

**Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

**Der "Elektro-Oekonom"**

**Freiburg-Littenweiler (Baden), [ca. 1930]**

**urn:nbn:de:bsz:31-106177**

# *Elektro- Oekonom*



4 Goldene/1 Silberne  
Medaille

## *Kochbuch*

Preis 65 Pfg.



1927  
L. J. J. J.



Ich geh' spazieren, denn —  
mein „Elektro-Ökonon“ kocht  
ganz allein



„Elektro-Oekonom“

Eine Umwälzung in der Haushalts-Küche!

Der

# „Elektro- Oekonom“

seine Verwendung zum Kochen, Braten, Backen  
und Sterilisieren

Die Küche ohne Feuer



Die automatische Küche



Der Apparat der Feinschmecker

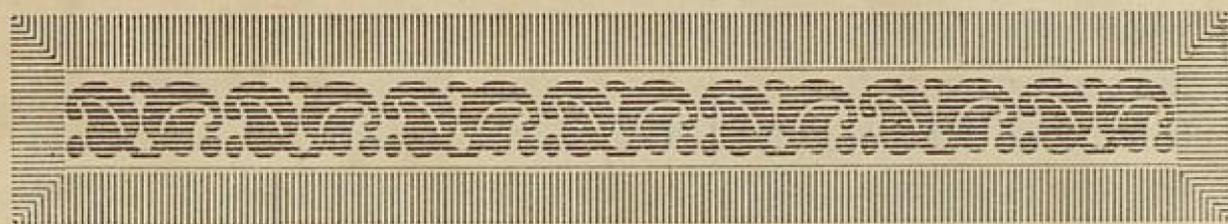


Verlag vom Herausgeber:

JOHANN HENRICH / FREIBURG-LITTENWEILER (Baden)

Spezialfabrik für Oekonom-Apparate





## I. Einleitung

Im „Elektro-Oekonom“ kann man vollständige Mittagessen auf die denkbar bequemste Art herstellen und vermeidet dadurch die Hitze des Kochherdes mit ihren schädlichen Hautwirkungen und Rußbelästigungen. Beim „Elektro-Oekonom“ wird die Wärme-Energie fast restlos ausgenützt, während beim Kohlenherd fast 94% der in der Kohle enthaltenen Energiemengen verloren gehen. Bei den meisten Gaskochern werden im günstigsten Falle nur 30% der erzeugten Wärme-Energie für das Kochgut ausgenützt. Gegenüber dem Gas hat der „Elektro-Oekonom“ den großen Vorteil, daß der Hausfrau das Überwachen der Speisen während des Kochprozesses abgenommen wird. Man setzt die Speisen kalt in den Apparat, schaltet ein und überläßt das ganze Kochgut dem „Elektro-Oekonom“; die Hausfrau oder die Köchin können andern Hausgeschäften nachgehen. Sobald die Speisen kochen, schaltet der Automat selbsttätig aus. Außer der großen Ersparnis an Arbeitsleistung erzielt man beim Kochen im „Elektro-Oekonom“ eine Mehrausnutzung des Fettgehaltes um etwa 60%, man spart auch etwa 50–60% Brennmaterial, daneben gewinnen die im „Elektro-Oekonom“ zubereiteten Speisen etwa 25% an Nährwert. Es ist ohne weiteres überzeugend, daß sich bei solchen Vorteilen der Apparat bei täglichem Gebrauch in kurzer Zeit selbst bezahlt macht. Die nachfolgenden Koch-

vorschriften sind im „Elektro-Oekonom“ B-Apparat erprobt. Sie sind so einfach, daß sie nach ganz geringem Studium von jedermann leicht ausgeführt werden können. Sie sollen nur typische Beispiele sein, nach denen die Hausfrau alle ähnlichen Gerichte mit sicherem Erfolg zubereiten kann. Bei größeren Haushaltungen, Pensionen, Sanatorien, Kochschulen ist es sehr praktisch, beliebig viele Apparate nebeneinander aufzustellen, was speziell da von Vorteil ist, wo für einzelne Personen individuell gekocht werden muß (bei Krankheitsfällen).

Der „Elektro-Oekonom“ Größe A, B und C kann an jeder Lichtleitung, mit 6 Amp. gesichert, angeschlossen werden.

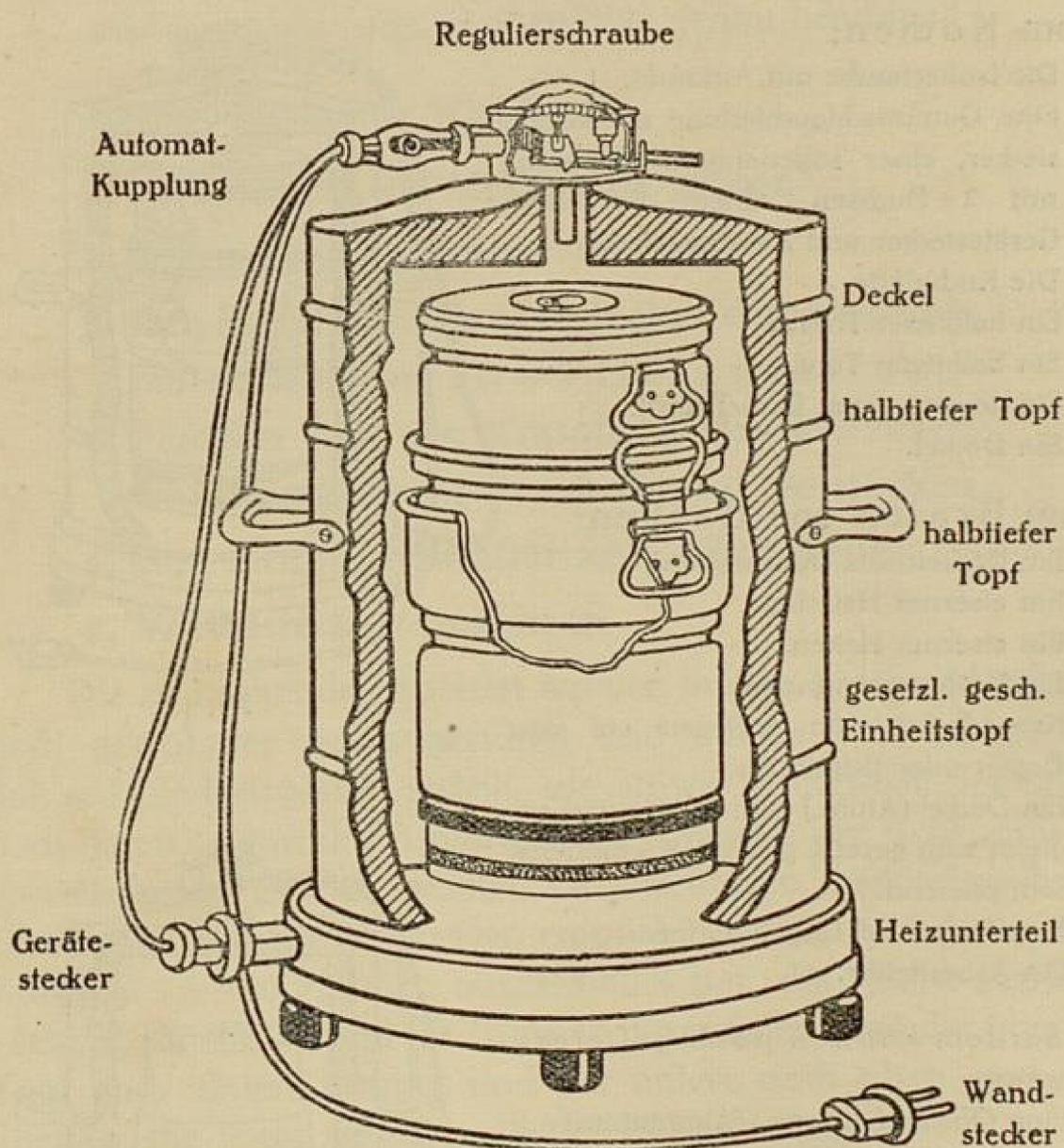
Für den „Elektro-Oekonom“ Größe D mit einer Wattaufnahme von 1000 Watt ist jedoch eine Sicherung von 10 Amp. erforderlich.

Der Stromverbrauch des Heizkörpers für den:

A-Apparat ist bei 110 und 220 Volt ca. 0,45 Kwh.  
B- u. C-Apparat ist bei 110 — 130 Volt ca. 0,55—0,70 „  
D-Apparat ist bei 110 Volt 0,90 Kwh., bei 220 Volt 1 „

Zu einem kompletten Mittagessen für 4 Personen bestehend aus Suppe, Fleisch und Gemüse, benötigt der Apparat maximal ca. 0,4 Kilowattstunden.

## Neue Zusammenstellung mit dem gesetzl. geschützten Einheitstopf



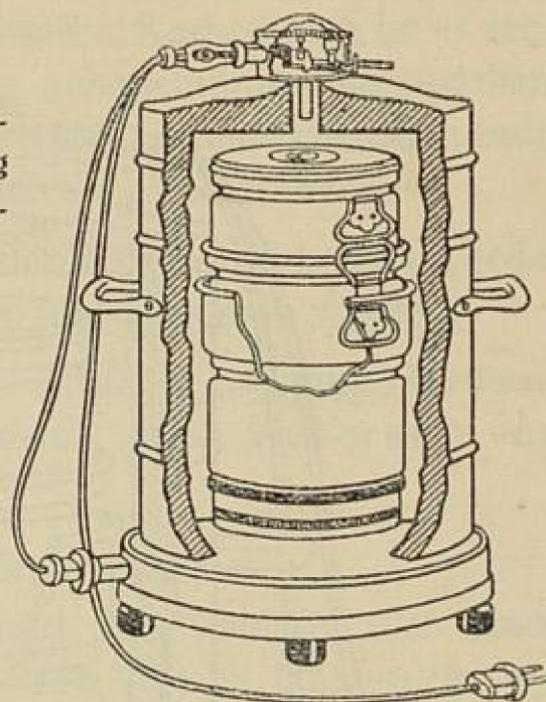
|  | A                             | B                             | C                             | D  |
|--|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|----|
| halbtief . . . . . Liter   | 1 <sup>1</sup> / <sub>4</sub> | 2 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 5  |
| halbtief . . . . . "   | 1 <sup>1</sup> / <sub>4</sub> | 2 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 5  |
| ges. gesch. Einheitstopf bis zur Hälfte gefüllt . . . . . "  | 1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 5 <sup>1</sup> / <sub>4</sub> | 7  |
| Einheitstopf ganz gefüllt . . . . . "  | 3                             | 6 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 8 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 11 |
| Spezialtopf für größere Menge zu kochen,<br>der den ganzen Apparat ausfüllt für<br>Kartoffeln, Schinken usw. . . . . " | —                             | 12                            | 16                            | 24 |
| Spezialtopf für Schinken, Kartoffeln usw. Inhalt: Pfund  |                               | 16                            | 22                            | 36 |

## Zubehörteile zum Elektro-Oekonom

Zum Elektro-Oekonom gehören folgende Teile:

### Zum Kochen:

1. Die Isolierhaube mit Automat.
2. Eine Gummischlauchleitung mit Wandstecker, einer sogenannten Kupplung mit 2 Buchsen, einem Porzellan-Gerätestecker und Zwischenstecker.
3. Die Kochplatte.
4. Ein halbtiefer Topf.
5. Ein halbtiefer Topf.
6. Ein gesetzl. gesch. Einheitsopf.
7. Ein Deckel.



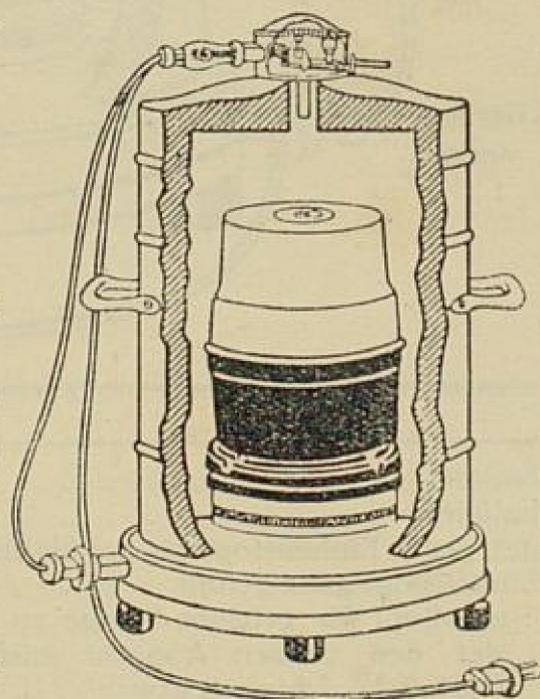
Nr. 1

### Zum Braten und Backen:

1. Ein Backeinsatz (Aluminium).
2. Ein eiserner Heizring.
3. Ein eiserner Haken
4. Ein Bräter eisen-inoxid.
5. Kranzdeckel zum Auflegen auf den Bräter oder Bundform.
6. Ein Deckel (Alum.) zum Bräter und zugleich zum gesetzl. geschützten Einheitsopf passend.
7. Eine Bund- od. Gugelhopfform
8. Ein Asbeststeller.

Außerdem können noch geliefert werden:

1. Eine Obstkuchenform, (Aluminium) mit ausnehmbarem Boden.
2. Eine Puddingform mit Deckel für Kochpuddings oder als Form für Gelees etc.
3. Eine Aluminium-Auflaufform.
4. Flacher Topf.
5. Tiefer Topf.
6. Sterilisiertopf mit Siebboden.
7. Spezialtopf für große Mengen zu kochen, der den ganzen Apparat ausfüllt.
8. Deckel zum Spezialtopf.



Nr. 2

## Erklärung der Handhabung

### Nur 5 Handgriffe

sind zum Kochen und Braten erforderlich  
und zwar wie folgt (Reihenfolge genau beachten!)

#### Kochen:

1. Speisen auf die Heizplatte setzen
2. Isolierhaube darüber stülpen
3. Den Porzellan-Gerätestecker der Gummischlauchleitung an der Heizplatte anbringen und die Kupplung des kürzeren Gummischlauchs am Automat aufstecken
4. Den Automatschalter auf „Ein“ stellen
5. Wandstecker einführen

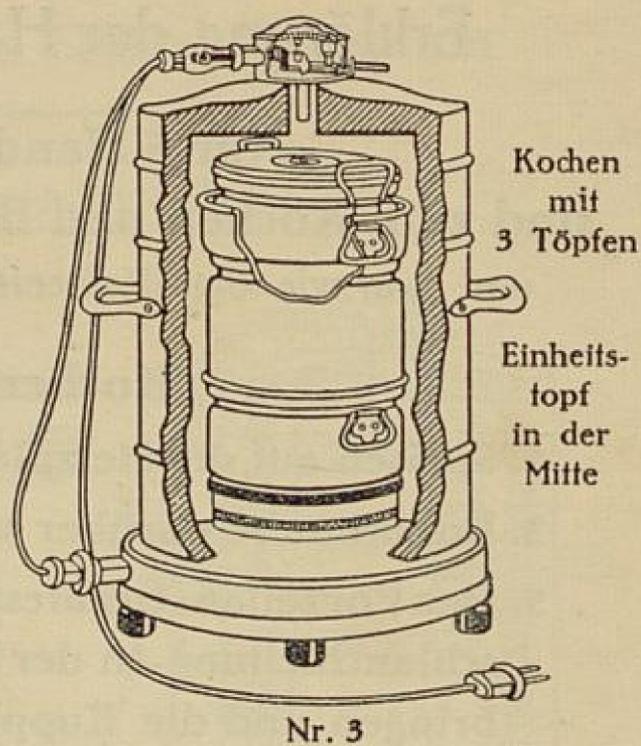
Die zu kochenden Speisen werden in den Sparkochtöpfen nach gewohnter Art zugerichtet und ohne Vorkochen kalt auf die Heizplatte gestellt, die schwer kochenden Speisen nach unten; dann der Apparat nach vorstehender Gebrauchsanweisung in Betrieb gesetzt. Bei mehreren, besonders bei schwer zu kochenden Speisen empfiehlt es sich, nachdem der Automat 15—30 Minuten ausgeschaltet hat, die Haube senkrecht abzunehmen und die Töpfe so umzustellen, daß der obere Topf nach unten kommt und der untere nach oben, wobei Speisen, die leicht zerfallen, in der Mitte bleiben.

Die Haube wird jetzt wieder aufgesetzt und nochmals eingeschaltet. Der durch das Öffnen des Apparats entstehende

.....  
**Achtung!**

*Bevor man den Apparat in Betrieb nimmt, setze man im Wandstecker 2 Sicherungslamellen von 6 Ampère ein.*  
.....

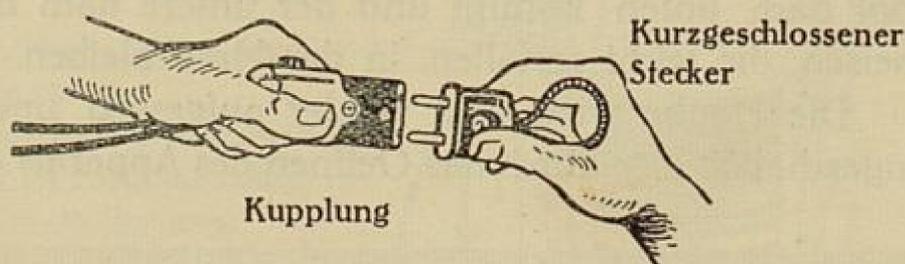
Wärmeverlust ist ganz gering, der Automat schaltet nach einigen Minuten wieder aus und die Speisen kochen jetzt ohne Stromverbrauch gar. Sie müssen, je nach Art, mindestens 2 Stunden im Apparat verbleiben. Da der Apparat vollständig ohne Aufsicht arbeitet, empfiehlt es sich, die Kochzeit möglichst auszudehnen, denn durch längeres Kochen werden besonders die schwer zu kochenden Speisen besser, dadurch wird der Nährwert bedeutend erhöht.



Nr. 3

### Anwendung des Zwischensteckers

Dieser findet nur dann Verwendung, wenn der Automat erst kurz ausgeschaltet hat und sich infolgedessen nicht mehr einschalten läßt, um ein Kochgut schnell auf der Heizplatte zum Kochen zu bringen. Hat man sich mit dem Einsetzen der Speisen verspätet, so kann man beim Umsetzen der zweiten lang zu kochenden Speise unter Verwendung des beigegebenen kurzgeschlossenen Steckers den Strom



direkt zur Heizplatte leiten, indem man die Kupplung vom automatischen Auschalter der Oekonomhaube abnimmt und den oben erwähnten Stecker in die Kupplung einführt. Natürlich kann der automatische Auschalter jetzt nicht in Tätigkeit

treten, da dieser vom Strom nicht durchflossen wird. Man muß deshalb aufpassen, bis man das Kochgut kochen hört, was gewöhnlich in 10—15 Minuten, je nach Inhalt und Größe des Apparates, der Fall ist.

*Achtung! Alsdann ziehe man den Stecker aus der Wand. Bei Ueberhitzung mit dem Zwischenstecker kann die Heizplatte springen, also ist Vorsicht geboten.*

## II. Kochregeln

### Die Zubereitung der Gemüse

kann auf verschiedene Art erfolgen:

**Dämpfen:** Die jungen zarten Gemüse wie Karotten, Erbsen, junge Bohnen, Pilze werden geputzt und gewaschen, und je, nach fortschreitender Jahreszeit mit wenig Wasser in den Topf gegeben, ein Stückchen frische Butter darauf gelegt, gewürzt und als mittlere Speise in den Apparat gesetzt.

**Abbrühen:** Das Gemüse wird in kochendem Wasser kurze Zeit als unterste Speise in den Apparat gestellt, dann herausgenommen, gehackt, oder durch die Maschine getrieben, mit heißer Butter übergossen, oder in eine

**Mehlschwitze** gebracht, die man folgendermaßen auf der Heizplatte mit dem Zwischenstecker herstellt: Man läßt Butter zergehen, dämpft Mehl darin, wer es liebt auch Zwiebeln, löscht mit dem Gemüsewasser ab, gibt das Gemüse hinein und stellt das Ganze nochmals zum Durchdämpfen einige Zeit in den Apparat.

**Um die Nährsalze zu erhalten** empfiehlt es sich, die Gemüse zu dämpfen und nicht abzubrühen.

Wenn auf Erhaltung der grünen Farbe Wert gelegt wird, brüht man das Gemüse möglichst schnell, wie oben angegeben ab, und dämpft es in der Mehlschwitze fertig; Spinat, Rosenkohl, Mangoldblätter  $\frac{1}{2}$  Stunde, grüne Bohnen und Wirsing etwas länger.

Spargeln kochen im mittleren Topf mit Wasser bedeckt, nach dem Ausschalten in  $\frac{3}{4}$  Stunden gar.

**Pilze** werden mit Butter, den üblichen Gewürzen 30–40 Minuten vor dem Essen auf der offenen Heizplatte mittelst Zwischenstecker geröstet, unterdessen hält man die übrigen Speisen unter der Haube warm.

Will man sie dämpfen, setzt man sie mit den anderen Speisen als mittlerer Topf ein.

Während des Kochens kann man sich durch Abheben der Haube jederzeit von dem Zustand der Speisen vergewissern, (es ist dies allerdings kaum nötig) und man muß nur, wenn man die Haube wieder darüber stülpt, nochmals einschalten, damit die durch das Nachsehen verloren gegangene Wärme wieder ersetzt wird. Es ist zu beachten, daß beim Nachsehen oder Umsetzen der Töpfe die Haube immer senkrecht hingestellt wird und beim erneuten Einschalten der Wandstecker immer erst herausgenommen und nach erfolgtem Einschalten des Automaten wieder in die Steckdose an der Wand eingeführt wird.

Der Automatschalter arbeitet zwangsläufig, d.h. der Automat schaltet selbsttätig aus, wenn die nötige Hitze im Apparat erreicht ist.

Will man sich nach längerem Kochen der Speisen von ihrer Temperatur überzeugen, ohne die Haube abzunehmen, so genügt es, den Wandstecker herauszunehmen und den Automatschalter wieder einzuschalten. Herrscht im Innern des Apparates noch Kochtemperatur, so springt der Automat sofort auf „Aus“.

