunstbeilagen.

In einem halben Jahrhundert hat sich
:: „Das Buch für Alle" als ::

das beste, gediegenste Familienblatt

glänzend bewährt. Inhalt und Ausstattung sind mit der Zeit fortschreitend immer schöner und reicher ausgestaltet.

Aus den Urteilen der Presse:

Außerordentlich reichhaltig an unterhaltenden und belehrenden Artikeln und guten Illustrationen, so daß das beliebte Blatt unter den Illustrierten Zeitschriften mit an erster Stelle genannt werden muß.
Königsberger Allgemeine Zeitung.

Das Blatt trägt der Zeit Rechnung, aber es meidet in glücklicher Weise das Allzuviel in einer bestimmten Richtung. Es bietet Genuß und Belehrung über den Augenblick hinaus. . . .
Münchner Neueste Nachrichten.

Der stets fesselnde Inhalt, der alle Gebiete der Unterhaltung, der Kunst und des Wissens umspannt, geht Hand in Hand mit zahlreichen vorbildlichen Reproduktionen künstlerischen und photographischen Ursprungs. Mit Sorgfalt und großem Geschmack werden die Beiträge ausgewählt. Die Zeitschrift verdient in jeder trendeutschen Familie gelesen zu werden.
Kölner Tageblatt.

Bestellungen nehmen alle Buch- und Zeitschriftenhandlungen entgegen. Verlangen Sie Probeheft zur Ansicht.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Union Deutsche Verlagsgesellschaft in Stuttgart, Berlin, Leipzig.

Die Bücher der Frau.

Eine Sammlung des Notwendigen, Praktischen und Schönen für die gebildete Frauenwelt.

Vollständig in 10 gebundenen Bänden zu je 4 Mark 75 Pf.

Erschienen sind:

Bd. 1 u. 2. **Die Frau, was sie von Körper und Kind wissen muß.** Von Dr. W. Liepmann, Privatdozent an der Kgl. Universität in Berlin, Frauenarzt. Mit 109 Figuren im Text und 40 teils farbigen Tafeln.

Bd. 3. **Wege zur Frauenschönheit.** Von Dr. Robert Hessen. Mit 38 Abbildungen.

Bd. 4. **Billiges Haushalten.** Zeitgemäßes, Erprobtes und Bewährtes. Von Bernhardine Schulze-Smidt.

Bd. 5. **Die Erziehung des Kindes zur Gesundheit und Arbeitsfreudigkeit.** Von Frau Elsbeth Krukenberg-Conze. Mit 39 Abbildungen.

Bd. 6. **Die gebildete Frau.** Ein Berater für den gesellschaftlichen und geistigen Wirkungs- und Pflichtenkreis. Von Alexander von Gleichen-Rußwurm.

In Vorbereitung befinden sich:

Bd. 7. **Zu Hause und in der Gesellschaft.** Takt, guter Ton, Lebensart und Sitte. Von Laura Frost.

Bd. 8. **Behagliches Heim.** Wie man es nach seinen Mitteln sonnig und zweckmäßig ausgestaltet. Von Hedwig Heyl. Mit Abbildungen.

Bd. 9. **Rezeptschatzkästlein für die praktische Frau.** Von Rose Szczesny (geb. Heyl). Mit Abbildungen.

Bd. 10. **Gesunde Küche.** Eine Anleitung zur vernunftgemäßen Ernährung. Von Prof. Dr. med. Heinrich Kraft, leitender Arzt von Dr. Lahmanns Sanatorium, Weißer Hirsch. Mit Abbildungen.

Zu haben in allen Buchhandlungen.

Illustrierter Katalog über Geschenkwerke, sowie Romane, Novellen, Jugendschriften usw. von der Verlagshandlung kostenfrei.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

BLB Karlsruhe
52 98562 9 031

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg