Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Billige Küche in teurer Zeit

Zimmermann, Henriette

Berlin ; Leipzig ; Wien ; Zürich, [ca. 1914]

10. Billiger Morgenimbiß

urn:nbn:de:bsz:31-90544

Visual Library

durchschneide sie kreuzweise und lasse sie fest werden. Zeigt sich das grünliche Wasser und bildet die dicke Milch vier einzelne Teile, so nimmt man sie mit der Schaumkelle heraus und legt sie auf einen Durchschlag (am besten von Porzellan). Ist saure Sahne vorhanden, läßt sich Schichtkäse mit dieser weichen Käsemasse herstellen, andernfalls verknetet man sie mit Kümmel und Salz zu kleinen Handkäsen, die auf Stroh oder Holz trocknen müssen

---

10. Billiger Morgenimbiß.

Unlängst wies ein Arzt darauf hin, daß anstatt des wenig nahrhaften Kaffees morgens gedeihliche Suppen gegessen werden sollten. Besonders für Schwächliche oder im Wachstum Befindliche ist eine warme Morgensuppe ein wahres Labsal. Abgesehen davon, daß diese Art des Morgenfrühstücks eine Ersparnis ist, weil es dauernder sättigt, befreit es auch die Hausfrau von mancherlei Ausgaben. Aus diesem Grunde folgen hier einige Morgensuppen.

Milchsuppe mit Einlauf.

Die nötige Menge Milch (etwa 1/4 Liter auf die Person) wird zum Kochen gebracht. Inzwischen verquirlt man ein Ei mit wenig Wasser, Salz und Zucker, schüttet 125 g Mehl auf einen tiefen Teller, macht in der Mitte des Mehles eine Vertiefung und schüttet die Eierflüssigkeit dahinein. Mit einer Gabel führt man dann das Mehl von beiden Seiten dem Ei zu, so daß kleine Gebilde entstehen, die nudelähnlich sind. Ist das Mehl gänzlich mit dem Ei verarbeitet, schüttet man die erlangten Teilchen in die kochende Milch, läßt sie ein Weilchen darin kochen und gibt die Suppe dann auf.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Milchsuppe mit Kartoffelmehl.

Zwei Eßlöffel Kartoffelmehl wird mit Wasser glatt gerührt und in die mit Zucker, Kaneel (Zimt) und Salz zum Kochen aufgestellte siedende Milch gerührt. Nach einmaligem Aufkochen ist die Suppe gut.

Milchsuppe mit Nudeln.

Die Milch wird mit Zitronenschale, Salz und Zucker zum Kochen gebracht, worauf Fadennudeln oder selbstbereitete Nudeln hineingetan werden. Selbstgemachte Nudeln stellt man aus einem Ei, Salz, wenig lauwarmem Wasser und Mehl her. Aus diesen Zutaten wird ein Teig hergestellt, ausgerollt und zum Trocknen auf saubere Tücher gebreitet. Er darf nicht hart trocknen, sonst zerbrechen die Nudeln.

Milchsuppe mit Buchweizengrütze.

Auf $1^1/_2$ Liter Milch, die mit Salz, Zucker und Zimt aufgesetzt wurde, rechnet man 125 g Buchweizengrütze. Sie wird in kochende Milch geschüttet und unter beständigem Rühren $^1/_2$ Stunde langsam gekocht.

Milchsuppe mit Perlgraupen, Reis, Grieß, Reismehl usw. wird entsprechend zubereitet. Wer Vanille verwenden will, kann sich auch dieser als Würze bedienen.

Neben Milchsuppen sind auch Hafersuppen und -gerichte sehr zu empfehlen.

Folgendes schmackhafte Gericht wird aus Hafergrütze hergestellt und erfordert zwei Töpfe. Der größere wird mit kaltem Wasser knapp zur Hälfte gefüllt, der kleinere wird mit der nötigen Portion Hafergrütze, kaltem Wasser, das sie reichlich bedeckt, und wenig Salz versehen. Der Hafergrütztopf wird in den Wassertopf gestellt und mit diesem zugedeckt aufs Feuer. In diesem Wasserbade, das, sollte das

Wasser einkochen, durch kochendes Wasser in gleicher Menge erhalten werden muß, kocht das Gericht fertig. Es wird mit Zucker oder Salz oder Sahne oder Milch oder Sirup, kurz auf ganz verschiedene Weise gegessen.

Deutsche Hafersuppe.

Hafergrütze oder gewalzte Haferflocken werden mit kaltem Wasser aufgesetzt und bis zum Garwerden gekocht. Hierauf durchgerührt, süßt und salzt man die Suppe und kann ihr durch Zimt oder Zitronenschale oder ein Stückchen Butter nach Wunsch Geschmack verleihen.

Hafersuppe mit Zwetschen.