Dies ist ein besonderer Vorzug des Apparates.

### **Das Kochen der Kartoffeln**

1. Art. Salzkartoffeln können verschieden gekocht werden je nach Art der Kartoffel. Leicht zerfallende Kartoffeln werden knapp mit Wasser bedeckt als mittlerer Topf eingesetzt. Nach etwa 2 Stunden wird das Wasser abgegossen und als oberster Topf ohne Deckel in den Apparat gestellt. Während nun auf

der Heizplatte der Braten bratet, werden durch die erneute Hitze die Kartoffeln weich gedämpft und schön mehlig.

2. Art. Rote Kartoffeln, welche bekanntlich schwer zu kochen sind, setzt man als mittlere Speise ein und läßt sie im Wasser weich kochen. Vor dem Anrichten wird das Wasser wie gewöhnlich abgegossen, die Kartoffel auf der Heizplatte, unter Benützung des Zwischensteckers, noch 3 Minuten trocken geschüttelt. Während dieser Zeit hält man die Speisen unter der Haube heiß.

3. Art. Salzkartoffel können je nach Art  $\frac{3}{4}$  bis 1 Stunde vor dem Essen direkt auf der Heizplatte gekocht werden. Diese Weise ist besonders zu empfehlen, wenn man zu Anfang keinen Platz im Apparat hat, Kompott oder Suppeneinlagen schon vorher weich gekocht hat und diesen Topf für Kartoffeln frei machen kann.

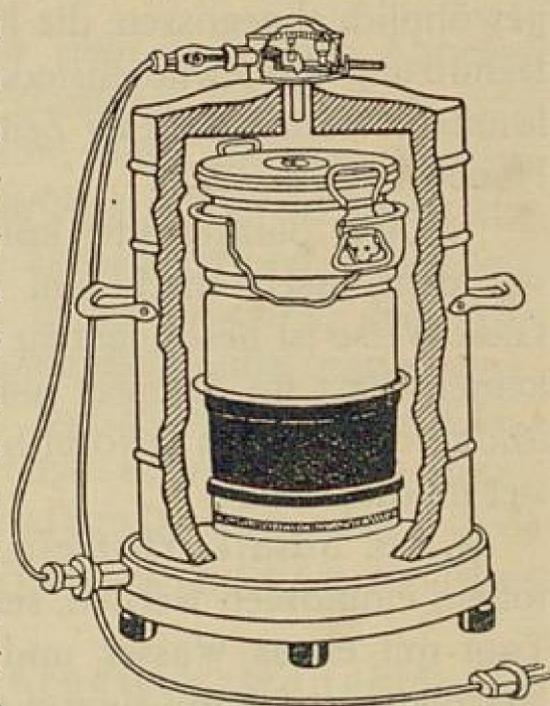
4. Art. Schalkartoffeln, welche als die nahrhaftesten Kartoffeln empfohlen werden, setzt man in einen dazu passenden Topf mit etwas Wasser und Salz als untersten Topf auf die Heizplatte und kocht sie mit den andern Speisen im „Elektro-Oekonom“ nach Vorschrift. Die Kartoffeln sind nach dem Ausschalten in 30–50 Minuten weich, alsdann gießt man das Wasser ab und läßt die Kartoffeln abdämpfen, indem man sie ohne Deckel mit den andern Speisen als obersten Topf in den Apparat stellt und nochmals 5 Minuten den Automaten einschaltet oder man schüttelt die Kartoffeln auf der Heizplatte trocken unter Verwendung des Zwischensteckers (zirka 3 Minuten lang).

Auf diese Weise gekocht, werden die Schalkartoffeln schön mehlig.

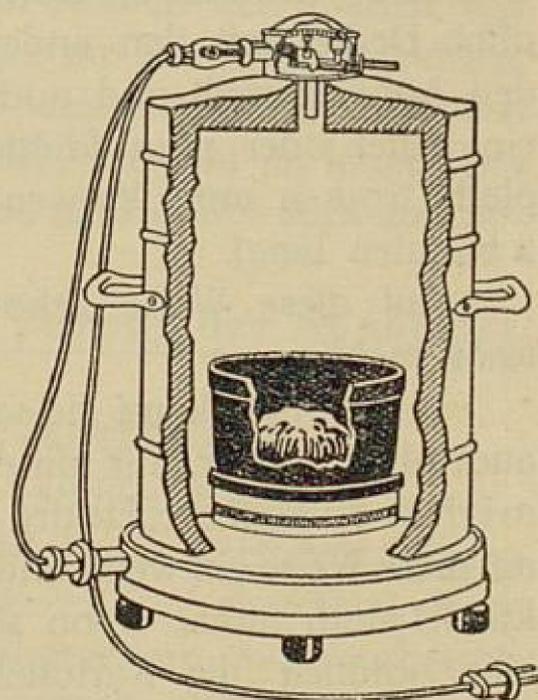
5. Art. Man kann die sauber gewaschenen Schalkartoffeln auch ohne Wasser, nur mit etwas Salz bestreut, im Dampf als mittleren Topf im „Elektro-Oekonom“ herrichten, sie werden auf diese Weise gut weich und mehlig. Kochzeit  $1\frac{1}{2}$  Stunden; es schadet auch nichts, wenn sie länger im Apparat verbleiben. Man schüttelt die Kartoffeln ebenfalls auf der Heizplatte trocken, indem man noch einen Moment einschaltet.

## Braten und Kochen zu gleicher Zeit

Will man, wie es ja meistens der Fall sein wird, im Apparat einen Braten und gleichzeitig Suppe, Gemüse, Kartoffeln oder Kompott zubereiten, so verfährt man folgendermaßen: Man stellt Suppe, Gemüse, Kartoffeln oder Kompott recht frühzeitig in den Apparat. 1½—2 Std. vor dem Essen setzt man den eisernen Bräter ohne Inhalt auf die Heizplatte unter die anderen Speisen in den Apparat; bereits fertige Speisen wie Obst, Suppeneinlagen, Kartoffeln zum durchdrücken werden herausgenommen. Dann schaltet man ein. Nach 15 Minuten bei 220 Volt, nach 20 Minuten bei 110 Volt, nimmt man die Haube ab und stellt die Speisen mit einem Tuch bedeckt bei Seite. Jetzt wird der Zwischenstecker eingeschaltet; man gibt wenig Fett in den heißen eisernen Bräter (bei Schweinebraten gar keines) und bräunt den Braten ohne Deckel unter der Haube an; (Siehe Abb. 5) nach 10 Minuten dreht man ihn um, salzt ihn, deckt den Bräter mit dem beigegebenen Deckel zu, stülpt die Haube darüber und läßt den Apparat je nach Größe des Bratens und der Spannung 15—20 Minuten unter Strom. Dann setzt man die übrigen Speisen darauf und entfernt den Zwischenstecker. In dieser aufgespeicherten Hitze erzielt man die schmackhaftesten und saftigsten Braten.



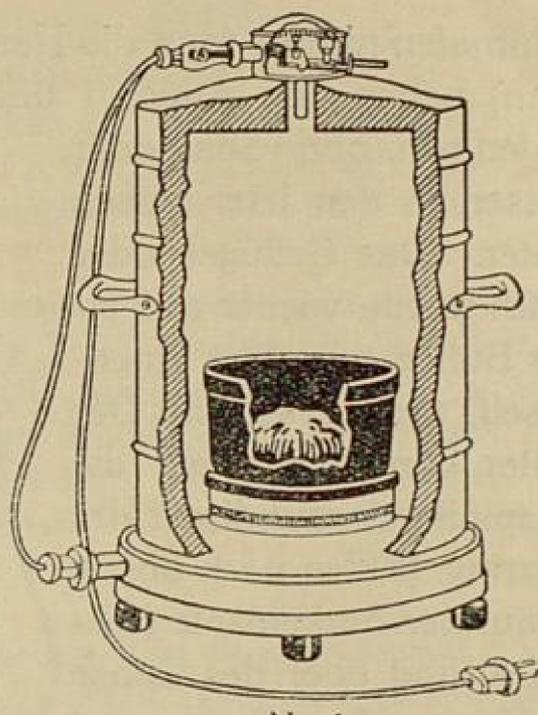
Nr. 4



Nr. 5

Roast-Beef, Kotelett, Schnitzel, überhaupt alle Braten, welche kurze Bratzeit benötigen, müssen entsprechend kürzere Zeit im Apparat verbleiben – (Bratzeit genau wie in der Bratpfanne).

Wichtig ist bei sämtlichen Braten das Vorerhitzen der trockenen eisernen Pfanne.

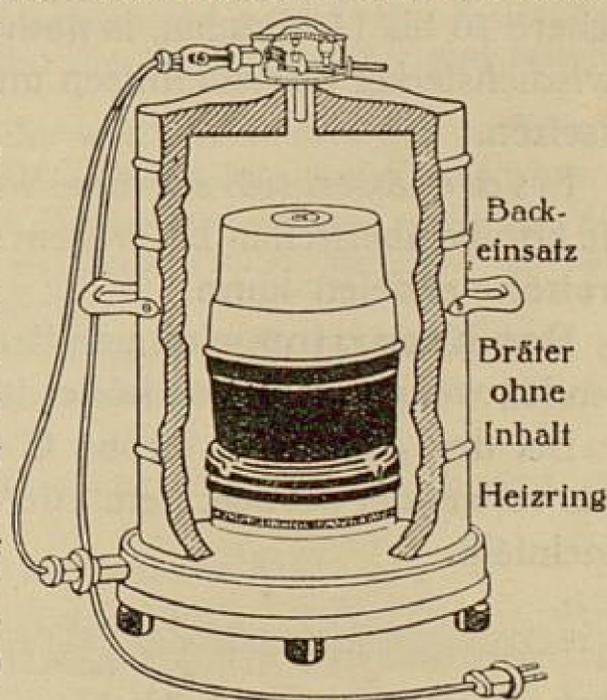


Nr. 6

### Braten mit dem Heizring

Diese Weise ist besonders für Geflügel und kurze Braten wie Roast-Beef, Filet, zu empfehlen und wenn die Hausfrau ausgehen will oder sich nicht um den Braten kümmern kann.

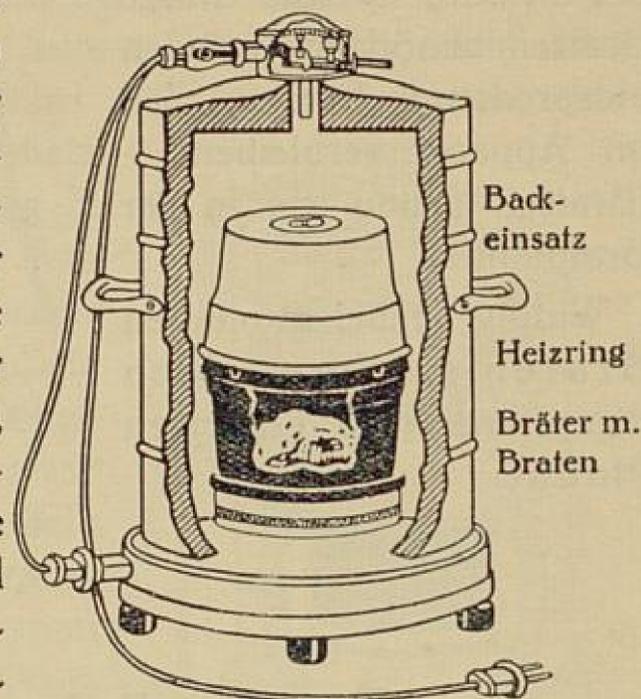
Auf die folgende Methode werden Braten und Geflügel besonders schön, ähnlich wie gegrillte Gerichte. Die Poren des Fleisches schließen sich sofort, dieses wird dadurch besonders saftig, man verfährt wie folgt: Man nimmt den Heizring und legt ihn mit den Rillen nach oben auf die Heizplatte. Darauf kommt ein eisen-inoxyd. runder Bräter (ohne Inhalt) und auf diesen der Backeinsatz.



Nr. 7

(Siehe Abb. 7) Ueber das Ganze stülpt man die Haube und stellt, wie üblich, die Verbindung her. Nach dem Ausschalten des

Automaten nimmt man die Haube ab, stellt sie aufrecht (nicht legen) neben den Apparat und legt das Geflügel oder den Braten roh, ohne Soße oder Wasser, in den jetzt heißen Bräter. Das Geflügel oder Fleisch wurde vorher mit etwas Butter oder Fett eingepinselt, nicht gesalzen. Der Bräter kommt nun auf die Heizplatte, darauf direkt der Heizring (Rillen nach oben), darauf der Backeinsatz (Abbild. 8) und über das Ganze die Haube. Das Fleisch wird jetzt ganz ohne Stromverbrauch gebraten. Die Bratzeit entspricht genau derjenigen, wie in der Bratröhre.



Nr. 8

Es empfiehlt sich bei schlechter Stromzufuhr oder bei sehr wasserhaltigem Fleisch den Apparat nach dem Ausschalten noch weitere 10 bis 15 Minuten, je nach der Voltspannung, mit dem Zwischenstecker nachzuerhitzen und dann erst das Fleisch einzusetzen.

Fische lassen sich auf diese Weise sehr schmackhaft braten. Die Erfolge übertreffen bei weitem diejenigen, die man in einer Bratröhre erzielen kann.

Der Kranzring wird zum Bräter Größe **B** nur dann verwendet, wenn der Braten höher ist als der Bräter.

Bei den Apparaten Größe **C** und **D** muß der Kranzring stets verwendet werden, damit der Heizring nicht in den Bräter hineinfällt.

.....

*Beachte stets, nach Gebrauch den Zwischenstecker zu entfernen!*

.....

## Zubereitung der Fische

### Dünsten, Kochen, Dämpfen

Die Fische im „Elektro-Oekonom“ gekocht, gedämpft oder gebraten sind im Geschmack viel feiner als die auf offenem Feuer zubereiteten. Dabei spart man noch 60 Prozent Fett.

**Dünsten** im eigenen Saft.

Der Fisch wird je nach seiner Größe ganz gelassen, in 2 oder mehrere Teile geschnitten, gesalzen, in den Topf gelegt mit ganz wenig Wasser,  $\frac{1}{10}$  Liter pro Pfund (für den Steinbutt ist das Wasser mit etwas Milch zu mischen), als mittlere Speise, die Suppe unten, die Kartoffel oben in den Apparat gesetzt.

**Kochen** im Sud.

30 Minuten vor dem Essen in einem Fischsud ( $\frac{1}{2}$  bis 1 Liter Wasser, Salz, Pfefferkörner, Zwiebel, gelbe Rüben, Essig) auf der Heizplatte direkt gekocht

**Dämpfen** oder mit reichlich saurem Rahm, geriebenem Käse und Butterflocken überstreut gedämpft.

Alle Arten von Fischen können so zubereitet werden, und es ist für die Hausfrau leicht, große Abwechslung in den Küchenszetteln zu bringen.

### Das Braten der Fische.

Der Fisch wird in Stücke geschnitten, gewürzt und in einen mit Butter ausgestrichenen Sparkochtopf gelegt. Man setzt denselben auf die Heizplatte, stülpt die Haube darüber und schaltet ein.

Nach etwa 15 Minuten zieht man den Stecker aus der Wanddose, hebt die Haube ab und dreht vorsichtig den Fisch, wenn er schön braun ist, um, stülpt die Haube darüber und stellt die Verbindung wieder her. Nach weiteren 15–20 Minuten, je nach Größe, ist der Fisch fertig gebraten.

Auf den Fisch von 1 Pfund in einem Stück rechnet man 25 bis 30 Minuten Bratzeit für jedes weitere Pfund 10–12 Minuten mehr.

Serviere den Fisch mit seiner eigenen Butter und mit Zitronenscheiben.

### Fische auf Müllerinnen-Art.

Die Fische werden mit Salz und Pfeffer gewürzt und in Mehl umgedreht. Lege sie in den flachen Topf, in welchem man 1 bis 2 Eßlöffel Butter sehr heiß gemacht hat und wende sie um, decke den Topf zu und setze das Gericht 10–15 Minuten in den „Elektro-Oekonom“.

Serviere sie auf einer langen Platte, beträufle sie mit Zitronensaft, bestreue sie mit gehackter Petersilie und begieße sie mit der braunen, heißen Butter.

Die auf oben beschriebene Weise zubereiteten Fische sind außerordentlich schmackhaft, es ergibt sich dabei eine köstliche Brühe, die als Fischtunke zugegeben werden kann.

#### **Karpfen, Schleien, Butten nach Dugléré-Art.**

Man zerlege einen Fisch von 500—600 g in regelmäßige Stücke (kleinere läßt man ganz) und würze dieselben. Nun gebe man in den halbtiefen oder flachen mit Butter bestrichenen Sparkochtopf einen Löffel gehackte Zwiebeln, 4 Löffel rohe, ausgekörnte, zerdrückte Tomaten (oder 2 Löffel Püree), ein wenig geriebenen Knoblauch (nach Geschmack), 1 Löffel gehackte Petersilie, ein bißchen Thymian und Lorbeer und lasse diese kurz auf der Bodenplatte andämpfen. Lege den Fisch hinein, gebe 20 g Butter in Flöckchen darauf, gieße  $\frac{1}{2}$  Liter Weißwein darüber und decke den Topf zu; dann setze ihn als mittlere Speise in den Apparat. Man kann denselben auch nachträglich auf der Heizplatte dämpfen. Kochzeit 25—30 Minuten.

#### **Schaltiere wie Krabben, Hummern, Austern, Muscheln in kurzer Bouillon.**

**Kurze Bouillon:** Man setzt mit den anderen Speisen als obersten Topf 1—2 Liter Wasser in den Apparat. Auf das Liter Wasser rechnet man 15 g Salz, würzt es mit Lorbeerblatt und Thymian. Etwa 40 Minuten vor dem Essen stellt man den Topf auf die Heizplatte, setzt die anderen Töpfe wieder darauf und schaltet auf „Ein“. Nach kurzer Zeit hört man das Wasser kochen (man wartet also das Ausschalten nicht ab), alsdann gibt man die Schaltiere in die kochende Brühe und läßt sie, je nach Größe, kürzere oder längere Zeit kochen. Für ein Tier von einem Gewicht von 500—800 g rechnet man 30—35 Minuten Kochzeit.

**Zum Anrichten.** Lasse das Schaltier abtropfen, serviere es (warm oder kalt, nach Vorschrift) der Länge nach offen (ausgenommen Krabben) auf einer mit einer Serviette bedeckten Platte. Reiche eine spezielle Soße zu den kalten Tieren, wie: Mayonnaise, Tartar, Vinaigrette, Vincente usw. Für warme Schaltiere holländische Soße oder Bordelaise.

Gib ein Stück Butter in den Topf, bringe die sauber gewaschenen Muscheln mit wenig Wasser hinzu, salze sie, gib gehackte Petersilie daran und lasse sie vom Ausschalten ab noch 20 Minuten im Apparat.

## Eintopf-Gerichte

Ragout von Hammel, Kalb, Zunge, Reh, Hasenpfeffer usw. wird im „Elektro-Oekonom“ ausgezeichnet, weil das Fleisch mit dem Gemüse gleichmäßig weich kocht und die Kartoffeln nicht zerfallen.

### Irish-Stew

oder weißes Hammelfleisch.

Zutaten: 2 Pfund Gelberüben, ein Lauch, ein Sellerie und eine gespickte Zwiebel.

Das Fleisch wird in große Würfel geschnitten; ebenso die geschälten Kartoffeln, der Lauch in Rädchen und der Sellerie in Scheiben. Die Gelberüben werden der Länge nach geteilt, das Kraut in 4 Teile, die Blätter mit kochendem Wasser abgerührt.

In den Einheitstopf gibt man zuerst eine Lage Krautblätter, dann Fleisch und Gemüse abwechselnd schichtweise hinein, streut Salz und etwas Paprika dazwischen und gießt einen Liter Wasser darüber.

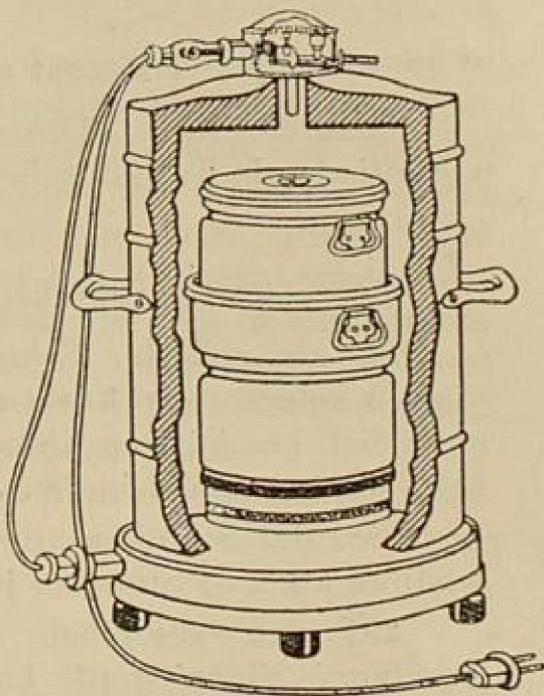
Man bringt das Ganze auf der Heizplatte zum Kochen und läßt das Irish-Stew, vom Ausschalten an berechnet, noch zwei Stunden im „Elektro-Oekonom“.

Auf den gesetzlich geschützten Einheitstopf kann man noch den halbtiefen Topf mit Obst zu Kompott oder Wasser zum Spülen einsetzen (siehe Abb. 11).

### Ragout von Ente, Gans, Wildente, Wildbret usw.

Älteres Geflügel, das nicht mehr zum Braten verwendet werden kann, bereitet man auf folgende Art zu: Das sauber geputzte Geflügel wird abgesengt und in Ragoutstücke zerlegt.

Gemüse: etwa 20 Stück Perlzwiebeln, junge Karotten oder halbmondförmig geschnittene Gelberüben, ebenso 1 kg halbmondförmig geschnittene Kartoffeln und ein Gewürzsträußchen werden zugerichtet.



Nr. 9

Die Fleischstücke werden mit Fett oder Butter im eisen-inoxydierten Bräter, der inzwischen im „Elektro-Oekonom“ nach Vorschrift 25—30 Minuten je nach Größe des Apparates und der Spannung vorerhitzt wurde, von allen Seiten angebraten gewürzt und in den Einheitstopf gelegt. In dem Bratenfett werden die zuvor zugerichteten Gemüse etwa 10 Minuten geschmort, gewürzt und mit 2 Suppenlöffel Mehl bestreut; wenn leicht gebräunt, werden 2—4 Löffel Tomatenpüree oder nach Belieben einige frisch geschnittene Tomaten hinzugefügt und mit  $\frac{1}{4}$  Liter Rotwein (Burgunder Art) abgelöscht. Alsdann wird das Ragout 2—3 Stunden, je nach Qualität des Fleisches, im „Elektro-Oekonom“ gekocht.

#### Ragout nach Burgunder-Art.

Hammel-, Kalb-, Ochsenfleisch kann nach obiger Art sehr vorteilhaft als Ragout zubereitet werden.

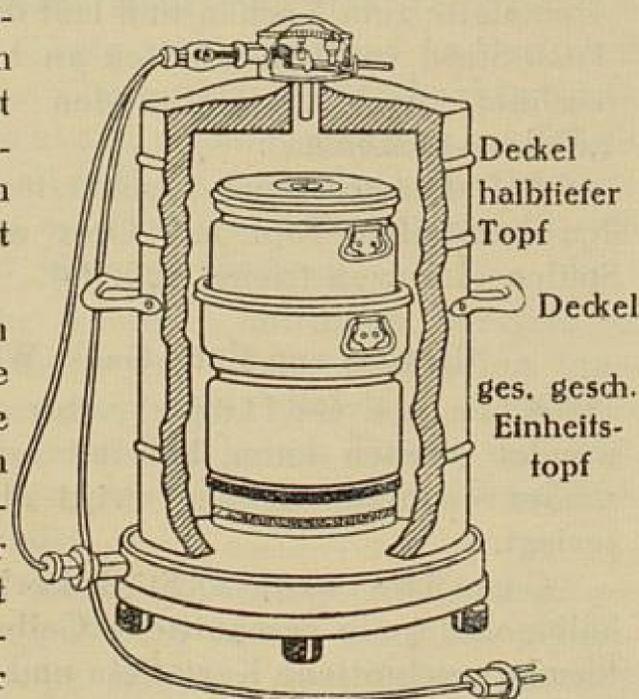
#### Kleine Schinken, Sauerkraut und Erbsen.

Ein geräucherter Schinken wird einige Stunden in kaltes Wasser gelegt, dann kürzt man das Schinkenbein, legt ihn in den gesetzlich geschützten Einheitstopf, füllt mit Wasser voll auf und setzt ihn zugedeckt in den „Elektro-Oekonom“.

Wird der Schinken allein gekocht, so läßt man ihn, vom Ausschalten an, 2—3 Stunden, je nach Gewicht, im Apparat.

Auf den gesetzlich geschützten Einheitstopf kann noch der halbtiefe Topf mit Sauerkraut, gelb- oder grün- halbierten Erbsen, weißen Bohnen oder Linsen eingesetzt werden.

1—1 $\frac{1}{2}$  Stunden nach dem Ausschalten wechselt man die Töpfe um, d. h. man setzt die Erbsen auf die Heizplatte, den Einheitstopf darauf und schaltet nochmals ein. Nach kurzer Zeit schaltet der Automat selbsttätig aus und das Gemüse ist gewöhnlich in einer Stunde gar.



Nr. 10

Sollten die Hülsenfrüchte sehr hart sein, so gebe man eine Messerspitze Natron daran.

Wenn sich der Apparat mit dem Automat nicht einschalten läßt, so benütze man den Zwischenstecker. (Siehe Vorschrift S. 10.)

### Kalbskopf.

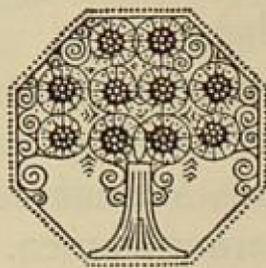
Ein frischer, gebrühter Kalbskopf wird ausgebeint, gewaschen und mit kaltem Wasser oder Fleischbrühe, Salz, Pfefferkörner, Zwiebel, Zitrone in den „Elektro-Oekonom“ gesetzt und weich gekocht; dann in schrägwinkelige Stücke geschnitten und mit unten beschriebener Soße übergossen.

**Sauce tortue.**  $\frac{1}{2}$  Stunde vor dem Anrichten dämpfe man in dem halbtiefen „Elektro-Oekonom“-Topf 6—10 feingeschnittene Charlotten in Butter und etwas Mehl hellbraun, rühre dies mit der Kalbskopfbühe zu einer gebundenen Soße an, würze mit etwas Cayenne-Pfeffer und  $\frac{1}{2}$  Glas Madeira und lasse diese Sauce 30 Minuten auf der Heizplatte unter der Haube durchkochen. Als dann richte man die abgetropften Kalbskopfstücke in einer tiefen Schüssel an, gieße die Tortue-Soße darüber, garniere die Schüssel mit in Butter schön hellbraun gebackenen Weißbrotdreiecks und mit hart gekochten, in 4 Teile geschnittenen Eiern.

Nach Belieben kann man auch in Butter gedämpfte Champignons und Trüffel beifügen.

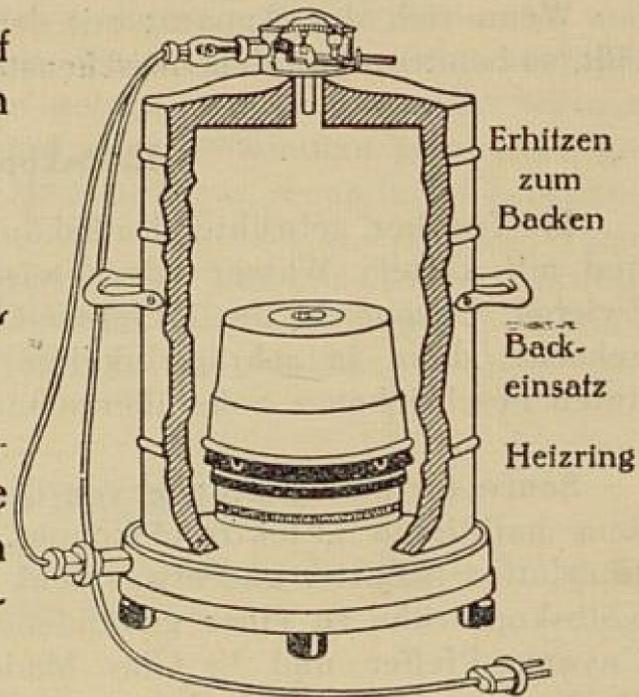
### Jägerkohl.

Ein Pfund, in Würfel geschnittener, Speck wird mit 1—2 gewiegten Zwiebeln hellgelb geröstet, mit Mehl bestäubt und mit Fleischbrühe aufgefüllt, 2 Löffel Essig, Salz und Pfeffer dazugegeben. Unterdessen hat man ein Weißkraut gehobelt, gewaschen, 2 Pfund Kartoffeln geschält und in Scheiben geschnitten. Nun gibt man alles schichtweise zu dem Speck und kocht es als unterste Speise im „Elektro-Oekonom“.



### III. Das Backen

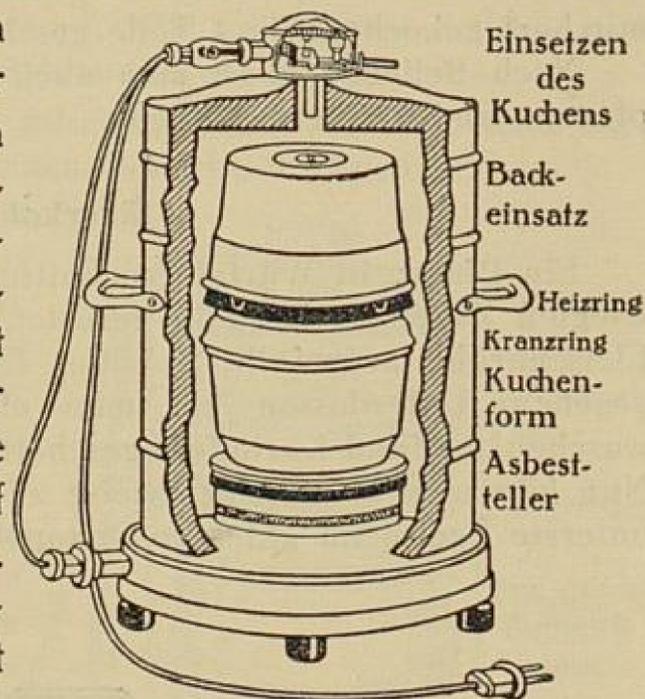
1. Heizring, Rillen oben, auf die Heizplatte, darauf den Backeinsatz setzen.
2. Isolierhaube darüber stülpen.
3. Automatschalter auf „Ein“ stellen.
4. Gerätestecker an der Heizplatte anbringen und die Kupplung des kürzeren Gummischlauchs am Automaten aufstecken.
5. Wandstecker einführen.



Nr. 11

Hat man einen Pudding oder einen Kuchen zu backen, der eine stärkere Oberhitze erfordert, dann erhitzt man noch 10 bis 20 Minuten d. h. man schaltet den Zwischenstecker ein, indem man ihn in die Kupplung einführt. Dadurch erhitzt sich die Heizplatte und mit ihr der Heizring stärker. Darnach entfernt man die Verbindungsschnur ganz, nimmt die Isolierhaube ab und stellt sie senkrecht auf den Tisch (nicht umlegen).

Asbestteller auf die Heizplatte legen, den Kuchen mit Kranzdeckel darauf stellen, dann den Heizring (Rillen nach oben), den Isoliereinsatz darauf und über das Ganze die Haube (Siehe Abb. 11). Nicht wieder einschalten. – Nach Verlauf der Backzeit (genau wie Bratröhre) den Kuchen herausnehmen.



Nr. 12

Das Backen geschieht nun ganz ohne Stromverbrauch, deshalb nicht wieder einschalten. — Besonders gleichmäßig und durchgebacken werden Hefe- und Backpulverkuchen, Biskuittorten, Obstkuchen und Aufläufe; einer wie der andere.

**Asbestteller** (seine Verwendung): Jedem Apparat wird ein Asbestteller beigegeben. Dieser wird wenn nötig auf die Heizplatte nach dem Ausschalten unter die Kuchenform gelegt, damit die Kuchen von unten her nicht zu dunkel werden.

Notiz. Dies ist hauptsächlich bei einer Spannung von 150–220 Volt nötig und bei leichten Torten, Biskuittorten usw.

**Der Kranzring** dient zum Erhöhen der Kuchenform bei Hefekuchen beim Apparat Größe **B**. Auf den Kranzring kommt der Heizring zu liegen. (Bei Obstkuchen, welche mehr Hitze benötigen, den Kranzring weglassen.)

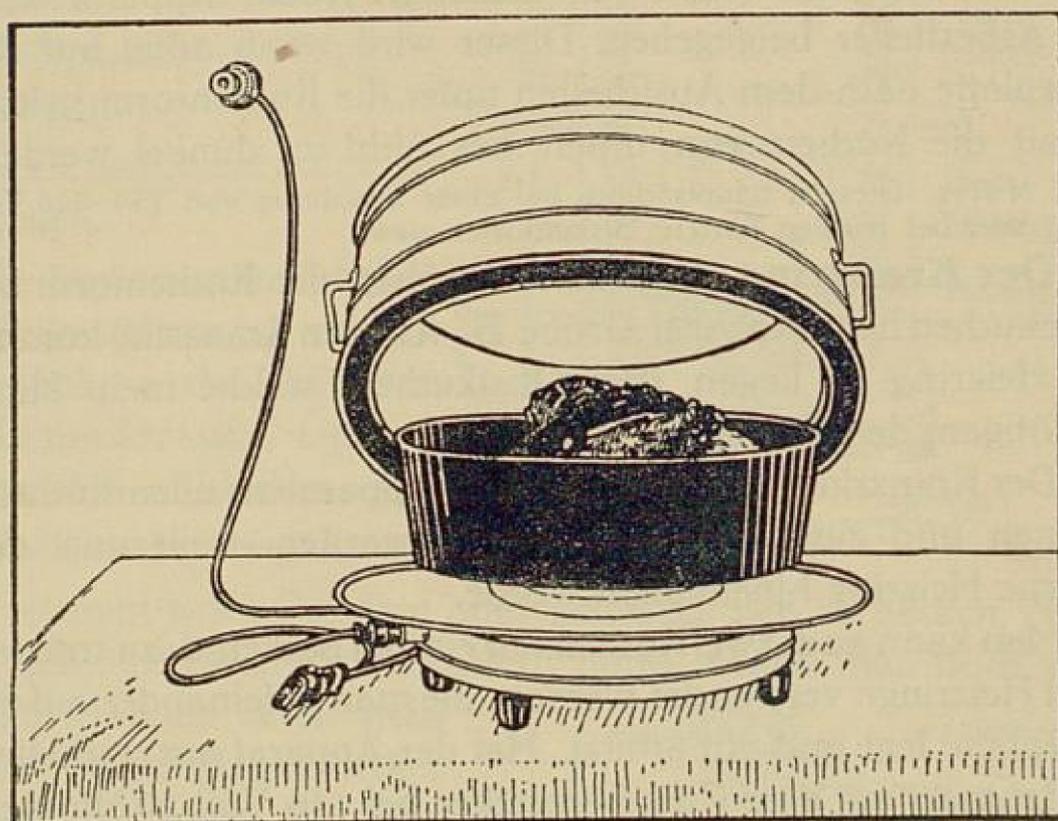
Der Kranzring muß beim **C** u. **D** Apparat zu allen Kuchenformen und zum Bräter verwendet werden, weil sonst der eiserne Heizring hineinfallen würde.

Man kann auch zwei Kuchen auf einmal backen, dazu müssen zwei Heizringe verwendet werden, die man aufeinander auf die Heizplatte legt und gut erhitzt. Hat der Apparat ausgeschaltet, erhitzt man mit dem Zwischenstecker bei 110 Volt 20 Minuten, bei 220 Volt 10 Minuten nach, damit die zwei Heizringe recht gründlich heiß werden. Der untere heißere Ring kommt zwischen die beiden Kuchen zu liegen, der zweite auf den oberen Kuchen. Backt man einen Obst- und einen Backpulver- oder Hefekuchen, dann setzt man den Obstkuchen zu unterst und den andern obenauf.

#### IV. Der ovale Bräter

Der ovale Bräter ist ein Bratapparat für sich ohne Automat oder ein Ergänzungs-Apparat zum „Elektro-Oekonom“. Im letzteren Falle wird die Heizplatte vom „Elektro-Oekonom“ verwendet. Derselbe besteht aus einer ovalen Isolierhaube, einem eisen-inoxydierten Bräter, einem dazu passenden Abschlußkranz und der Heizplatte vom „Elektro-Oekonom“.

Der ovale Bräter ermöglicht große Braten, wie Keule, Roastbeef, Geflügel, Poularden, Truthähne usw., sowie ganze Schinken zu braten oder zu dämpfen.



Neben dem „Elektro-Oekonom“ ist der ovale Bräter besonders deshalb der Hausfrau willkommen, weil sie bei Festlichkeiten oder Besuch einen zuverlässigen Bratapparat hat, welcher fast ohne Aufsicht arbeitet und der Braten ohne Stromverbrauch gut saftig bleibt, auch wenn er über die Bratzeit hinaus länger im Apparat verbleiben muß.

Braten, im „Elektro-Oekonom“ gebraten, sind schmackhafter und saftiger, als die im Ofen gebratenen. Fertige Braten können auch längere Zeit, ohne daß dieselben an Wohlgeschmack verlieren (und ohne Stromverbrauch), heißgehalten werden. Daher ist derselbe für Haushaltungen, Pensionen, Krankenhäuser und Hotels, groß und klein, sehr geeignet. Der Gewichtsverlust ist sehr gering.

**Der ovale Bräter „Elektro-Oekonom“ spart viel Geld, Zeit und Arbeit. Mit demselben spart man:**

60 % Fett  
50 % Brennmaterial  
25 % an Nährwerten

Der ovale Bräter kann an jede Lichtleitung angeschlossen werden. Der Stromverbrauch ist bei 110 Volt 0,5 kwh, bei 220 Volt 0,7 kwh. Bei Kraftstromanlage kann auf Wunsch der Heizkörper mit 1,0 kwh bis 1,2 kwh eingebaut werden. Hierbei dauert das Vorerhitzen des Bräters etwa 15 Minuten. Die Bratzeit ist dieselbe wie in der Bratröhre.

#### Gebrauchsanweisung zum ovalen Bräter

Den Abschlußkranz legt man auf das Heizunterteil, stellt den eisen-inoxyd. Bräter (ohne Fett) darauf, stülpt die Isolierhaube darüber und achtet darauf, daß der Apparat gut abschließt. Alsdann setzt man den Apparat unter Strom.

Bei 110—130 Volt 45 Minuten vorerhitzen  
" 220 " 35 " "

***Achtung! Das Einhalten der vorgeschriebenen Zeit für das Vorerhitzen des Apparates ist von großer Wichtigkeit!***

Nach dieser Zeit hebt man die Isolierhaube so ab, daß sie senkrecht auf den Tisch zu stehen kommt, damit die Hitze nicht entweicht.

Nun legt man den zubereiteten Braten ungesalzen in den Bräter und stülpt die Haube wieder senkrecht darüber. Man beachte dabei, daß der Braten zuerst mit der Schnittfläche gegen den heißen Bräter zu liegen kommt, damit die Poren sich schnell schließen. Die Heizplatte bleibt unter Strom.

Bei 110 Volt ist der Braten nach etwa 20 Minuten auf der einen Seite schön braun, bei 220 Volt nach etwa 15 Minuten.

Alsdann hebt man die Isolierhaube wieder auf die gleiche Weise ab, dreht den Braten auf die andere Seite und wiederholt diesen Prozeß, bis der Braten auf allen Seiten schön braun ist.

Erst beim letzten Umdrehen salzt und würzt man den Braten; denn vorher würde das Salz bekanntlich Wasser ziehen und dies das rasche Bräunen benachteiligen. Nun gibt man die üblichen aromatischen Gewürze, wie Zwiebeln in Scheiben geschnitten, Tomaten, Brotrinde usw. hinein. Bei 110 Volt läßt man den Braten noch 20–25 Minuten unter Strom, bei 220 Volt 15–20 Minuten, je nach Größe des Bratens, dann zieht man den Stecker aus der Wand und läßt den Braten in der angesammelten Hitze fertig werden. Sollte der Braten sehr fett sein, so schüttet man das Fett vorher beim Drehen ab.

Schweinebraten, Hammelbraten, Gänse, fette Enten werden mit sehr wenig Fett gebraten.

Die andern Braten wie Wild, Geflügel, Kalbsbraten werden mit Fett oder Butter gebraten.

Einige Beispiele der Dauer der Bratzeit bei 110 Volt:

|                |     |         |      |  |         |
|----------------|-----|---------|------|--|---------|
| Schweinskeule  | von | 9 Pfund | etwa | 2  | Stunden |
| Schweinebraten | „   | 15      | „    | 2 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> –3                             | „       |
| Hammelkeule    | „   | 7       | „    | 1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub>                                | „       |
| Roastbeef      | „   | 10      | „    | 1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub>                                | „       |
| Kalbsbraten    | „   | 9       | „    | 1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> –1 <sup>3</sup> / <sub>4</sub> | „       |
| Gans           | „   | 9       | „    | 1 <sup>3</sup> / <sub>4</sub> –2                             | „       |

(Natürlich muß das Fleisch gut abgehängt und das Geflügel jung und zart sein.)

Alle Braten brauchen die gleiche Zeit wie in der Bratröhre, doch bleiben dieselben saftiger und verlieren nicht an Gewicht und Aroma, auch wenn sie länger wie nötig im Apparat bleiben müssen.

Der ovale Bräter Elektro-Oekonom ist in  
2 Größen erhältlich:

Größe I für Braten 6–8 Pfd. / Größe II für Braten bis 15 Pfd.

## V. Der Spezialtopf

### Das Kochen im Spezialtopf

Der Spezialtopf ist besonders für große Familien und für das Land sehr geeignet, da außer Kartoffeln große Mengen Fleisch, Schinken und zusammengekochte Gerichte usw. darin gekocht werden können.