Hafergrütze wird mit am Abend vorher eingeweichten Zwetschen aufgesetzt und gar gekocht. Danach reibt man beides miteinander durch, süßt und salzt nach Geschmack und kann auch ein wenig Zitronensaft hinzufügen.

Hafersuppe mit Milch.

Haferflocken werden in kaltem Wasser mit Salz aufgesetzt und gar gekocht. In die durchgerührte Masse wird kochende Milch geschüttet, das Ganze gut verrührt und aufgegeben.

Schließlich seien noch einige Mehlsuppen genannt. Kaltes Wasser wird mit wenig Butter und Salz aufgesetzt. Inzwischen verrührt man ein verquirltes Eigelb mit Mehl (auf 1 Liter Wasser 100 g), verrührt dies, falls zu steif, mit Wasser und quirlt es in das kochende Wasser. Nach Geschmack wird die Mehlsuppe mit Zucker und Zimt fertiggestellt.

Feine Mehlsuppe.

Man läßt ein Stückchen Vanille und etwas Zitronenschale in kochendem Wasser ausziehen, rührt dann zwei Löffel Sahne mit zwei Eßlöffeln

Kartoffelmehl (auf $1^1/_2$ Liter Flüssigkeit) und Wasser glatt, verquirlt zwei Eidotter in Wasser, mischt alles gut durcheinander und gießt es in das siedende Wasser. Unter beständigem Rühren wird die Suppe wieder zum Kochen gebracht, mit Salz abgeschmeckt und mit Schneeklößchen (von zwei Eiweißen mit Zucker) besetzt.

Suppe von gebranntem Mehl.

Etwa 50 g Butter werden gebräunt. In diese schüttet man so viel Mehl, daß das Fett davon gesättigt ist, läßt es darin bräunen, schüttet die nötige Menge kochendes Wasser hinzu und salzt nach Geschmack.

Sehr nahrhafte und dem Magen sehr dienliche Suppen stellt man auch aus Graupenseim her. Dazu müssen die Graupen schon am Tage vorher langsam mehrere Stunden gekocht haben. Sind sie recht weich geworden, werden sie durch ein Sieb gerührt. Dem gewonnenen Seim setzt man ein kleines Stückchen Butter, Zucker und Salz nach Geschmack hinzu, gießt etwa fehlendes Wasser nach und läßt die Suppe nochmals aufkochen.

Perlgraupensuppe mit Korinthen.

Diese Suppe braucht nicht durchgerührt zu werden. Die mit kaltem Wasser, Zitronenschale, Salz und Zucker aufgesetzten Perlgräupchen werden fast weich gekocht und hierauf die Korinthen hinzugegeben, um beides zusammen fertigzustellen.

Weiter läßt sich Reis, Reismehl, Grieß, Roggenmehl, braunes Brustmehl, jedes in seiner Art, zu Morgensuppen verwenden. Unter „Brustmehl" ist gebackenes Roggenmehl zu verstehen, das von ärztlichen Autoritäten gegen Brustleiden und Schwächezustände vielfach empfohlen

und mit Erfolg gebraucht wird. Das Brustmehl kann als Suppe oder Getränk zubereitet werden. Man rechnet auf eine Tasse kaltes Wasser drei bis vier Teelöffel Brustmehl, rührt dieses glatt und gießt die nötige Masse kochendes Wasser hinzu. Mit Salz und Zucker abgeschmeckt, muß die Suppe noch einmal aufkochen.

---

11. Vom Brat- und Backfett.

Eine große Rolle spielen in der Küche das Brat- und Backfett. Und wer hierzu alles Brauchbare ausnutzt, macht wirkliche Ersparnisse. So müssen die Bratensoßen stets gut entfettet werden, damit das so gewonnene Fett wieder anderweitig Verwendung findet. Von der Suppe genommenes Fett kann zu Gemüsen verbraucht werden, und schließlich werden rohe Fetteile von Fleischstücken abgetrennt, um ausgebraten zum Bräunen von Braten benutzt zu werden. Aber natürlich würde dies alles nicht ausreichen, um sämtlich zu Backendes und zu Bratendes damit herzustellen. So braucht die Hausfrau ein praktisches Fett. Da Butter sehr teuer ist, kann man sich leicht einen guten Butterersatz schaffen. Hierzu müssen Schweinsflomen und Rindsnierenfett genommen werden. Auf 1 kg Flomen nimmt man $^1/_2$ kg Rindsnierenfett. Beide Fette schneidet man in möglichst kleine Würfel und läßt sie in mehrmals abgegossenem Wasser etwa 2 Stunden stehen. Danach werden die Fettwürfel mit einer Schaumkelle in die Fleischhackmaschine gefüllt und durchgedreht. Den erhaltenen Fettbrei brät man in einem eigens dazu bestimmten eisernen, wenn möglich innen emaillierten Topfe aus. Die Grieben oder Grämen müssen dunkelgelb sein, wenn das Fett durch einen feinlöchrigen Durchschlag oder ein