**Der Spezialtopf**  
füllt den ganzen  
Apparat aus.

Inhalt des Topfes

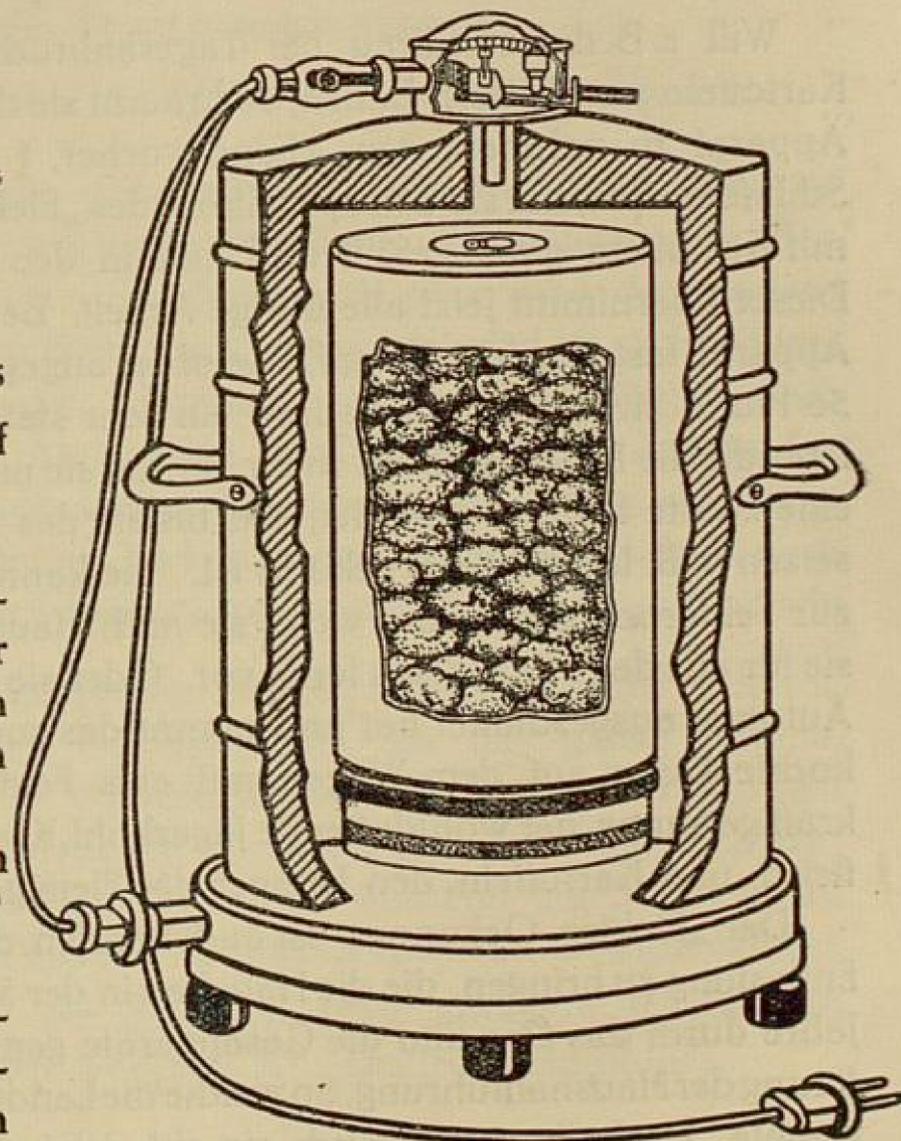
| bei   | B  | C  | D  |
|-------|----|----|----|
| Liter | 12 | 16 | 24 |

|                  |    |    |    |
|------------------|----|----|----|
| Menge Kartoffeln |    |    |    |
| Pfd.             | 16 | 22 | 36 |

Der Spezialtopf wird mit den Schalkartoffeln gefüllt, (Siehe Abbild. 13) 1–2 Liter Wasser je nach der Menge daran gegeben und nach Vorschrift im „Elektro-Oekonom“ gekocht.

Nach dem Ausschalten des Automaten müssen die Kartoffel noch 1–1½ Stunden, je nach der Größe des Apparates darin verbleiben.

Der Stromverbrauch für den größten Apparat D, um 36 Pfd. Kartoffeln zu kochen, ist ca. 1,8 kwh.



Nr. 13

Die Kartoffeln werden vor Gebrauch abgegossen und zum Abdämpfen ohne Deckel, unter Verwendung des Zwischensteckers, noch 5 Minuten auf die Bodenplatte gestellt.

**Der  
„Elektro-Oekonom“  
im großen  
Stadt- und Landhaushalt**

Will z. B. die Landfrau bei Tagesanbruch gekochte heiße Kartoffeln zum Füttern haben, so braucht sie diese nur aus dem Apparat zu nehmen. Am Abend vorher, 1 Stunde vor dem Schlafengehen, hat sie den Spezialtopf des „Elektro-Oekonoms“ mit Kartoffeln ganz gefüllt und kalt in den Apparat gestellt. Dieser übernimmt jetzt alle übrige Arbeit. Bei dem großen D-Apparat fast der Spezialtopf, wie oben angegeben, auf einmal 36 Pfund Kartoffeln, also schon ein sehr stattliches Quantum. Braucht die Landfrau noch mehr, so hat sie am Morgen schnell eine zweite Füllung gerichtet, die, bis sie das Mittagessen einsetzen will, längst weich gekocht ist. Sie kann ohne Sorge mit zur Feldarbeit gehen und wenn sie nach Hause kommt, findet sie für alle das Mittagessen fertig vor. Oder sie wartet ab, bis der Automat ausgeschaltet hat und nimmt das zugerichtete, vorgekochte Essen auf dem Wagen mit aufs Feld, wo dann eine kräftige Suppe, der wohlduftende Jägerkohl, Kraut mit Schweinefleisch und Kartoffeln, den Hunger der Fleißigen stillt.

Der „Elektro-Oekonom“ ist auch berufen, der Landfrau *die* Entlastung zu bringen, die die Hausfrau in der Stadt schon lange Jahre durch das Gas und die Gasapparate genießt, eine Erleichterung der Haushaltführung, an welche die Landfrau nicht denken konnte. Deshalb mache auch sie sich jetzt die Erfindung der Neuzeit zu Nutzen, indem sie sich einen „Elektro-Oekonom“ anschafft, der ihr das Kochen zum Vergnügen macht.

## VI.

### Der Elektro-Oekonom als Schinkenkocher

**Mehrausnutzung des Fettgehaltes 60 %**

**Ersparnis an Brennmaterial 50–60 %**

**Gewinn an Gewicht des Fleisches 25 %**

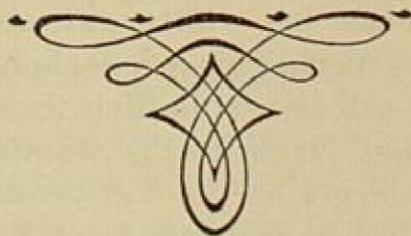
#### Gebrauchsanweisung

beim Kochen von 2 Schinken im C- oder D-Apparat:

Man macht das dazu nötige Wasser in dem Spezialtopf zuerst im „Elektro-Oekonom“ heiß. Dann legt man den einen Schinken mit dem Bein nach oben und den andern Schinken mit dem Bein nach unten. Hierbei ist zu beachten, daß das Wasser die Schinken bedeckt. Eine Stunde nach dem erstmaligen Ausschalten schaltet man den Automaten nochmals ein; nach kurzer Zeit schaltet er wieder selbsttätig aus und die Schinken kochen innerhalb 3–3<sup>1</sup>/<sub>2</sub> Std., je nach Größe, im „Elektro-Oekonom“ ohne Stromverbrauch weich.

Schinken oder Fleisch im „Elektro-Oekonom“ gekocht, gewinnt enorm an Wohlgeschmack, da das ganze Aroma, Saft, Fett und Farbe erhalten bleiben. Auch ist ein Verkochen vollständig ausgeschlossen es gehen nur wenige Gramm im „Elektro-Oekonom“ verloren; während ein Schinken im Kessel oder Herd gekocht, erheblich mehr an Gewicht verliert.

Man rechnet bei Schinken oder anderem Rauchfleisch pro kg 40 Minuten Kochzeit im „Elektro-Oekonom“.



## VII. Der Elektro-Oekonom als Eismaschine

Der „Elektro-Oekonom“ ist auch die denkbar einfachste Eismaschine, welche ohne das zeitraubende Drehen bei der Eismaschine das schönste „Sahne-Eis“ liefert. Außerdem kann im Apparat Halbeis-Creme, Frucht-Creme, Guß-Zwieback gefroren werden. Wie in der Isolierhaube die Wärme aufgespeichert werden kann, so wird infolge der Isolierung die Kälte mit einem Topf Eis stundenlang aufgespeichert.

Außerdem wird weniger Roh-Eis wie bei der Eismaschine gebraucht und ist der „Elektro-Oekonom“ als Eismaschine der Hausfrau besonders bei Kaffee-Kränzchen willkommen, weil das Eis schon einige Stunden vorher zubereitet werden kann und stets genuffertig ist.

Die Herstellung des Gefrorenen im „Elektro-Oekonom“ ist sehr einfach. Das selbst bereitete Eis ist wesentlich billiger, als das aus der Konditorei bezogene. Man benötigt den Einheitskochtopf und eine Gefrierbüchse mit fest verschließbarem Deckel. Nachdem man den Topf mit Inhalt auf eine beliebige Unterlage (Tisch, Stuhl usw.) gestellt hat, wird die Isolierhaube darüber gestülpt. Die leere Eisbüchse, die möglichst schon vorher im Eis erkaltet wurde, füllt man  $\frac{3}{4}$  mit der vorher zubereiteten Masse. Nachdem man sie mit dem Deckel gut verschlossen hat, legt man den Asbestteller, ein mehrfach zusammengelegtes Tuch darauf, stellt sie in den Topf, dessen Boden man mit fein zerklopftem Eis, gemischt mit Viehsalz, bedeckt hat. (Man benötigt ungefähr 5 Pfd. Roheis und 1 Pfd. Viehsalz.) Den Raum zwischen der Büchse und den Wänden des Topfes füllt man ebenfalls mit fein zerklopftem Eis und mit Viehsalz gut aus. Den Topf stellt man auf eine hölzerne Unterlage (Tisch oder Stuhl) und stülpt die Haube darüber. Nach 20—30 Minuten hebt man dieselbe wieder ab, öffnet vorsichtig die Gefrierbüchse, löst das Eis, das sich im Innern der Gefrierbüchse gebildet hat, mit einem schmalen Holzlöffel von den Wänden der Büchse los, rührt gut um, und schließt den Apparat wieder. Dieses Verfahren wiederholt man noch 1—2 mal. Fürst-Pückler-Eis darf selbstverständlich nicht mit dem Holzlöffel durchgespachtelt werden. Nach 2—2 $\frac{1}{2}$  Stunden ist das Eis genuffertig. Ein Hauptfordernis ist die Verwendung von feinem, wie Mus zerschlagenem Eis mit grobkörnigem Viehsalz vermischt. Je

feiner das Eis zerstoßen ist, desto schneller gefriert die Masse. Als beste Gefrierbüchse eignet sich eine Eisbombe aus Stahlblech, verzinnt, von einem Liter Inhalt. Zur Schonung des Aluminiumtopfes ist es zu empfehlen, eine gewöhnliche Blechbüchse oder einen Emailtopf, in der Größe des gesetzlich geschützten Einheits- topfes, anstatt diesen, zu benützen.

#### Prinz-Friedrich-Halbeis.

100 g Himbeer- und 100 g Aprikosen-Marmelade, 100 g gesiebter Zucker und 125 g fein gewürfelte Ananasstückchen werden mit  $\frac{1}{2}$  Liter steif geschlagener süßer Sahne verrührt und in die Eisbüchse gefüllt, auf beschriebene Art in den extra hohen Topf in Eis und Salz vergraben und  $2\frac{1}{2}$  Stunden in den „Elektro-Oekonom“ gestellt. Man serviert das Eis mit Mandelröllchen umgeben und mit Fruchtgelee besprengt.

#### Fürst-Pückler-Eis.

Knapp  $\frac{1}{2}$  Liter steif geschlagene süße Sahne wird gleichmäßig in zwei Schalen verteilt. Man läßt für 10 Pfennig Schokolade in etwas Milch zergehen, verrührt dies, nachdem gut erkaltet, mit der einen Hälfte. Nun schneidet man für 10 Pfennig süße Makronen in kleine Würfelchen, gibt diese, sowie einen Teelöffel voll Maraschino zur anderen Hälfte, verrührt es ebenfalls gut und füllt zuerst die Sahne mit der Schokolade und darauf die Makronenhälfte in die Gefrierbüchse und stellt es auf oben beschriebene Art 2—3 Stunden in den „Elektro-Oekonom“.

Anmerkung: Es ist ratsam, vor dem Einfüllen der Sahne die Gefrierbüchse mit frischem, kaltem Wasser auszuschwenken, aber nicht auszutrocknen.

#### Vanille-Eis.

Man gibt in  $\frac{1}{2}$  Liter frische Sahne 4, mit Milch verrührte Eidotter, ein Päckchen Vanillin und 100 g Zucker, läßt alles unter beständigem Rühren bis vor das Kochen kommen, gießt es in eine bereitstehende tiefe Schüssel und rührt die Masse nachher so lange, bis sie erkaltet ist, damit sich keine Haut bildet. Nun füllt man sie in die Gefrierbüchse.

#### Kaffee-Eis.

60 g Kaffee, knapp  $\frac{1}{2}$  Liter Rahm, 90 g Zucker, 4 Eigelb.

Der Kaffee wird frisch gebrannt, heiß gemahlen, in  $\frac{1}{2}$  Liter kochenden Rahm gegeben und darin 1 Stunde ziehen lassen, dann

durchgesiebt. Der Zucker wird mit den Eigelb tüchtig verrührt und auf dem Feuer geschlagen (darf nicht kochen). Dies gibt man zu dem Rahm durch ein Sieb und nach Erkalten in die Gefrierbüchse.

#### Schokolade-Eis.

100 g gute Schokolade,  $\frac{1}{2}$  Liter Rahm, 120 g Zucker, 3 Eigelb.

Die Schokolade wird mit dem kochenden Rahm und dem Zucker vermischt, die Eigelb unter tüchtigem Rühren darunter gemengt, auf dem Herde bis zum Kochen geschlagen, durch ein Sieb gegeben und kalt in die Gefrierbüchse gefüllt.

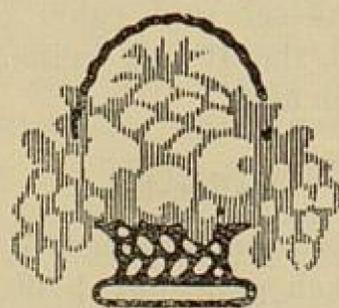
#### Haselnuß-Eis.

200 g Haselnußkerne,  $\frac{1}{4}$  Liter Rahm, 50 g Zucker.

Man röstet die grob geschnittenen Haselnüsse mit dem Zucker in einer Pfanne und kocht dies in  $\frac{1}{4}$  Liter Milch  $\frac{1}{3}$  Stunde aus; dann mischt man den Rahm darunter und füllt die erkaltete Masse in die Gefrierbüchse.

#### Der „Elektro-Oekonom“ als Eisschrank-Ersatz.

Die zu kühlenden Speisen werden in einen hohen Oekonom-Topf gestellt, darauf setzt man einen mit Eis gefüllten Oekonom-Topf mit Deckel und stülpt die Isolierhaube darüber. Die Haube mit den sich darin befindlichen Töpfen kann auf jeden Tisch, Stuhl usw. gestellt werden, nur ist darauf zu achten, daß die Luft keinen Zutritt von unten zum Innern der Haube hat. Die Kälte, welche sich im Apparat entwickelt, sinkt nach unten und kühlt somit die sich im unteren Topf befindlichen Speisen. Dies ist besonders im Sommer für Kindermilch von großer Wichtigkeit. Selbstverständlich ist es für das Kühlhalten günstiger, wenn der Apparat an einen möglichst kühlen Platz gestellt wird.

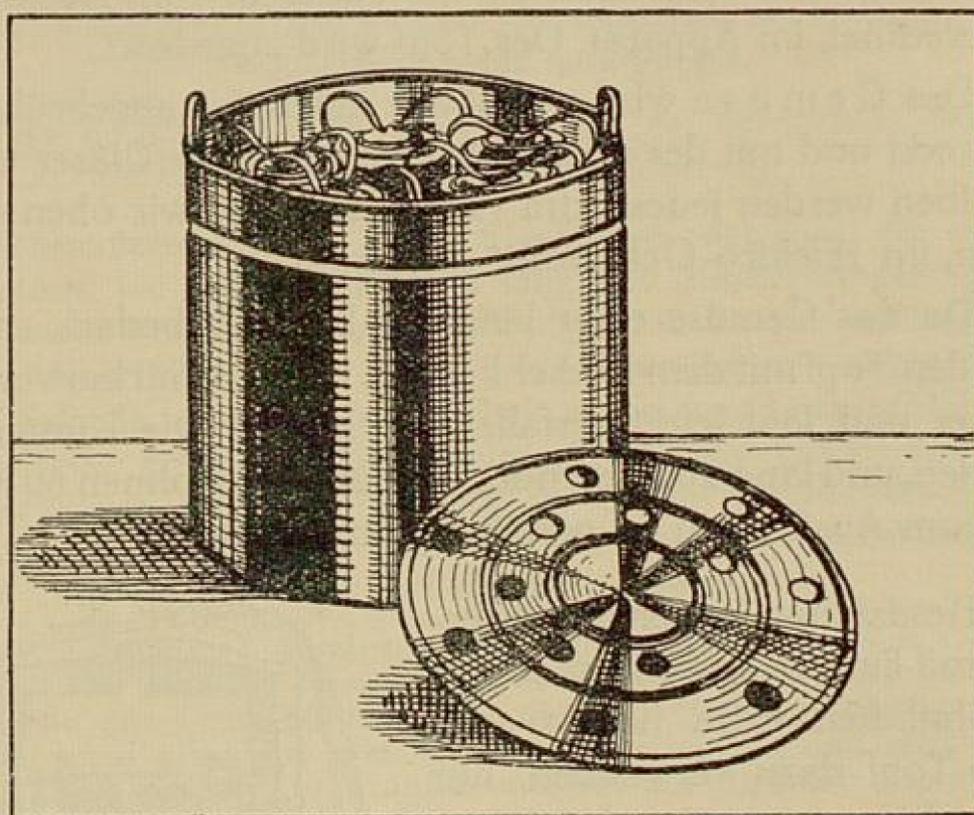


## VIII.

### Der Elektro-Oekonom als Sterilisiertopf

#### Gebrauchsanweisung zum Sterilisieren

Der „Elektro-Oekonom“ eignet sich auch vorzüglich als Sterilisier-Apparat. Da sich die Hitze im Apparat gleichmäßig entwickelt, ist ein Platzen der Früchte ausgeschlossen und können sich dieselben nie in den Gläsern heben, wie dies durch das



plötzliche und starke Erhitzen auf dem Gas- oder Kohlenherd leider oft vorkommt. Durch die automatische Ausschaltung ist das Sterilisieren im „Elektro-Oekonom“ jedem anderen Sterilisierverfahren vorzuziehen.

Zu jeder Größe wird ein besonderer Sterilisiertopf geliefert.

Der Topf zu Größe: B faßt 4 Stück 1 Litergläser

C „ 5 „ 1 „

D „ 7 „ 1 „

Zuerst setzt man den Sterilisiertopf mit dem Siebboden auf die Bodenplatte; die Gläser mit Inhalt, nach der üblichen Kochvorschrift zubereitet, jedes extra mit Bügel verschlossen, werden auf das Sieb in den Topf gestellt. Alsdann füllt man

den Topf bei Früchten  $\frac{1}{3}$  bis zur Gläserhöhe, wenn vorhanden, mit lauwarmem Wasser, stülpt die Haube darüber und schaltet auf „Ein“ (Siehe Abb. 12).

Leicht zerfallende Früchte, wie Weintrauben, Erdbeeren, Heidelbeeren usw. läßt man, vom Ausschalten an gerechnet 20 Minuten im Apparat. Der Topf darf nicht zugedeckt werden.

Früchte, welche eine längere Kochzeit erfordern, wie Äpfel, Quitten, Birnen, verbleiben 20–25 Minuten, vom Ausschalten an gerechnet, im Apparat. Der Topf wird zugedeckt.

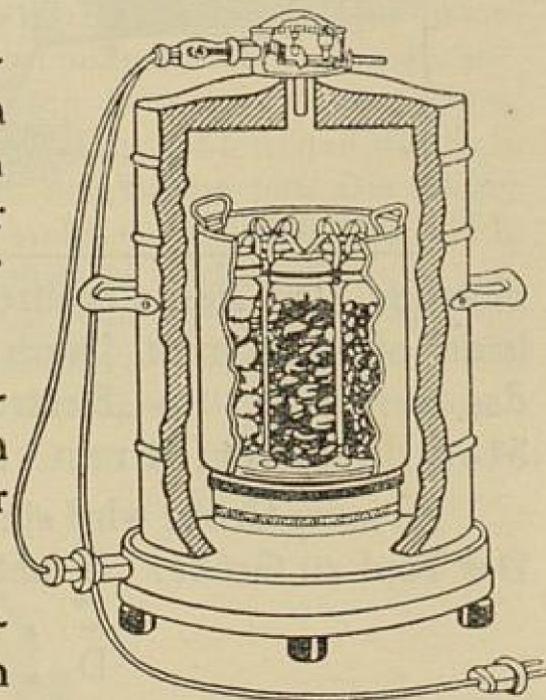
Das Gemüse wird wie üblich zubereitet, abgebrüht, abgeschreckt und mit der nötigen Salzlösung in die Gläser gefüllt, dieselben werden jedes extra verschlossen und wie oben angegeben, im „Elektro-Oekonom“ sterilisiert.

Da das Gemüse einer längeren Kochzeit bedarf, so füllt man den Topf mit dem Deckel bedeckt halbvoll mit lauwarmem Wasser und läßt leicht zerfallendes Gemüse wie Tomaten 15 Minuten, und lang zu kochendes Gemüse wie Bohnen 60 Minuten, vom Ausschalten an gerechnet, im Apparat.

Besitzt man keinen Sterilisier- topf mit Einsatz, so kann man den gewöhnlichen extra hohen auch tiefen Topf dazu verwenden, nur gehen hier entsprechend weniger Gläser hinein.

Hierbei legt man auf den Boden des Topfes einen Lappen oder Holzwole, damit die Gläser nicht platzen.

Hat man viele Gläser auf einmal zu sterilisieren, so nimmt man den Topf heraus und stellt ihn zum Erkalten beiseite. Hierauf stellt man die andern Gläser auf dieselbe Weise in den extra hohen oder Einheitstopf und stülpt die Isolierhaube darüber und schaltet wieder ein.



Nr. 12

## IX. Speisefolgen, die für den **B**-Apparat zusammengestellt und darin erprobt sind

110 Volt 0,5 Kwh., bei 220 Volt 0,7 Kwh. verkürzt sich dementsprechend die Kochzeit.

### 1. Klare Fleischbrühe mit Nudeln, Ochsenfleisch als Einheitsgericht, Schneeballen mit Vanillesoße

**Bemerkung:** Die Kochzeit ist so berechnet, daß um  $\frac{1}{2}$  Uhr Tischzeit ist. Beginn morgens 9 Uhr.

**Ochsenfleisch:**  $1\frac{1}{2}$ —2 Pfund Flachrippe oder sonst ein saftiges Kochstück, 180 g Gelberüben in längliche Stückchen geschnitten, 125 g zarte weiße Rübchen in Scheiben, ein kleiner Wirsing oder weißer Kohl (Kappus) in 4 Teilen, abgebrüht und abgeschreckt, 25 g Sellerie, eine kleine Zwiebel mit einem Lorbeerblatt und einer Nelke gespickt, 1 Gewürzsträußchen, 10 g grobes Salz, zwei Pfefferkörner und die Knochen in kleine Stücke zerschlagen. Sämtliche Zutaten setzt man mit  $1\frac{1}{2}$  Liter kaltem Wasser im tiefen Topf als untersten auf die Bodenplatte.

NB. Legt man besonderen Wert auf ein saftiges Stück Ochsenfleisch, hebe man die Haube nach dem erstmaligen Ausschalten ab und gebe das Ochsenfleisch und die Kartoffeln in die kochende Brühe, setze alles auf gleiche Weise wieder ein und schalte auf „Ein“. Nach etwa 5—10 Minuten schaltet der Automat aus und die Speisen kochen nun ohne Strom gar.

Den flachen Topf setzt man mit 1 Liter Salzwasser für die Nudeln darauf.

Für die Schneebälle gibt man in den halbtiefen Topf 1 Liter Milch mit 100 g Zucker, eine Handvoll geriebene Mandeln oder Haselnüsse, ein Stückchen Vanille und setzt dieselbe als obersten Topf in den Apparat. Nun stülpt man die Haube über und schaltet ein.

**Milch zu kochen:** Es ist ratsam, die Milch auf der Heizplatte mit dem Zwischenstecker zu kochen. Stellt man die Milch mit andern Speisen zusammen in den Apparat, dann läßt man sie dort im obersten Topf heiß werden.

Eine halbe Stunde vor dem Anrichten rührt man die Suppennudeln in das kochendheiße Wasser, setzt den Topf zum Auf-

kochen auf die Heizplatte, die anderen Töpfe darauf, die Haube darüber und schaltet auf „Ein“. In ca. 5—8 Minuten kochen die Nudeln. Nun ziehe man den Stecker aus der Haube (man warte also nicht das Ausschalten ab) und lasse sie ohne Strom gar kochen.

Um  $\frac{1}{2}$ 1 Uhr serviert man die passierte Fleischbrühe mit den Nudeln und setzt den Suppentopf mit dem Fleisch zum Heißhalten unter die Haube.

**Schneeballen:** Unterdessen hat man 5 Eiweiß zu festem Schnee geschlagen, setzt den Topf mit der Milchsoße auf die Heizplatte, unter Benützung des Zwischensteckers; kocht die Milch, sticht man von dem geschlagenen Eiweiß Bällchen ab, legt sie ein und läßt sie einmal zugedeckt aufkochen. Dann nimmt man sie mit einem Schaumlöffel heraus, gibt andere hinein bis alle gekocht sind und stellt sie zum Erkalten auf die Seite. 5 Eigelb werden vorsichtig mit der Vanillenmilch verrührt und darin unter stetem Schlagen aufgekocht. Die Soße wird so um die Schneeballen gefüllt, daß diese nicht gelb werden. Die Vanillesoße kann warm oder kalt serviert werden. Sobald die Soße fertig ist, zieht man den Wandstecker heraus.

Unterdessen wird das Rindfleisch auf einer heißen Platte angerichtet und mit den verschiedenen Gemüsen garniert.

**Fleischbrühe und Suppen.** Alle Suppen, klare und gebundene, können im „Elektro-Oekonom“ gekocht werden. Dieselben sind im „Elektro-Oekonom“ durch das gleichmäßige Kochen viel schmackhafter und die Fleischbrühe klarer, als auf offenem Feuer gekocht.

Die Fleischbrühe, welche man für verschiedene Suppen verwendet, wird auch für Sauce, Kraftbrühe und Ragouts gebraucht. Deshalb ist es wichtig, daß die Fleischbrühe sehr schmackhaft ist und dieselbe im „Elektro-Oekonom“ nicht mehr und nicht weniger als 3 Stunden kocht.

Zu einer guten Kraftbrühe rechnet man auf 1 Liter Wasser 500 g Ochsenfleisch, vom Schwanzstück, das Unterteil der Nuß, Vorderbug oder Flachrippe.

Das Fleisch wird ausgebeint und alle Knochen in kleine Stücke geschlagen. (Die Knochen sind im Gewicht nicht inbegriffen.)

Die nahrhaften und aromatischen Beigaben auf 1 Liter Wasser sind:

|   |                     |
|---|---------------------|
| Ochsenfleisch . . . . .   | 500 g               |
| Junge Gelberüben . . . . .                                      | 90 „                |
| Zarte weiße Rübchen (im Herbst<br>auch die Mohrrüben) . . . . . | 70 „                |
| Pastinate . . . . .   | 20 „                |
| Lauch . . . . .   | 50 „                |
| Zwiebeln . . . . .  | 25 „                |
| Sellerie . . . . .  | 15 „                |
| Petersilie . . . . .  | 1 Sträußchen        |
| Knoblauch . . . . .   | $\frac{1}{2}$ Zinke |
| Nelken . . . . .  | 1 kleine            |
| Thymian . . . . .   | 1 Zweigchen         |
| Lorbeer . . . . .   | $\frac{1}{8}$ Blatt |
| Grobes Salz . . . . .   | 6 g                 |

**Kochvorschrift:** Man setzt das Fleisch mit den, in kleine Stückchen zerschlagenen Knochen, mit kaltem Wasser im Einheitstopf auf die Heizplatte. Darauf kann man noch andere Speisen setzen. Nach dem Ausschalten hebt man die Haube ab, entfettet die Brühe, salzt und gibt das Gemüse mit den Gewürzen hinein, so daß der Topf  $\frac{3}{4}$  voll ist.

Die Haube wird darüber gestülpt und der Automat nochmals eingeschaltet.

Nach kurzer Zeit schaltet derselbe selbsttätig aus und die Suppe bleibt noch 5 Stunden im Apparat.

**Kraftbrühe von Geflügel.** Man verfährt nach vorhergehender Vorschrift und gibt ein Suppenhuhn mittlerer Größe hinein.

Anstatt eines Huhnes kann man Geflügelklein in entsprechender Menge verwenden.

**Abklärung der einfachen Fleischbrühe:** Auf 2 Liter passierte Fleischbrühe rechnet man ein zerklopftes Eiweiß, gibt dieses unter Umrühren in die Brühe, läßt sie einige Zeit im „Elektro-Oekonom“ ziehen und gießt sie durch ein Haarsieb.

In diese Fleischbrühe können als Einlage verschiedene Teigwaren, wie Suppennudeln, Grieß, Sago, Tapioka, Reis, Gerste, verschiedene Gemüse, in feine Streifen geschnitten, gegeben, und im „Elektro-Oekonom“ gar gekocht werden.

Eierstich, Fleischklößchen von Kalb, Geflügel oder Wildbret können ebenfalls in dieser Kraftbrühe aufgekocht werden.

**Gebundene Suppen:** Kartoffelsuppe mit Lauch und Gelberüben, Spargeln, Artischocken, Erbsen, weiße Bohnen, Linsen, Gerste, Haferflocken können zu gebundenen Suppen im „Elektro-Oekonom“ weich gekocht werden; am besten als mittlerer Kochtopf eingesetzt. Nachdem sie gut weich gekocht sind, werden sie durchgeschlagen, je nach Geschmack mit Fleischbrühe oder mit Milch aufgekocht und mit Eigelb und Rahm abgezogen.

**2. Gerstensuppe in Fleischbrühe**  
**Geschmortes Ochsenchwanzstück nach bürgerlicher Art**  
**mit Hartgrieß-Makkaroni**

1. Man spickt ein Schwanzstück von 1½ kg mit großen gewürzten Speckstreifen, welche man vorher mit einigen Tropfen Kognak getränkt und mit gehackter Petersilie bestreut hat.

2. Würze das Ochsenstück mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und Muskat; lege es in eine tiefe Schüssel, bedecke es mit einer großen, in Scheibchen geschnittenen Zwiebel und einer großen in Scheiben zerschnittenen Gelberübe, begieße es mit ¼ Liter Weiß- oder Rotwein und einem Gläschen Kognak. Lasse das Fleisch in dieser Lacke 2 Stunden ziehen. Wende es öfters um, damit die aromatischen Säfte gut durchdringen.

Richte Gemüse zur Garnitur: Schäle 150 g Perlzwiebeln, lasse sie in einer Pfanne mit einem Eßlöffel Butter, einer Messerspitze Salz und Zucker goldbraun werden. Schneide 250 g zarte Gelberübchen in Scheiben, blanchiere sie in Salzwasser und lasse sie abtropfen.

4. Lasse das Ochsenchwanzstück gut abtropfen und trockne es ab; brate es im eisen inoxyd. Bräter mit einem Löffel Bratenfett auf der Heizplatte auf allen Seiten braun an.

Zum Anbraten des Fleisches und zum Dämpfen des Gemüses verwende man den kurzgeschlossenen Stecker. Nehme das Fleisch aus dem Bräter heraus und lasse in dem gleichen Fett die abgetropften und abgetrockneten Gemüse der Beize leicht Farbe nehmen. Lege auf den Boden des Einheitstopfes 100 g Speckschwarte, auf diese das Gemüse, die Knochen und das Ochsenstück. Füge ein Büschel Grünes und nach Geschmack ein wenig Knoblauch hinzu. Gieße den Wein der Beize darüber und füge die kleinen Zwiebeln und Karotten hinzu und gieße bis zur Fleischhöhe gut gebundene Ochsen- oder Kalbsbrühe bei.

Setze auf den Einheitstopf den halbtiefen Topf mit 5 gehäuften Eßlöffeln gewaschener Gerste in Fleischbrühe und den zweiten halbtiefen mit Salzwasser für die Makkaroni als obersten Topf.

Jetzt entfernt man den kurzgeschlossenen Stecker und schaltet den Apparat durch den Automaten ein.

Der Braten bleibt vom Ausschalten an wenigstens 2 Stunden zum Weiterdämpfen auf der Heizplatte.

$\frac{3}{4}$  Stunden vor dem Essen setze man den Topf mit Wasser auf die Heizplatte und die Suppe als oberste Speise. Bringe das Wasser auf der Heizplatte zum Kochen, indem man nochmals einschaltet. In einigen Minuten kocht das Wasser, gib die Makkaroni hinein und lasse sie im „Elektro-Oekonom“ schön weich kochen. Der Apparat schaltet nach kurzer Zeit aus. Beim Anrichten werden die kleinen Zwiebeln und Karotten um das Ochsenschwanzstück garniert. Die Soße wird entfettet und noch etwas eingekocht, passiert und über das Fleisch gegossen.

NB. Dieses oben beschriebene Kochverfahren für das Ochsenschwanzstück wird im allgemeinen zu allen großen, geschmorten Fleischstücken angewendet; je nach der Fleischart erhöht oder vermindert sich die Kochzeit im „Elektro-Oekonom“. Man kann auch diese Stücke nur mit dem gewöhnlichen Gemüse der Beize kochen und kann in diesem Falle in einem andern Sparkochtopf verschiedene Gemüse, wie Sellerie, Endivie, Kraut, Lattich usw. kochen. Die Makkaroni werden abgessen und mit, in heißer Butter geröstetem, Weckmehl oder mit geriebenem Parmesankäse bestreut.

Das Ochsenschwanzstück nach obigem Rezept schmeckt kalt ganz vorzüglich. Das Kochen von Ochsenschwanz ist ganz besonders im „Elektro-Oekonom“ zu empfehlen.

Hierzu nehme man klein zerhackte Knochen (auch Bratenknochen), sowie rohe Fleischausschnitte und aromatische Zutaten wie: Gelberübe, Zwiebeln und Suppenwürze. Das Ganze wird im Bräter braun geröstet, mit klarer Bouillon oder Wasser übergossen, zum Kochen gebracht und 3—4 Stunden in den „Elektro-Oekonom“ gestellt.

### **3. Tomatenreissuppe, Kalbsbraten mit Kartoffeln und Karotten gemischt, Apfeltorte**

**Bemerkung:** Die Kochzeit ist so berechnet, daß um  $\frac{1}{2}$  Uhr Tischzeit ist. Beginn morgens 8<sup>15</sup> Uhr.

Um 8<sup>15</sup> Uhr setzt man den Backapparat nach Vorschrift in Betrieb (siehe Gebrauchsanweisung Seite 13 bei Obstkuchen). Derselbe schaltet nach 35—50 Minuten aus und der Kuchen muß alsdann sofort eingesetzt werden.

**Tomatenreissuppe:** In den halbtiefen Topf gebe man 125 g gewaschenen Reis, eine gespickte Zwiebel, 2 Pfefferkörner, 3 Eßlöffel Tomatenpüree, Salz und fülle mit Wasser voll auf (unter Beifügung von ca. 500 g klein zerhackten Knochen).

**Karotten und Kartoffeln:** Erstere werden in Scheibchen geschnitten und die Kartoffeln in kleine Würfel. Dieses gibt man zusammen in den Einheitstopf mit einem Stückchen Butter, einem Löffel voll gehackter Petersilie, Salz und etwas Wasser und stellt es auf die Heizplatte, dann die Suppe mit dem Deckel und den eisen inoxyd. Bräter ohne Inhalt oben drauf, die Haube wird darüber gestülpt und der Apparat in Betrieb gesetzt.

$1\frac{1}{4}$  Stunde vor dem Essen hebt man die Haube ab, setzt den eisen inoxyd. Bräter mit dem Bräterdeckel auf die Heizplatte und die beiden andern Töpfe (den halbtiefen auf dem Einheitstopf) darauf, stülpt die Haube darüber und stellt die elektrische Verbindung mit dem Zwischenstecker wie auf Seite 14 (Braten und Kochen zu gleicher Zeit) angegeben, her, brät den Braten in dem vorerhitzten Bräter nach Vorschrift an, legt einige Perlzwiebeln und zwei in Stückchen geschnittene Gelberüben bei. Alsdann setzt man die auf die Seite gestellten Töpfe auf den Bräterdeckel, stülpt die Haube wieder darüber und läßt den Braten, je nach Größe und Voltstärke, 10—20 Minuten unter Strom. Nach Verlauf dieser Zeit ziehe man den Stecker aus der Wanddose und lasse den Braten in der aufgespeicherten Hitze fertig braten, ohne daß derselbe an Gewicht verliert.

**Apfeltorte:** Man bereitet von 350 g Mehl, 125 g Butter, 80 g Zucker und 1 Ei, einer Prise Salz und etwas Milch sowie  $\frac{1}{2}$  Päckchen Backpulver einen Mürbeteig am Tag zuvor oder gleich morgens in der Frühe. Alsdann legt man die Aluminium-Springform mit zwei Drittel des Kuchenteiges aus, gibt in Scheiben geschnittene, mit Zimt und Zucker bestreute Äpfel dick darauf, legt den übrigen Teig in Streifen geschnitten darüber und streicht den Teig mit zerrührtem Eigelb an. Sobald der Apparat ausgeschaltet hat, backt man die Torte 30 Minuten darin. Nach Gebrauch wird die Haube ausgetrocknet und kurze Zeit zum Auslüften auf die Seite gelegt und das Mittagessen eingesetzt.

#### **4. Ochsenschwanzsuppe, Tomatenreis mit Kartoffeln in Speck Apfel-Kompott**

**Bemerkung:** Die Kochzeit ist so berechnet, daß um  $\frac{1}{2}$  Uhr Tischzeit ist. Beginn morgens 8 Uhr.

**Ochsenschwanzsuppe.** Der Ochsenschwanz wird gliedweise in Stücke geschlagen, gewaschen und mit reichlichem Wurzelwerk, Pfefferkörnern und Salz und  $2\frac{1}{2}$  Liter Wasser im Einheitstopf als untere Speise 3 Stunden im „Elektro-Oekonom“ gekocht.

**Tomatenreis:** 250 g abgebrühten oder nur gewaschenen Reis setzt man mit  $1\frac{1}{2}$  Liter Bouillon und 3 Eßlöffel Tomatenpüree im flachen Topf als oberste Speise ein. In Ermanglung von Bouillon nimmt man Wasser, Salz, eine halbe Zwiebel mit einem Lorbeerblatt und einer Nelke gespickt, ein Petersiliensträußchen, 50 g Butter und etwas Maggiwürze,

Um 11 Uhr richtet man das Kompott an, spült den Topf aus und stellt die beiden andern Töpfe auf den Tisch unter die Haube.

**Kartoffeln in Speck:** Im halbtiefen Topf läßt man 100 g Speck von der Brust, in Würfel geschnitten, auf der Heizplatte zergehen, läßt in Fett 10 Perlzwiebeln goldgelb werden und bestäubt diese mit einem Löffel Mehl, löscht mit  $\frac{1}{10}$  Liter Fleischbrühe oder Wasser ab und läßt es zugedeckt aufkochen. Dann gibt man einen weiteren Liter Brühe hinzu, würzt und fügt ein Gewürzsträußchen bei. In diese Soße legt man 2 Pfd. Kartoffeln in Scheiben geschnitten, mischt durcheinander und nimmt die Ochsenchwanzsuppe heraus. Alsdann bräunt man die Ochsenchwanzstücke in Fett im zweiten halbtiefen Topf und macht eine dunkle Mehlschwitze. Diese füllt man mit etwas Brühe auf, läßt sie zugedeckt aufkochen, zerquirlt gut, fügt ein Gläschen Weißwein oder Madeira hinzu und gießt dieses in die Suppe. Jetzt stellt man die Töpfe so in den Apparat, daß die Kartoffeln auf die Heizplatte, die Suppe in die Mitte und der Reis zu oberst kommt und stülpt die Haube über das Ganze. Nach kurzer Zeit löst der Apparat selbsttätig aus und die Speisen verbleiben noch ca. 40 Minuten oder mehr im Apparat.

Beim Servieren gibt man in jeden Teller Suppe 2—3 Stückchen Fleisch.

**Kompott:** Äpfel, Birnen u. dgl. werden zugerichtet, in vier Teile geteilt und mit etwas Wasser, Wein oder Zitronensaft, Zucker und Zimt im flachen Topf als mittlere Speise eingesetzt.

##### **5. Linsensuppe, Schweinskarree mit Rotkraut als Einheitsgericht, Kartoffelbrei, Roter Flammerl**

**Bemerkung:** Die Kochzeit ist so berechnet, daß um  $\frac{1}{2}$ 1 Uhr Tischzeit ist. Beginn morgens 9 Uhr.

750 g Schweinskarree werden gesalzen und gepfeffert, in dem Bräter, der nach Vorschrift erhitzt wurde, mit einem Löffel Fett gut gebräunt. Dazu fügt man einen Kopf in Streifen geschnittenes Rotkraut, würzt dies und gibt Zwiebel, ein Lorbeerblatt, ein Stückchen Apfel und  $\frac{1}{10}$  Liter Wasser daran. Diesen

Topf stellt man als untersten Topf auf die Heizplatte; in den mittleren Topf die Linsensuppe: 125 g Linsen mit Schweinsohren, ein Stückchen fetten Speck, Sellerieknollen, Lauch, Zwiebel und Wasser; in den dritten Topf die knapp mit Wasser bedeckten Kartoffeln. Darüber stülpt man die Haube.  $\frac{1}{4}$  Stunde nach dem ersten Ausschalten wechselt man um, daß die Linsen auf die Heizplatte und das Schweinskarree auf den Linsentopf zu stehen kommt; die Kartoffeln bleiben oben. Jetzt wird nochmals eingeschaltet. Nach kurzer Zeit schaltet der Apparat wieder aus.  $\frac{1}{2}$  Stunde vor dem Essen wird in Butter auf der Heizplatte mit dem Zwischenstecker eine dunkle Mehlschwitze gemacht, mit Suppenbrühe und einem Löffel Essig abgelöscht, dies unter die Linsensuppe gerührt, jetzt erst gesalzen, das Schweinskarree daraufgestellt, die Haube darübergestülpt und die Linsen nochmals durchkochen lassen, dann die Kartoffel abgegossen, durchgedrückt und mit heißer Milch und Butter verrührt.

**Roter Flammeri:** Zutaten:  $\frac{1}{2}$  Liter Milch, 50 g Zucker, einige gestoßene bittere Mandeln, etwas Vanille oder Zitronenschale und 20 g rote Gelatine. Die ersten vier Teile werden im halbtiefen Topf unter der Haube zum Kochen gebracht. Auf diesen Topf setzt man das Schweinskarree und als obersten Topf die Linsensuppe. Die Milch kocht schon in 10 Minuten und muß dann sofort herausgenommen werden. Dann wird die in wenig kaltem Wasser aufgeweichte Gelatine in die heiße Milch gerührt und die Masse in eine mit Wasser ausgespülte Form gegossen und kalt gestellt. Man reiche hierzu Fruchtsaft.

#### **6. Blumenkohlsuppe, Salzkartoffel, Kabeljau, nach Portugieser-Art Schokoladenpudding**

Hierzu sind 1 Einheitstopf, 1 tiefer und 1 halbtiefer Topf nötig.  
Bemerkung: Die Kochzeit ist so berechnet, daß um  $\frac{1}{21}$  Uhr Tischzeit ist. Beginn morgens  $\frac{1}{29}$  Uhr.

**Blumenkohlsuppe:** 125 g Mehl werden in 80 g Butter im Einheitstopf hell geschwitzt, mit etwas Wasser begossen und zum Aufkochen gebracht. Erst nachdem die Soße gekocht hat, fülle man dieselbe mit  $1\frac{3}{4}$  Liter Fleischbrühe auf. Einen mittleren Blumenkohl, der mindestens 10 Minuten in kaltem Wasser gelegen haben muß, zerteilt man und legt ihn in die Brühe, gibt ein Stück Zitrone dazu und setzt ihn als mittleren Topf in den Apparat. (Die Suppe wird vor dem Anrichten gesalzen.)

**Salzkartoffel:** Salzkartoffel werden im halbtiefen Topf leicht mit Wasser bedeckt und kommen als oberste Speise in den Apparat.

Um 10<sup>1</sup>/<sub>2</sub> Uhr nimmt man den Pudding heraus, stürzt ihn um und stellt ihn kalt. Dazu serviere man eine weiße Schaum- oder Weißweinsosse. Die beiden andern Speisen läßt man im Apparat (ohne Strom) weiterkochen.

**Fisch:** Unterdessen richte man folgendes zu: 750 g Kabeljau werden in Scheiben geschnitten, 4 Löffel durchschnittene Tomaten, 2 Löffel gehackte Petersilie und 1 Löffel fein geschnittene Zwiebeln. (In Ermangelung frischer Tomaten kann man auch Tomatenpüree nehmen.)

Um <sup>3</sup>/<sub>4</sub>12 Uhr nehme man die Haube ab, setze die Töpfe auf den Küchentisch und stülpe die Haube darüber. Nun bereite man die Fischsoße: Tomaten, Petersilie und Zwiebeln werden im halbtiefen Topf auf der Heizplatte unter Verwendung des Zwischensteckers in Butter gedämpft und mit einem Löffel Weißwein und geriebenen Knoblauch aufgekocht. In diese Soße legt man den Kabeljau, würzt denselben, streut eine abgeriebene Brotkruste darauf und gießt noch etwas zerlassene Butter darüber.

Auf diesen Topf setzt man die beiden andern Töpfe, die Kartoffeln abgegossen, ohne Deckel als obersten Topf zum Abdämpfen wieder unter die Isolierhaube. Alsdann entferne man den Zwischenstecker und schalte den Automat ein. Der Automat schaltet nach etwa 10 Minuten aus und der Fisch dämpft dann ohne Strom in der aufgespeicherten Hitze gar.

Beim Anrichten gibt man die Röschen des Blumenkohls in die erwärmte Suppenschüssel, schlägt den übrigen Kohl mit der Suppe durch ein Sieb und zieht mit Eigelb ab. Den Fisch serviert man im Topf und streut gehackte Petersilie darüber.

**Schokoladenpudding:** 80 g Butter, 125 g Grießzucker, 5 Eier, <sup>1</sup>/<sub>4</sub> Pfund gemahlene Mandeln oder Haselnüsse, 80 g geriebene Schokolade, etwas mit Zucker fein gestoßene Vanille oder Zitrone. Die Butter wird zu Sahne gerührt, nach und nach werden die Eidotter, Mandeln, Schokolade und Vanille hinzugefügt und eine Viertelstunde stark gerührt. Das zu Schnee geschlagene Eiweiß wird leicht durchgemischt, die Masse in die mit Butter bestrichene Form gefüllt und in den tiefen Topf gesetzt, dieser mit kochendem Wasser bis unter den Rand aufgefüllt und als untersten Topf in den Apparat gestellt.

### **7. Kasseler Rippenspeer, Sauerkraut, Kartoffelbrei**

750 g Kasseler Rippenspeer werden gewaschen, vorsichtig gesalzen (wenn genügend salzig, ungesalzen), mit etwas Wasser, in das man eine Zwiebel, ein Lorbeerblatt, einige Gewürzkörner legt, im halbtiefen Topf auf die Heizplatte gesetzt.

Als zweiten Topf setzt man das Sauerkraut mit Schweinefett, etwas Wasser, einer mit Nelken gespickten Zwiebel und einem Stückchen Apfel ein, zuletzt reibt man eine rohe Kartoffel zum Binden darunter und rührt gut durch.

Zu oberst werden die Kartoffeln gestellt. Vor dem Anrichten werden sie abgossen, durchgedrückt und mit etwas heißer Milch und einem Stückchen Butter aufgekocht.

### **8. Eisbein, Erbsenbrei, Meerrettig, Salzkartoffeln**

2 Pfund Eisbein mit Wasser, Zwiebel und Gewürz im Einheits- topf als untersten Topf einsetzen. In den halbtiefen Topf, in die Mitte, kommen  $\frac{3}{4}$  Pfund ungeschälte Erbsen. Der oberste Topf wird mit Salzkartoffeln, ganz mit Wasser bedeckt, eingesetzt.

Kurz vor dem Anrichten werden die Töpfe zur Seite gestellt, die Isolierhaube darübergestülpt, daß alles heiß bleibt.

Nun benutze man den kurzgeschlossenen Stecker und bereite auf der Heizplatte eine helle Einbrenne mit reichlich Butter, salze, gebe den geriebenen Meerrettig hinein und lasse ihn mit etwas Fleischbrühe oder Milch gut durchkochen.

Jetzt gieße man die Erbsen ab, salze und zerdrücke sie mit einigen heißen gekochten Kartoffeln und koche sie mit etwas Wasser vom Eisbein auf.

### **9. Selleriesuppe, Hackbraten, Kohlrabi, Salzkartoffel, Götterspeise**

#### **Sellerie-Suppe.**

Zwei große Sellerieknollen werden geschabt und in dünne Scheiben geschnitten, etwas Butter, Zwiebeln, Petersilie und zwei kleine, geschälte, geriebene rohe Kartoffeln, sowie 2 Liter Knochenbrühe werden beigefügt und in den „Elektro-Oekonom“ gebracht. Man kann auch etwas sauern Rahm dazu geben.

#### **Hack-Braten.**

Weiche 150 g Brot in Wasser ein, drücke es gut aus, verrühre es mit zwei Eiern, dem nötigen Gewürz, Zwiebeln und Petersilie und gib 1 Pfund Hackfleisch dazu. Sollte der Teig etwas zu weich sein, gib etwas Grieß oder Mehl daran, forme einen Braten daraus, brate ihn im Bräter von allen Seiten schön an und lasse ihn nach dem Ausschalten eine Stunde braten.

### Kohlrabi.

Die jungen Kohlrabi schält man und schneidet sie in Scheiben, dämpft eine Zwiebel in frischer Butter, löscht mit Fleischbrühe ab, gibt einen Löffel Rahm oder Milch daran. In dieser Soße kocht man die Kohlrabi weich.

### Götter-Speise.

Zwei Eiweiß schlägt man zu Schnee, mischt ihn mit 4 Blatt weißer, in wenig warmem Wasser gelöster Gelatine, gibt 2 Eßlöffel Zucker hinein und rührt nun vorsichtig  $\frac{1}{4}$  Pfund eingemachte süße Preiselbeeren dazu. Man gibt die Speise in eine Kristallschale und stellt sie eine Stunde kühl.

### Kochverfahren.

9 Uhr Kohlrabi (nach Rezept) als unterste Speise einsetzen, darauf die Selleriesuppe (nach Rezept), dann den leeren Bräter. Automat einschalten.

Braten.  $1\frac{1}{2}$  Stunden vor dem Essen, den Braten mit Zwischenstecker nach Vorschrift anbraten, darauf im kleinen Topf die Salzkartoffel (nach Rezept), dann die übrigen Speisen, die inzwischen unter der Haube beiseite gestanden waren.

### 10. Wecksuppe, Spinatpudding, Salzkartoffeln, Schokolade-Creme

#### Weck-Suppe.

Man schneide zwei Semmeln in dünne Scheibchen, röste sie in frischer Butter hellgelb, gieße genügend Wasser darüber, salze und stelle sie in den Apparat. Vor dem Anrichten wird sie mit Eigelb überzogen, mit Petersilie bestreut.

#### Spinat-Pudding.

Man dämpft 2 Pfund Spinat in wenig kochendem Wasser im „Elektro-Oekonom“ weich, treibt ihn durch die Maschine, gibt ihn in eine Buttersoße, die nicht zu dünn sein darf, fügt Salz, Parmesankäse nach Geschmack (ca. 3 Eßlöffel), 4 gehäufte Eßlöffel gewaschenen und wieder getrockneten Reis, 3 Eigelb und zuletzt den Eierschnee dazu, schüttet die Masse in die gut mit Butter ausgestrichene Puddingform, stellt sie in die Bundform, mit Wasser gefüllt, und läßt den Pudding 2 Stunden im „Elektro-Oekonom“ kochen, als unterste Speise. Als mittlere Speise kommen die knapp mit Wasser bedeckten Kartoffeln, als oberste die Wecksuppe.

### Schokolade-Creme.

60 g Schokolade werden mit etwas Wasser glatt gerührt, dann rührt man aus 5 Eigelb und  $\frac{1}{4}$  Liter Milch ein Teiglein an, gibt die Schokolade dazu und schlägt die Masse, bis sie dickflüssig ist auf der Heizplatte und schüttet sie in eine mit Wasser gespülte Schüssel.

### Kochverfahren.

9 Uhr Schokolade-Creme. Gib die Mischung zur Schokolade-Creme auf die mit dem Zwischenstecker erhitzte Heizplatte und verfähre weiter nach Rezept.

Wecksuppe. Semmel rösten zur Wecksuppe unter der Haube, kaltes Wasser daran geben, nach Rezept weiter.

Spinatpudding. 2 Pfund Spinat in den Apparat setzen (nach Rezept), Wecksuppe darauf, Zwischenstecker entfernen, Automat einschalten. Kurz nach dem Ausschalten Spinat herausnehmen, Suppe unter der Haube beiseite stellen, Spinat-Pudding nach Rezept fertig machen, als untersten Topf einsetzen, in den zweiten die knapp mit Wasser bedeckten Kartoffel, als dritten die Wecksuppe.

## 11. Gerstensuppe, Kohlrollen, Salzkartoffeln, Heidelbeerspeise

### Gersten-Suppe.

4 Löffel gute Gerste werden gewaschen und mit  $1\frac{1}{2}$  Liter Wasser und einem Stück Butter in den „Elektro-Oekonom“ gesetzt. Vor dem Anrichten mit Eigelb überziehen.

### Kohlrollen.

Von einem Kohlkopf werden die Blätter vorsichtig losgelöst und in wenig Wasser halb gar gekocht. Zwei Blätter werden aufeinandergelegt, die groben Rippen herausgenommen und auf dieselben ein länglicher Kloß von gehacktem Fleisch, der mit Salz, Pfeffer und Zwiebeln gewürzt ist, gelegt.

Die zusammengerollten Blätter werden mit einem weißen Bindfaden umwickelt, in dem Bräter auf beiden Seiten braun angebraten, mit Fleisch- oder Gemüsebrühe übergossen und  $1\frac{1}{2}$  Stunden als unterster Topf in den Apparat gesetzt. Als zweiter Topf kommen die knapp mit Wasser bedeckten Salzkartoffeln und obenauf die Suppe.

### Heidelbeerspeise.

Man mischt geriebenes Schwarzbrot nach Bedarf mit etwas Zucker, gibt darüber Heidelbeerkompott, läßt dies gut einziehen

und zieht kurz vor dem Auftragen Schlagrahm darunter. Ein Rest Schlagrahm wird überbehalten und zum Verschönern oben aufgespritzt.

#### **Kochverfahren.**

9 Uhr Kohlblätter abbrühen.

Kohlrollen (nach Rezept) zurichten.

Suppe zurichten, Kohlrollen anbraten, als untersten Topf einsetzen. Salzkartoffel als zweiten, Gerstensuppe obendrauf. Haube überstülpen, einschalten.

### **12. Kerbelsuppe, Hasenragout, Kartoffelklöße, Apfelkompott**

#### **Kerbel-Suppe.**

Man gibt frische Butter in einen Topf, dämpft feingewiegten Kerbel mit etwas Mehl darin, füllt mit Wasser auf, rührt zwei Löffel guten sauern Rahm daran und setzt die Suppe, als oberste Speise, in den Automat.

#### **Hasenragout.**

Brate die Stücke vom Hasenragout im Bräter schön an, lege sie in den Einheitstopf, röste Mehl und Gelberübchen, Zwiebeln in dem Fett, lösche mit der Beize vom Hasenragout ab, bringe die Stücke hinein, schütte noch  $\frac{1}{4}$  Liter Rotwein dazu und setze es als unterste Speise in den Apparat.

#### **Kartoffelklöße.**

Schäle 3 Pfund frisch gekochte Kartoffel noch heiß, reibe sie auf der Maschine, gib in Butter geröstete Weckwürfel, Zwiebel und Petersilie in Butter gedämpft, Salz, Pfeffer, wenig Muskat, 2 Eier und soviel Mehl dazu, daß sich Klöße von der Masse formen lassen, die in kochendem Salzwasser in den „Elektro-Oekonom“ gebracht werden. Man kann die Klöße auch von kalten Schalkartoffeln machen, die tags zuvor im „Elektro-Oekonom“ gekocht werden und beginnt dann erst um  $\frac{1}{2}$ 10 Uhr.

#### **Apfelkompott.**

2 Pfund gewaschene Äpfel werden geschält, vom Kernhaus befreit und in dünne Scheiben geschnitten, mit Zucker und wenig Wasser in den Apparat gestellt.

#### **Kochverfahren.**

8 Uhr: Schalkartoffel für Klöße in den Apparat setzen (falls sie nicht schon tags zuvor gekocht wurden). Äpfel zu Kompott obenaufstellen.

$\frac{1}{2}$  10 Uhr: Hasenragout nach Vorschrift anbraten, als untersten Topf einsetzen, darauf die Suppe (nach Rezept), dann das Wasser für die Kartoffelklöße.  $\frac{1}{2}$  Stunde vor dem Essen Hasenragout und Suppe herausnehmen, unter der Haube beiseite stellen. Das Wasser für die Klöße auf der Heizplatte mit Zwischenstecker zum Kochen bringen, Klöße einlegen, die übrigen Speisen darauf setzen, einschalten und bis zum Essen drin lassen.

### **13. Kaltes Gericht von Eiern, Hammelbraten mit gedämpften Bohnen Rhabarber-Pudding**

#### **Kaltes Gericht von Eiern.**

Von fünf tags zuvor hart gekochten Eiern schneidet man die Spitze ab, nimmt vorsichtig das Gelbe heraus, wovon man unter Zusatz von Öl, Essig, Pfeffer, Salz, Charlotten, englischem Seuf eine dicke Mayonnaise rührt. Krebsschwänze und Spargeln werden in 1 cm lange Stücke geschnitten, mit etwas Mayonnaise angemacht und in die Eier gefüllt. Die übrigen Krebsschwänze und Spargelköpfe werden mit der Mayonnaise gemischt, auf eine Platte gesetzt und die Eier darum garniert.

#### **Hammelbraten mit gedämpften Bohnen.**

Bringe gutgewaschene junge Bohnen mit einem Stück Butter in einen Topf, wenig Wasser, Salz und stelle es zu unterst auf die Heizplatte. In den zweiten Topf kommen die knapp mit Wasser bedeckten Kartoffeln, als obersten Topf der eiserne Bräter zum Heißwerden.  $1\frac{1}{2}$  Stunden nach dem Ausschalten setze die Speisen wie üblich beiseite, brate ein schönes, saftiges Hammelstück, wie angegeben, von allen Seiten schön an und setze die Bohnen nochmals darauf, schütte das Wasser von den Kartoffeln ab und stelle sie ohne Deckel als oberste Speise in den Apparat zum Verdampfen. Beim Anrichten drücke sie durch die Presse.

#### **Rhabarber-Pudding.**

(Am Abend zuvor machen.)

2 Pfund kleingeschnittener Rhabarber werden mit  $\frac{3}{4}$  Pfund Zucker, der Schale und dem Saft einer halben Zitrone und ein paar bitteren Mandeln verkocht, 12 Blatt Gelatine werden gewaschen und darunter gemischt, tüchtig umgerührt und die Masse in eine gut mit Wasser gespülte Schüssel gegeben und am nächsten Tag gestürzt.

Kochverfahren siehe bei Rezept Hammelbraten.

#### 14. Brotsuppe, Tiroler Knödel, Apfelsinenpudding

##### Brotsuppe.

Brotreste, reichlich Suppengrün, Zwiebel, ein Stückchen Butter, Salz und das nötige Wasser werden in den „Elektro-Oekonom“ gestellt, die Suppe nach dem Kochen durchgetrieben, ein Mehlteiglein darangerührt, und als oberste mit den folgenden Speisen eingesetzt.

##### Tiroler Knödel.

(Original-Rezept.) 4 Brötchen, etwa 100 g Speck, ebensoviel Rind- oder Schweinefleisch werden in kleine Würfel geschnitten, 4 Löffel Mehl, das nötige Salz werden unter die Brotwürfel gemengt, 2 Eier in 6 Löffel Milch gut gequirlt, alles zu einem Teig gearbeitet und ca. 1 Stunde stehen gelassen. Hierauf werden große Knödel geformt, dieselben in kochendes Salzwasser gelegt und nachträglich 20—30 Minuten, je nach der Größe, als oberster Topf in den „Elektro-Oekonom“ gestellt. Man serviert die Knödel in Fleischbrühe, und die übrigen schmecken, in Butter gebraten, vorzüglich zu gemischtem Salat am Abend.

##### Apfelsinen-Pudding.

$\frac{1}{2}$  Pfund altbackenes Biskuit oder Weißbrot in dünne Scheiben schneiden, in Milch einweichen und mit 3 ganzen Eiern, 80 g Zucker, 1 Päckchen Vanillin, 50 g Reismehl, 60 g Butter und dem Saft von 3 Apfelsinen gut verrühren. Die Masse in eine gut gestrichene Puddingform füllen, und als unterste Speise im Wasserbad in den „Elektro-Oekonom“ einsetzen.

##### Kochvorschrift.

9 Uhr: Suppe nach Vorschrift einstellen. Unterdessen die Tiroler Knödel (nach Rezept) vorrichten, den Apfelsinen-Pudding (nach Rezept) zubereiten. 2 Stunden vor dem Essen Suppe durchtreiben, Mehlteiglein drangeben, alle Speisen wie folgt einsetzen:

Apfelsinen-Pudding im Wasserbad,  
Tiroler Knödel,  
Suppe.

#### 15. Lauchsuppe, Schweinebraten, Spätzle, Zwetschenkompott

##### Lauchsuppe.

Schneide frischgewaschenen Lauch in feine Streifen, dämpfe ihn in Butter, gib Knochenbrühe dazu, salze und würze und setze die Suppe in den Automat.

#### Schweinebraten.

2 Pfund schönes, saftiges Schweinefleisch werden nach Vorschrift gut angebraten, gewürzt und in den „Elektro-Oekonom“ als unterste Speise eingesetzt.

#### Spätzle.

1 Pfund Mehl, 3 Eier, etwas Salz und Milch werden zu einem dicken Brei angerührt und 1 Stunde stehen gelassen. Auf ein mit Wasser abgspültes Brettchen gibt man etwas Teig und schabt mit einem großen Messer dünne Streifen in kochendes Wasser. Wenn sie an die Oberfläche kommen, also fertig sind, werden sie mit einem Schaumlöffel herausgeholt und auf eine erwärmte Platte gelegt und gut abtropfen lassen. Vor dem Auftragen mit gerösteten Semmelbrösel abschmelzen.

#### Zwetschenkompott.

2 Pfund reife Zwetschen werden gewaschen, in 4 Teile geschnitten, mit Zucker, etwas ganzem Zimt und wenig Wasser in den Apparat gesetzt.

#### Kochverfahren.

9 Uhr: Suppe einsetzen, darauf Zwetschenkompott, dann Spätzlewasser. 1 $\frac{1}{2}$  Stunden vor dem Essen Zwetschenkompott zum Kaltwerden beiseite setzen, auf der Heizplatte den Bräter erhitzen, Braten nach Vorschrift anbraten, darauf Spätzlewasser, Suppe obenauf. Kurz vor dem Essen die Speisen herausnehmen, unter der Haube beiseite stellen, Spätzlewasser auf der Heizplatte mit Zwischenstecker zum Kochen bringen, Spätzle nach Rezept fertig machen.

#### **16. Haferflockensuppe, Kalbsleber auf italienische Art, Kartoffelbrei Zwetschenkuchen**

##### Haferflockensuppe.

In 1 $\frac{1}{2}$  Liter Wasser werden 40 g Haferflocken mit Suppengrün und etwas Salz weich gekocht, dann durch ein Sieb getrieben und ein Stückchen Butter dargegeben.

##### Kalbsleber auf italienische Art.

Man schneidet 1 $\frac{1}{2}$  Pfund gehäutete Kalbsleber in Scheiben, salzt und dämpft sie im erhitzten Bräter mit Butter, Champignons, Petersilie, gewiegter Zwiebel, daß sie innen noch rosa ist. Man nimmt sie heraus, stellt sie heiß und kocht mit  $\frac{2}{10}$  Rotwein,

Zitronensaft, einigen Löffeln Tomatenbrei, Pfeffer und frischer Butter eine Soße, mit der man die Leber übergießt.

#### **Kartoffelbrei.**

(Wie üblich.)

#### **Zwetschen-Kuchen.**

Aus 150 g Mehl, 70 g Butter, etwas Backpulver und der nötigen Milch wird ein Teig gemacht, die Obstkuchenform damit ausgelegt und mit in Vierteln geschnittenen rohen Zwetschen belegt. Den Teig kann man schon am Abend zuvor bereiten, läßt ihn über Nacht liegen, rollt ihn aus und bäckt den Kuchen eine Stunde ehe man das Mittagessen einsetzt.

#### **Kochverfahren.**

$\frac{1}{2}$  9 Uhr: „Elektro-Oekonom“ zum Backen vorerhitzen, nach dem Ausschalten Zwetschenkuchen (nach Rezept) einsetzen (siehe Backvorschrift). Nach dem Backen Haube austrocknen und ausdünsten lassen.

10 Uhr: Kartoffel zum Kartoffelbrei als untersten Topf einsetzen, darauf die Suppe, einschalten. Eine Stunde vor dem Essen Suppe durchtreiben (nach Rezept), Kartoffel dergleichen, mit Butter und Milch verrühren. Als untersten Topf den eisernen Bräter mit der Kalbsleber (nach Rezept) einsetzen, darauf den Kartoffelbrei und dann die Suppe. Vor dem Anrichten alle Speisen unter der Haube beiseite setzen, die Soße zur Kalbsleber auf der Heizplatte (nach Rezept) machen und den Kartoffelbrei unter tüchtigem Rühren einmal aufkochen lassen.

### **17. Nudelsuppe, Englische Hammelkeule mit Capernsoße, Salzkartoffeln, Fruchtsalat**

#### **Englische Hammelkeule mit Capernsoße.**

Die Hammelkeule wird entbeint, in einen Topf gelegt und so viel Wasser daran gegeben, daß sie bedeckt ist. Man gibt geschnittene Mohrrüben mit einer mit Nelken gespickten Zwiebel, ein Kräuterbündel und Knoblauch dazu, stellt sie zu unterst auf die Heizplatte. Als zweiten Topf die knapp mit Wasser bedeckten Kartoffeln.

Capernsoße. Verrühre 15 g Butter mit Mehl, gieße  $\frac{1}{4}$  Liter kochendes Wasser dazu, salze es und gib unter lebhaftem Rühren 60 g Butter und den Saft einer Zitrone, sowie einige Tropfen Essig, Maggiwürze und Capern darunter.

In die Hammelbrühe rührt man dünne Nudeln ein, läßt aufkochen und gibt sie als Suppe.

**Salzkartoffel.**

(Wie üblich.)

**Fruchtsalat.**

Äpfel, Apfelsinen und Bananen werden geschält, fein geschnitten, mit dem nötigen Zucker bestreut und mit Maraschino beträufelt, mehrmals durchgeschüttelt und kalt gestellt.

**Kochverfahren.**

9 Uhr: Wasser im Apparat heiß machen, Hammelkeule (nach Rezept) hineingeben, Wasser für die Kartoffel aufsetzen, 1 $\frac{1}{2}$  Stunden vor dem Essen Salzkartoffeln auf die Hammelkeule. Kurz vor dem Essen von der Hammelkeule Brühe für die Suppe wegnehmen, Nudeln einrühren, aufkochen lassen, alle Speisen unter der Haube beiseite setzen und die Capernsoße auf der Heizplatte (nach Rezept) bereiten.

**18. Kartoffelsuppe, Käsepudding, Pfifferlinge, Salzkartoffel**

**Kartoffelsuppe.**

1 $\frac{1}{2}$  Pfund Kartoffeln werden geschält, gewaschen, in Würfel geschnitten, mit kleinen Gelberüben, einem Stückchen Butter und dem nötigen Wasser in den „Elektro-Oekonom“ gebracht. Später wird die Suppe durch ein Sieb getrieben, mit in Butter gerösteten Zwiebeln übergossen, nochmals aufgekocht.

**Käsepudding.**

Man läßt auf der Heizplatte mit Zwischenstecker ca. 100 g Butter vergehen, gibt 100 g Mehl, nach und nach  $\frac{1}{2}$  Liter Milch dazu, schlägt den Teig, bis er sich vom Topfe löst. Dann nimmt man den Topf weg, rührt nach und nach 4 Eigelb,  $\frac{1}{2}$  Pfund geriebenen Schweizerkäse, etwas geriebenen Parmesankäse, wenig Salz und Zucker und zuletzt den Schnee von 4 Eiweiß darunter. In die gut ausgestrichene Puddingform gibt man diese Masse und kocht sie eine Stunde vom Ausschalten ab im Wasserbad.

Hierzu kann man die Bundform verwenden, indem man die Puddingform in die Bundform stellt und diese mit  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser auffüllt.

**Pfifferlinge.**

In einen Topf kommen gut gewaschene und getrocknete Pfifferlinge, ein Stück Butter, gewürzt nach Belieben, stellt ihn in

den „Elektro-Oekonom“ und gibt vor dem Anrichten gewiegte Petersilie darunter.

**Salzkartoffel.**  
(Wie üblich.)

#### **Kochverfahren.**

$\frac{1}{2}$ 9 Uhr: Kartoffeln zur Suppe aufsetzen (nach Rezept), darauf das Wasser für den Pudding. Unterdessen den Käsepudding (nach Rezept) vorrichten und die Pfifferlinge putzen.

$\frac{1}{2}$ 11 Uhr: Suppe herausnehmen und durchtreiben, Käsepudding im Wasserbad als untersten Topf auf die Heizplatte, darauf die Pfifferlinge (nach Rezept), dann die Salzkartoffel und oben auf die Suppe.

### **19. Käsesuppe, Königsberger Klopse, Kartoffelschnee, Makronenpudding**

#### **Käsesuppe.**

Man röstet 120 g geriebene Semmel in Butter, bringt 120 g geriebenen Schweizerkäse dazu, mischt gut durch und schüttet dies in  $1\frac{1}{2}$  Liter leicht gesalzene Fleischbrühe, läßt gut durchkochen und zieht vor dem Anrichten mit Eigelb ab.

#### **Königsberger Klopse.**

$\frac{3}{4}$  Pfund gehacktes Schweinefleisch,  $\frac{1}{2}$  Pfund gehacktes Rindfleisch, 60 g Butter, 1—2 Eier, nach Belieben 10 Eßlöffel Weckmehl oder 5 eingeweichte, ausgedrückte Brötchen, Salz, Pfeffer,  $\frac{1}{8}$  Pfd. gewiegte Sardellen, 60 g Butter, 80 g Mehl, Fleischbrühe oder Wasser, 1 Eßlöffel gehackte Sardellen.

Die Butter wird schaumig gerührt, Eier, Sardellen, Brot, das Gewürz und das Fleisch dazugegeben und Klöße geformt. Von Butter und Mehl bereitet man eine weiße Mehlschwitze, löscht mit der nötigen Flüssigkeit ab, gibt die Klöße hinzu und läßt alles  $\frac{3}{4}$  Stunden im „Elektro-Oekonom“ dämpfen.

**Kartoffelschnee.**  
(Wie üblich.)

#### **Makronenpudding.**

Gut  $\frac{1}{4}$  Liter Milch wird mit 150 g Mehl und 50 g Butter glatt verrührt. Man verkocht diese Masse auf der Heizplatte mit dem Zwischenstecker unter Rühren zu einem Brei, nimmt sie weg und rührt weiter bis zum Erkalten. Nach und nach kommen 100 g Butter,  $\frac{1}{4}$  Pfund Zucker, die abgeriebene Schale einer halben

Zitrone, 80 g geriebene, zum Teil süße, zum Teil bittere Makronen, 4 Eidotter und den Schnee der vier Eiweiß dazu. Alles wird gut durchgemengt, in die Puddingform gefüllt und in der Backform im Wasserbad gekocht.

#### Kochverfahren.

<sup>1</sup>/<sub>2</sub> 10 Uhr: Königsberger Klopse (nach Rezept) als unterste Speise einsetzen, darauf die mit Wasser bedeckten Salzkartoffel zum Kartoffelschnee, dann die Suppe.

<sup>1</sup>/<sub>2</sub> 11 Uhr: Den früh morgens vorgerichteten Makronenpudding im Wasserbad als untersten Topf einsetzen, im mittleren Topf die Klopse, in einem flachen Topf die Suppe und obenauf die abgessenen Kartoffeln ohne Deckel zum Abdampfen. Kartoffel vor dem Anrichten durch die Presse geben als Kartoffelschnee.

## X. Back-Rezepte

#### Natrongugelhopf.

**Zutaten:** 5 Eier, ein halbes Päckchen Vanillezucker, 100 g Zucker, 125 g Butter, eine Prise Salz und 400 g Mehl.

Die Butter wird zu Sahne gerührt, Eier und Zucker tüchtig damit geschlagen, nach und nach rührt man das Mehl, welches man mit einem Päckchen Backpulver gemischt hat, darunter und zieht den steifen Schnee der 5 Eiweiß leicht unter die Masse. Den halbfesten Teig füllt man in die gut ausgestrichene Backform und backt ihn 45 Minuten im „Elektro-Oekonom“.

#### Gugelhopf.

**Zutaten:** 500 g Mehl, 100 g Zucker, 100 g Butter, eine Handvoll Sultaninen, 20 g Hefe, 1—2 Eier, eine Messerspitze Salz und knapp <sup>2</sup>/<sub>3</sub> Liter Milch.

Zuerst wird der Vorteig gemacht. Nachdem derselbe gut gegangen ist, wird er tüchtig mit den obigen Zutaten geschlagen, bis der Teig sich von der Schüssel löst, doch muß er fest sein.

Alsdann läßt man ihn in der gut bestrichenen Form in der Wärme gehen und backt ihn 1 Stunde im „Elektro-Oekonom“. (Siehe Anweisung.)

#### Mandeltorte.

200 g Zucker, 200 g Mandeln, der Saft und die Schale einer Zitrone, 8—10 Eigelb und etwa 50 g weiße Semmelbrösel.

Die Eidotter werden mit dem Zucker im Saft der Zitrone und der abgeriebenen Zitronenschale schaumig gerührt. Die geschälten Mandeln werden getrocknet, gemahlen und mit den Semmelbröseln unter die Masse vermengt. Zuletzt gibt man den sehr festen Eiweiß-Schnee darunter und backt die Torte in der Obstkuchenform im „Elektro-Oekonom“ 1 Stunde.

#### Streuselkuchen.

Rühre 60 g Butter schaumig, gib 1—2 Eier, 40 g Zucker dazu, rühre tüchtig, darnach 250 g Mehl mit  $\frac{1}{2}$  Päckchen Backpulver vermischt, und etwas Milch. Rolle den Teig aus, belege das Kuchenblech damit, bestreiche den Teig mit zerlassener Butter und bestreue ihn mit folgendem Streusel: 100 g Mehl, 100 g Butter, 100 g Zucker, etwas Zimt, häkle mit einem Messer zusammen, daß sich kleine Krümel bilden. Diese streue auf den Kuchen und backe ihn  $\frac{1}{2}$  Stunde.

#### Kirschenmichel.

5 mürbe Brötchen reibe gleichmäßig rundum auf dem Reibeisen ab, schneide sie in Scheiben und weiche sie, tags zuvor, in heißer Milch ein. Andern tags drücke sie aus, treibe sie durch ein Sieb und gib 5 Eigelb, 100 g Zucker, 50 g kleingeschnittene Mandeln, etwas Zitronat, 1 Kaffeelöffel Zimt und 50 g, vorher gut gerührte, Butter dazu und mische alles recht tüchtig untereinander. Dann füge  $1\frac{1}{2}$  Pfund Kirschen und den Schnee der 3 Eiweiß hinzu, erhitze nach dem Ausschalten des Automaten nochmals 15 Minuten, bei 220 Volt, mit dem Zwischenstecker nach, damit der Heizring recht heiß wird.

#### Linzertorte im B-Apparat.

Zutaten: 125 g Butter, 125 g Zucker, 125 g gesiebtes Mehl, 125 g geriebene Mandeln oder Haselnüsse, eine Messerspitze Nelken,  $\frac{1}{2}$  Kaffeelöffel Kakao, eine Messerspitze Natron, etwas Kirschwasser, 1 Stückchen Zitronat und Orangenschale, fein geschnitten, 1 Ei und eine Prise Salz.

Dies alles verarbeitet man gut zu einem Teig. Hat man keine Mandeln, so röstet man 125 g Haferflocken hellbraun und knusperig. Mit der Hälfte des Teiges füllt man den Boden der mit Butter bestrichenen Springform, macht einen Rand daran, füllt den Boden mit Himbeermarmelade, macht von dem übrigen Teig 2 cm breite Streifen und legt diese als Gitter oben darauf, bestreicht es mit Eigelb und backt die Torte 40—50 Minuten im „Elektro-Oekonom“.

## Obstkuchen.

**Zutaten:** 150 g gesiebttes Mehl, 100 g Butter oder Margarine, ein Eßlöffel Zucker, eine Prise Salz werden mit einer Tasse Milch zu einem festen Teig verarbeitet, dann auf dem Nudelbrett ausgewellt, in die mit Butter bestrichene Springform gegeben und ein schöner Rand daran gemacht. Sollte man zu diesem Kuchen Äpfel nehmen, so zuckere man die Früchte 1 Stunde vorher ein und lasse sie mit etwas Kirschwasser besprengt ziehen. Dann wird der Kuchen mit den Früchten belegt und auf angegebene Art im „Elektro-Oekonom“ gebacken. Auf die Äpfel legt man Butterflöckchen.

Bei Verwendung von Kirschen oder Beeren streut man auf den Kuchenboden 2—3 geriebene Zwiebäcke oder etwas Grieß, damit diese den Saft der Früchte aufsaugen.

Darauf kann man folgenden Guß darüber geben: 1 Eßlöffel Puddingpulver oder feines Mehl wird mit etwas Milch glatt gerührt, 1 Eßlöffel Puderzucker wird mit 1 Eigelb schaumig gerührt, darunter gezogen und das zu Schnee geschlagene Eiweiß darunter gemischt und darüber gegossen.

### Apfeltorte.

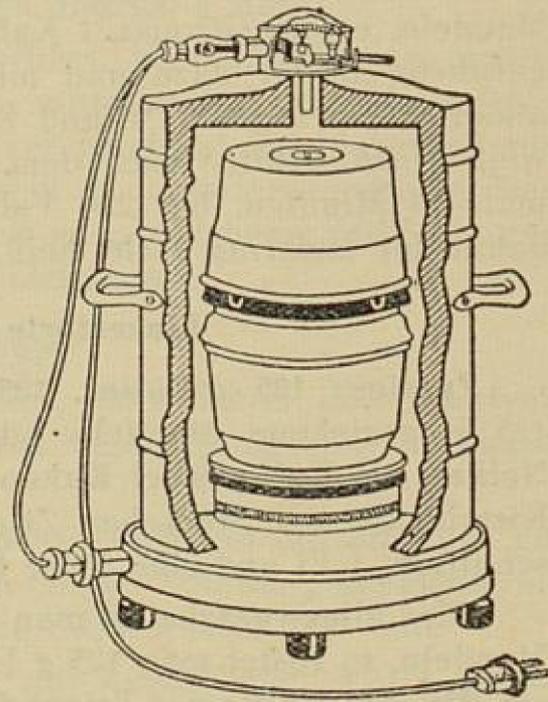
200 g Zucker  
100 g Butter

werden schäumig gerührt, dann fügt man noch

3—4 Eier  
1 Paket Vanillezucker  
 $\frac{3}{4}$  von einem Backpulver  
200 g Weizenmehl

hinzu. Etwa 2 Pfund Äpfel werden in Scheiben geschnitten und mit etwas Zucker vermengt.

Die Obstkuchenform wird gut mit Butter bestrichen, mit Zwiebackmehl bestreut und dann der Teig hineingestrichen. Die Apfelscheiben werden darauf gelegt, dann wieder eine Schicht Teig, dann wieder Apfelscheiben und zuletzt einen Deckel von Teig. Man läßt den Kuchen eine knappe Stunde backen, er gelingt vorzüglich.



Nr. 15

### Das Backen von 2 Kuchen im „Elektro-Oekonom“.

Zu diesem Zwecke müssen 2 Heizringe erhitzt werden; darauf wird der Isoliereinsatz gelegt und der Apparat wie üblich eingeschaltet. Dies verhütet das zu frühe Ausschalten.

Nach dem Ausschalten müssen die Heizringe mittels Zwischenstecker noch

15 Minuten bei 220 Volt und  
20 Minuten bei 110 Volt

nacherhitzt werden, ohne die Haube inzwischen abzunehmen. Man setzt, wenn man z. B. Hefe- und Obstkuchen zusammen backen will, den Obstkuchen auf die Heizplatte, darunter die Asbestplatte, den heißesten untersten Heizring direkt auf die Obstkuchenform, darauf den Hefe- oder Backpulverkuchen, auf diesen den Kranzring und darauf den 2. Heizring. Anstatt des Isoliereinsatzes, welcher keinen Platz mehr im Apparat hat, legt man auf den obersten Heizring eine zweite Asbestplatte, damit nicht etwa ein paar Tropfen Kondenswasser von dem Automaten durch die Rille des obersten Heizringes fallen können.

Die Kuchen backt man 1 Stunde im „Elektro-Oekonom“.

Beim Backen von 2 Kuchen ist es ratsam, 2 Haken oder noch einen Herdhaken zur Hand zu nehmen.

## XI. Aufläufe

Im „Elektro-Oekonom“ werden die Aufläufe sehr schön, wenn die Masse richtig zubereitet ist. Dieselbe muß halbfest sein und der Schnee sehr steif geschlagen werden. Bei einem Auflauf rechnet man ungefähr 45—60 Minuten Backzeit; er wird mit dem Backapparat wie der Kuchen eingesetzt. Zum Backen verwendet man die Aluminium-Auflaufform.

### Grieff- oder Reismehl-Auflauf.

$\frac{1}{2}$  Liter Milch wird mit 150 g Grieffmehl und 50 g Butter im „Elektro-Oekonom“ zu einem festen Brei gekocht, den man abkühlen läßt. 50 g Butter werden leicht gerührt, der Grieff abwechselnd mit 5 Eigelb und Zucker nach Geschmack gut gemischt, zuletzt der steife Eierschnee dazu gegeben und, wie oben erwähnt, gebacken. Dazu gibt man Fruchtsoße.

### Vanille-Auflauf.

Man kocht in einem Topf  $\frac{1}{10}$  Liter Milch mit 35 g Zucker, einem Stückchen Vanille und einer Prise Salz. Hierin läßt man einen Löffel Mehl, welchen man mit 2—3 Löffeln kalter Milch angerührt hat, 2 Minuten unter Rühren kochen, bis die Mischung gebunden ist.

Man nimmt den Topf von der Heizplatte hinweg und fügt zwei Eigelb mit 10 g Butter hinzu, rührt es durcheinander und mischt im letzten Augenblick den sehr festen Schnee von drei Eiweiß leicht darunter.

Diese Masse füllt man in eine mit Butter bestrichene und mit Zucker ausgestreute Auflaufform, so daß sie fingerbreit vom Rande entfernt ist. Die glatte Oberfläche bestreut man mit ein wenig Zucker. Unterdessen hat man den Backapparat in Betrieb gesetzt. Sobald derselbe ausschaltet, setzt man die Auflaufform auf die Bodenplatte, darauf den Heizring (Rillen nach oben), dann den Isoliereinsatz, stülpt die Haube darüber und backt den Auflauf ohne Strom 25 Minuten im Apparat.

#### Sagoauflauf.

$\frac{1}{4}$  Pfund Sago wird mit  $\frac{1}{2}$  Liter Milch gekocht, bis er sich vom Topfe löst. 50 g Butter verrührt man gut, gibt 50 g Zucker hinzu, Schale und Saft einer Zitrone, 50 g Mandeln, kleingeschnitten, 3 Eigelb, den abgekühlten Sago und das zu Schnee geschlagene Eiweiß. In der Auflaufform  $\frac{1}{2}$  Stunde backen.

#### Reisauf­lauf.

100 g gewaschener Reis werden abgebrüht und mit  $\frac{1}{2}$  Liter Milch und Vanillezucker weich gekocht. 60 g Butter werden gut gerührt, 80 g Zucker, 4 Eigelb dazu geschlagen, der Reis und der Schnee der Eiweiß darunter gemischt und  $\frac{1}{2}$  Stunde in der Auflaufform gebacken.

#### Makkaroniauf­lauf.

1 Pfund Makkaroni wird abgekocht und gut abtropfen lassen. In die gut geschmierte Auflaufform bringt man eine Lage Makkaroni, ein wenig Salz, streut den geriebenen Parmesankäse darauf und füllt so abwechselnd die Form. Unterdessen hat man eine Tasse sauren Rahm mit 2 Eiern glattgerührt, schüttet ihn über die Makkaroni, streut nochmals Käse darüber, legt dick Butterflöckchen darauf und läßt die Speise im Backofen schön braun backen.

## XII. Pudding

### Biskuitpudding.

6 Eigelb, 200 g Zucker, der Saft und die abgeriebene Schale einer Zitrone und  $\frac{1}{4}$  Pfund Mondamin rührt man  $\frac{1}{2}$  Stunde. Dann bringt man den Schnee der 6 Eier hinein, kocht den Pudding 1 Stunde im Wasserbad und serviert ihn mit Vanilletunke.

### Karamelpudding.

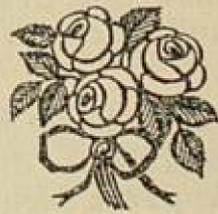
3 ganze Eier werden mit 50 g Zucker tüchtig geschlagen.  $\frac{1}{2}$  Liter Milch läßt man mit 8 Stück Würfelzucker und Vanillin kochen, gibt, wenn abgekühlt, die Eier hinein. 5 Eßlöffel Zucker werden mit 1 Eßlöffel Wasser in der Pfanne gebräunt, die Puddingform damit ausgeschwenkt, erkalten lassen und die Eiermasse hineingegeben; 1 Stunde im Wasserbad kochen, wenn erkaltet, stürzen.

### Nudelpudding.

$\frac{1}{4}$  Pfund Fadennudeln werden in  $\frac{3}{4}$  Liter Milch weich gekocht, dann 1 Ei und ein Stück Butter in den Teig gegeben; dann erkalten lassen. Man rührt 6 Eigelb,  $\frac{1}{4}$  Pfund Zucker, geriebene Zitronenschale, 50 g abgezogene geriebene Mandeln und den Schnee der Eier hinzu. Der Pudding wird in eine gebutterte und gebröselte Form gefüllt und 1 Stunde gekocht.

### Kabinettpudding.

Die geschmierte Puddingform wird mit Weißbrotwürfel gefüllt, die mit Korinthen, Sultaninen, geschnittenen, geschälten Mandeln vermischt waren. Man verquirlt 8 ganze Eier mit  $\frac{1}{4}$  Pfd. Zucker und  $\frac{1}{2}$  Liter Milch, gießt dies in die Form über Brotwürfel und kocht den Pudding  $1\frac{1}{2}$  Stunden im Wasserbad.



### XIII. Aufklärung im Falle von Mißerfolgen

1. Warum werden die Speisen nicht gar?

Wenn der Kochprozeß, nachdem der Apparat kurz ausgeschaltet hat, durch Abnahme der Haube gestört wurde, ohne die verlorene Hitze durch neue Zufuhr von Strom mittels Zwischenstecker zu ersetzen.

Wenn das Umsetzen von 2 schwer zu kochenden Speisen nicht mindestens etwa  $\frac{1}{2}$ —1 Stunde nach dem Ausschalten geschieht und der Automat nicht wieder eingeschaltet wurde.

Wenn z. B. für 3 Personen in einem C-Apparat, der für 6 bis 9 Personen vorgesehen ist, im Spezialtopf nur 1 Liter Wasser und 1 Pfund Siedefleisch, in einem halbtiefen Topf 1 Pfund Kraut und in den zweiten halbtiefen Topf 1 Pfund Kartoffel eingesetzt wird, so bildet sich zwischen der Flüssigkeit und dem oberen Topfboden ein größerer Luftraum, der natürlich die Hitze isoliert, diese sehr schlecht weiterleitet und dadurch verhindert, daß die oberen Speisen genügend erhitzt werden. Je voller die Töpfe sind, desto besser wird die aufgespeicherte Hitze in der gut isolierten Haube ausgenützt.

Will man ausnahmsweise einen großen Apparat für kleine Quantitäten benützen, so muß unbedingt der obere mit dem unteren Topf ungewechselt und nochmals eingeschaltet werden.

Weil die Hülsenfrüchte zu alt sind.

2. Warum schaltet der Apparat in der vorgeschriebenen Zeit nicht aus?

Weil die Stromzufuhr nicht normal ist oder weil sehr viel kalte Flüssigkeit zum Kochen gebracht werden soll.

Es ist unangebracht, den Apparat, mit nur kaltem Wasser in den Töpfen, auszuprobieren.

3. Warum zerfallen die Kartoffeln?

Weil nicht nach Angabe im Kochbuch Seite 12 verfahren wurde.

4. Warum ist der Braten angebrannt?

Weil der Zwischenstecker nicht rechtzeitig entfernt wurde.

Warum ist der Braten beim Braten mit einem Heizring nicht braun genug?

Weil der Isoliereinsatz vergessen wurde einzusetzen; dadurch schaltet der Apparat zu früh aus.

In diesem Falle bräunt man den Braten nach, indem man den Automaten einschaltet und nach 10 Minuten den Braten auf eine andere Seite dreht.

5. Warum sind die Speisen zu naß, sie haben zu viel Soße?

Weil man zu viel Flüssigkeit an die Speisen getan hat und nicht beachtet, daß im Apparat nichts verdampfen kann.

In diesem Falle nehme das Fleisch und das Gemüse heraus, koche die Soße auf der offenen Heizplatte ein und gieße sie wieder über die Speise.

6. Warum ist der Kuchen speckig?

Weil er zu wenig gerührt war, weil das Backpulver zu alt war, weil die Hitze nicht groß genug war.

Bei Kuchen schwerer Beschaffenheit muß nach dem Ausschalten noch mit dem Zwischenstecker bei 110 Volt 15 Minuten, bei 220 Volt 10 Minuten nacherhitzt werden, damit der Heizring die nötige Hitze bekommt.

7. Warum werden die Aluminiumtöpfe schwarz?

Weil Wasser darin gekocht wurde und darin stehen geblieben ist; man kocht alsdann Obst oder Milch darin, dann werden die Töpfe wieder hell. Außerdem beachte man die Vorschriften unter „Reinigung der Elektro-Oekonomie“.

## XIV.

### Die Reinigung des Elektro-Oekonoms

#### ist sehr einfach, aber von größter Wichtigkeit

Die Heizplatte und die Haube dürfen nicht in den Spültrog genommen werden. Nach Gebrauch wird das sich im Rand befindliche Kondenswasser abgegossen und der Rand trocken gerieben. (Das Kondenswasser hat den großen Vorteil, den Apparat luftdicht abzuschließen.)

Die Heizplatte ist genau so sauber zu halten wie eine Herdplatte und wird, wenn beschmutzt, abgebürstet und leicht mit *E n a m e l i n e* eingerieben und, wenn trocken, glänzend gebürstet. Die Isolierhaube muß sofort nach dem Abnehmen, solange sie noch heiß ist, mit einem sauberen, nassen Tuch ausgewaschen und trocken nachgerieben werden. Sie wird so auf den einen Henkel gelegt, daß sie mit der Öffnung schräg nach oben steht und\* auf diese Weise gut auslüften kann. Die Kochtöpfe, die Back- und Puddingformen sind aus *R e i n - A l u m i n i u m* hergestellt und werden, nachdem sie gut gereinigt sind, mit dem bekannten Aluminiumputzmittel (Siehe Inserat S. 72) glänzend gerieben. Sind die Töpfe vom Wasser unansehnlich oder gar schwarz geworden, dann kocht man Obst oder Milch darin, sie werden dann mühelos wie neu.

Aluminiumtöpfe dürfen niemals in Sodawasser gereinigt werden.

Je häufiger sie gebraucht werden, desto besser halten sie sich, vorschriftsmäßige Behandlung vorausgesetzt.

Der Heizring wird nach dem Gebrauch am besten mit einer Metallbürste trocken gereinigt oder mit Papier abgerieben.

## XV. Urteile aus der Praxis über den „Elektro-Oekonom“

(Einige Auszüge aus täglich einlaufenden Gutachten.)

### Jedes Gericht gelingt.

...Ich koche und backe nur noch im „Ökonom“ und ich muß sagen, daß er mir mit jedem Tag besser gefällt. Jedes Gericht gelingt und schmeckt. Und dann die große Zeit- und Arbeitersparnis....

Verden, den 6. 8. 26.

Familie Cordes

### Der „Elektro-Oekonom“, den ich seit 1921

ununterbrochen gebrauche, ist mir unentbehrlich geworden. — Da ich sehr augenleidend bin und die Herdhitze nicht vertragen kann, zweitens der wirtschaftlichen Lage wegen genötigt bin, das Kochen in meinem Haushalt selbst zu übernehmen, drittens ausübende Künstlerin bin, wäre ich ohne den „Elektro-Oekonom“ nicht imstande, allem gerecht zu werden. Durch die Vorzüge des Apparates, besonders die große Zeitersparnis bei relativ geringem Stromverbrauch, die Güte, die Zartheit, den Wohlgeschmack der darin bereiteten Speisen, die allgemein Anerkennung finden, werden mir die Haushaltspflichten wesentlich erleichtert. Die von Ihnen neuerdings eingeführten Verbesserungen bedeuten hier noch einen weiteren Fortschritt!

Herrschingen (Obb), 16. 5. 27.

Sofia Janssen.

### Ich kann schlafen.

... Wir sind mit dem Apparat sehr zufrieden, man kann bei der Zubereitung des Essens ruhig schlafen; wenn man munter wird, ist das Essen fertig....

Charlottenburg, den 30. 9. 25.

Karl Ostwald.

### Der „Elektro-Oekonom“ bewährt sich gut

und werden die Speisen ganz vorzüglich. Wir werden im Sommer ausschließlich damit kochen.

Priem a. Chiemsee, 29. 7. 27.

Frau Apotheker Weinhart.

Sie werden es sicher nicht bereuen, wenn Sie sich den Apparat anschaffen.

Mein Haushalt ist ohne „Elektro-Oekonom“ überhaupt nicht denkbar; alles wird darin zubereitet, Suppe, Braten, Gemüse, Fleisch, Obstkuchen. Damit sind die Heizkosten wesentlich heruntergegangen. Die Summe der Gas- und Elektrizitäts-Rechnungen machen seit Einführung des „Elektro-Oekonom“ weniger aus als vorher.

Berlin, 8. 4. 27.

Obering. Fritz Hoppe.

**Der „Elektro-Oekonom“ ist andern Apparaten überlegen.**

...daß der von Ihnen gelieferte „Elektro-Ökonom“ nun schon mehrere Monate in täglichem Betrieb ist und zu vollster Zufriedenheit arbeitet. Der Geschmack der Speisen ist reiner und besser entwickelt als nach anderem Kochverfahren — in meinem Haushalt sind Herd, Gasherd und Grude vorhanden. Der Apparat ist anderen, insbesondere an Reinlichkeit, Gefahrlosigkeit und geringem Raumbedarf überlegen.

Schulpforta, den 15. Februar 1926.

Studienrat C. Bürger.

**Der „Elektro-Oekonom“ nimmt der Hausfrau alle Arbeit ab.**

...Der „Elektro-Ökonom“ der Firma Henrich, Freiburg-Littenweiler, ist der idealste Koch-, Brat- und Backapparat für die Hausfrau. Er nimmt ihr alle Arbeit des Überwachens der Speisen während der Kochzeit ab. Man setzt das Mittagessen roh ein, schaltet ein und nimmt es nach 2—3 Stunden eßbereit äußerst wohlschmeckend aus dem Apparat. Der „Elektro-Ökonom“ muß unter den zeitersparenden Haushaltungsapparaten an erster Stelle genannt werden.

Freiburg, im November 1926.

Freiburger Hausfrauenbund.

Frau Prof. Schellmann,

II. Vorsitzende.

**Der „Elektro-Oekonom“ ist zum Kochen, Braten, Backen, Einwecken gleich praktisch.**

...Da der Apparat sehr sparsam wirtschaftet (nur zirka 0,5 kwh für ein Essen für 3—5 Personen) und zum Kochen, Braten, Backen und Einwecken gleich praktisch verwendet werden kann, empfehle ich ihn gerne allen Hausfrauen.

Northeim, den 25. Juni 1926.

E. Richers,  
Kreiskochlehrerin.

**Der „Elektro-Oekonom“ funktioniert tadellos.**

...Der Apparat ist jetzt ein halbes Jahr im Gebrauch und funktioniert tadellos. Die sinnreich ausgedachte auto-

matische Ausschaltung ermöglicht eine große Ersparnis an elektrischem Stromverbrauch und sorgloseste Behandlung. Die Brauchbarkeit ist eine vielseitige und überaus bequeme.

Obersimonswald, den 9. 6. 1926.

Pfarrer Fröhlich.

**Seine Wirkungsweise überrascht.**

...daß ich selbst den mir eingesandten Apparat bereits eingehend geprüft habe und von der Wirkungsweise überrascht bin...

Düsseldorf, den 27. September 1926.

Direktor Rösing.

**Das Problem des elektrischen Kochens ist für die Landwirtschaft gelöst.**

In den Mitteilungen der „Elektrizitätswirtschaft“ vom Mai 1927 sagt Herr Dr.-Ing. Vietze, Halle: „Das Problem des elektrischen Kochens ist für die Landwirtschaft gelöst. Die Lösung ist durch die Konstruktion des ‚Elektro-Oekonoms‘ herbeigeführt worden. Die Erfahrungen, welche die Landelektrizität, Halle, in ihren 10 Überlandwerken der Provinz Sachsen im Verlauf von nunmehr einem Jahre mit der Einführung des ‚Elektro-Oekonoms‘ bei der Landbevölkerung gemacht hat, sind von so durchschlagendem Erfolge gewesen, daß die Propaganda für diesen Apparat nach der festen Überzeugung des Verfassers im eigensten Interesse der Konsumenten selbst liegt.

Nach den persönlichen Beobachtungen, die er bei Verfolgung dieser für die Elektrizitätswirtschaft und die Landwirtschaft gleichwichtigen Aufgabe gemacht hat, steht der Verfasser nicht an, zu versichern, daß die Anwendung des elektrischen Kochens mittelst des ‚Elektro-Oekonoms‘ in der Landwirtschaft in kurzer Zeit den gleichen Umfang annehmen wird, wie es seinerzeit bei Einführung des elektrischen Lichtes und der elektrischen Kraft hiermit der Fall gewesen ist.“

**Die Speisen geraten durchweg würziger und schmackhafter, als wenn sie auf dem Kohlen- oder Gasherd zubereitet werden.**

Wunschgemäß bestätige ich Ihnen gern, daß meine Frau Ihren „Elektro-Oekonom“ bereits seit 2 $\frac{1}{2}$  Jahren in Benützung hat, ihn sehr viel zum Kochen, Backen als auch zum Braten benutzt und mit dem Apparat in jeder Beziehung zufrieden ist, da sie auf diese Weise viel Arbeit und Zeit spart und die Speisen durchweg würziger und schmackhafter geraten, als wenn sie auf dem Kohlen- oder Gasherd zubereitet werden.

Die Bedienung des „Elektro-Oekonom“ ist einfach und sicher.

Freiburg i. Br., den 6. Sept. 1926

Hochachtungsvoll  
Ad. Enke

**Das Backen von Obstkuchen ist ein wahrer Genuß.**

. . . derselbe hat sich sehr gut bewährt. Braten, Fisch und Gemüse sind vorzüglich im Geschmack und fadellos im Aussehen. Das Backen von Obstkuchen ist ein wahrer Genuß, so saftig und die Napfkuchen sehen wie gemalt aus, so schön gleichmäßig braun. Auch Obst, Gemüse und Fleisch habe ich im Apparat eingeweckt. Die Gläser waren fest verschlossen, habe nicht nötig gehabt, selbige ein zweites Mal zu sterilisieren.

Daher spreche ich Ihnen nur hierdurch meinen aufrichtigen Dank aus über die großen Vorteile des Apparates und bitte ich Sie höfl., auch die Firma Stäbers Wittwe & Co. davon in Kenntnis zu setzen.

Werde Sie unter allen Bekannten auf's Wärmste empfehlen. Ihnen dankbar zeichnet

Chemnitz, den 3. Febr. 1923.

hochachtungsvoll

Frau J. Uklig.

**Das Kochen auf dem Kohlenherd stellt sich etwa  $2\frac{1}{2}$  mal so hoch wie das elektrische Kochen im „Elektro-Oekonom“**

Wir haben mit dem uns s. Zt. zur Verfügung gestellten Elektro-Oekonom B Versuche angestellt und haben auch bei einigen unserer Stromabnehmer, die einen Elektro-Oekonom schon seit längerer Zeit im praktischen Betrieb haben, Erkundigungen über die Brauchbarkeit und den Stromverbrauch eingezogen. Hierbei wurde ein durchschnittlicher Stromverbrauch von 0,4 Kwh für ein Mittag-Essen für 4 Personen festgestellt. Demgegenüber steht ein Kohlenverbrauch des Kohlenherdes von  $\frac{1}{20}$  Ztr. Hausbrandkohle. Bei den heutigen Frankfurter Preisen für Kohlen und Strom stellt sich bei den obigen Verbrauchsziffern das Kochen auf dem Kohlenherd etwa  $2\frac{1}{2}$  mal so hoch wie das elektrische Kochen im Elektro-Oekonom.

Frankfurt a. M., den 24. Mai 1923.

Direktion der  
Elektrizitäts-Werke.



# Inhaltsverzeichnis

|  | Seite |
|--|-------|
| Kompletter Elektro-Oekonom . . . . .   | 4     |
| <b>I. Einleitung</b>   |       |
| Neue Zusammenstellung mit dem gesetzlich geschützten<br>Einheitstopf . . . . . | 7     |
| Zubehörteile zum Elektro-Oekonom . . . . .                                     | 8     |
| Erklärung der Handhabung . . . . .   | 9     |
| Anwendung des Zwischensteckers . . . . .                                       | 10    |
| <b>II. Kochregeln</b>  |       |
| Die Zubereitung der Gemüse . . . . .   | 11    |
| Das Kochen der Kartoffeln . . . . .  | 12    |
| Braten und Kochen zu gleicher Zeit . . . . .                                   | 14    |
| Braten mit dem Heizring . . . . .  | 15    |
| Zubereitung der Fische . . . . .   | 17    |
| Dünsten, Kochen, Dämpfen der Fische . . . . .                                  | 17    |
| Das Braten der Fische, Fische auf Müllerinnen-Art . . . . .                    | 17    |
| Karpfen, Schleien, Butten und Schalfiere . . . . .                             | 18    |
| Eintopf-Gerichte, Irish-Stew . . . . .   | 19    |
| Ragout von Ente, Gans, Wildente, Wildbref usw. . . . .                         | 19    |
| Kleine Schinken, Sauerkraut und Erbsen . . . . .                               | 20    |
| <b>III. Das Backen</b>   |       |
| <b>IV. Der ovale Bräter</b>  |       |
| Gebrauchsanweisung zum ovalen Bräter . . . . .                                 | 25    |
| <b>V. Der Spezialtopf</b>  |       |
| Das Kochen im Spezialtopf . . . . .  | 27    |
| Im großen Stadt- und Landhaushalt . . . . .                                    | 28    |
| <b>VI. Der Elektro-Oekonom als Schinkenkocher</b>                              |       |
| Gebrauchsanweisung . . . . .   | 29    |

## VII. Der Elektro-Oekonom als Eismaschine

|   | Seite |
|---|-------|
| Prinz-Friedrich-Halbeis . . . . .                   | 31    |
| Fürst-Pückler-Eis . . . . .                         | 31    |
| Vanille-Eis . . . . .                               | 31    |
| Kaffee-Eis . . . . .                                | 31    |
| Schokolade-Eis . . . . .                            | 32    |
| Haselnuß-Eis . . . . .                              | 32    |
| Der Elektro-Oekonom als Eisschrank-Ersatz . . . . . | 32    |

## VIII. Der Elektro-Oekonom als Sterilisieretopf

|  |    |
|--|----|
| Gebrauchsanweisung zum Sterilisieren . . . . . | 33 |
|--|----|

## IX. Speisefolgen, die für den B-Apparat zusammengestellt und darin erprobt sind

|  |    |
|--|----|
| 1. Klare Fleischbrühe mit Nudeln, Ochsenfleisch als Einheitsgericht, Schneeballen mit Vanillesoße . . . . .              | 35 |
| 2. Gerstensuppe in Fleischbrühe, Geschmortes Ochsen-schwanzstück nach bürgerlicher Art mit Hartgrieß-Makkaroni . . . . . | 38 |
| 3. Tomatenreissuppe, Kalbsbraten mit Kartoffeln und Karotten gemischt, Apfeltorte . . . . .                              | 39 |
| 4. Ochsenschwanzsuppe, Tomatenreis, Kartoffeln in Speck, Apfelkompott . . . . .  | 40 |
| 5. Linsensuppe, Schweinskarree mit Rotkraut als Einheitsgericht, Kartoffelbrei, Roter Flammeri . . . . .                 | 41 |
| 6. Blumenkohlsuppe, Salzkartoffeln, Kabeljau, nach Portugieser-Art, Schokoladenpudding . . . . .                         | 42 |
| 7. Kasseler Rippenspeer, Sauerkraut, Kartoffelbrei . . . . .   | 44 |
| 8. Eisbein, Erbsenbrei, Meerrettig, Salzkartoffeln . . . . .   | 44 |
| 9. Selleriesuppe, Hackbraten, Kohlrabi, Salzkartoffeln, Götterspeise . . . . .   | 44 |
| 10. Wecksuppe, Spinatpudding, Salzkartoffeln, Schokolade-Creme . . . . .   | 45 |
| 11. Gerstensuppe, Kohlrollen, Salzkartoffeln, Heidelbeer-speise . . . . .  | 46 |

|  | Seite |
|--|-------|
| 12. Kerbelsuppe, Hasenragout, Kartoffelklöße, Apfelkompott . . . . .                             | 47    |
| 13. Kaltes Gericht von Eiern, Hammelbraten mit gedämpften Bohnen, Rhabarberpudding . . . . .     | 48    |
| 14. Brotsuppe, Tiroler Knödel, Apfelsinenpudding . . . . .                                       | 49    |
| 15. Lauchsuppe, Schweinebraten, Spätzle, Zwetschenkompott . . . . .                              | 49    |
| 16. Haferflockensuppe, Kalbsleber auf italienische Art, Kartoffelbrei, Zwetschenkuchen . . . . . | 50    |
| 17. Nudelsuppe, Englische Hammelkeule mit Capernsoße, Salzkartoffeln, Fruchtsalat . . . . .      | 51    |
| 18. Kartoffelsuppe, Käsepudding, Pfifferlinge, Salzkartoffeln                                    | 52    |
| 19. Käsesuppe, Königsberger Klopse, Kartoffelschnee, Makronenpudding . . . . .                   | 53    |

### **X. Backrezepte**

|  |    |
|--|----|
| Natrongugelhopf, Gugelhopf, Mandeltorte . . . . .        | 54 |
| Streuselkuchen, Kirschenmichel, Linzertorte im B-Apparat | 55 |
| Obstkuchen, Apfeltorte . . . . .                         | 56 |
| Das Backen von 2 Kuchen im Elektro-Oekonom . . . . .     | 57 |

### **XI. Aufläufe**

|   |    |
|---|----|
| Grieß- oder Reismehlauf, Vanilleauflauf . . . . . | 57 |
| Sagoauflauf, Reisauf, Makkaroniauf . . . . .      | 58 |

### **XII. Puddings**

|                           |    |
|---------------------------|----|
| Biskuitpudding . . . . .  | 59 |
| Karamelpudding . . . . .  | 59 |
| Nudelpudding . . . . .    | 59 |
| Kabinettpudding . . . . . | 59 |

### **XIII. Aufklärung im Falle von Mißerfolgen**

### **XIV. Die Reinigung des Elektro-Oekonom**

### **XV. Urteile aus der Praxis**

|   |    |
|---|----|
| Einige Auszüge aus täglich einlaufenden Gutachten . . . . . | 62 |
|---|----|

---

## Wie reinige ich das Aluminium-Geschirr des Elektro-Oekonom?

Um vielen Wünschen aus Hausfrauenkreisen, in denen sich der „Elektro-Oekonom“ immer von neuen begeisterte Anhängerinnen gewinnt, nach einem geeigneten, einwandfreiem Aluminiumputzmittel zu entsprechen, hat sich der Fabrikant entschlossen, selbst ein Putzmittel für den „Elektro-Oekonom“ und seine Zubehörteile herauszubringen.

Es ist selbstverständlich ein Qualitätsfabrikat, das billiger als ähnliche Putzmittel und unbedingt zuverlässig ist. Das

### **„Elektro-Oekonom-Putzmittel“**

reinigt und poliert nicht nur Aluminium, sondern es ist auch vorzüglich zur Reinigung von Messing-, Kupfer- und Blechgegenstände aller Art geeignet. Jede Packung enthält vier Stahlschwämme und zwei Stück Seife und ist bei allen Verkaufsstellen des „Elektro-Oekonom“ jederzeit erhältlich.

Die Anwendung ist einfach wie die nachstehende Gebrauchsanweisung zeigt.

#### Gebrauchsanweisung

Man feuchtet einen Stahlschwamm mit Wasser an und reibt damit solange auf der im Paket befindlichen Seife bis ein guter Schaum entsteht. Dann wird mit dem Stahlschwamm das Aluminiumgeschirr abgerieben, wobei man darauf achtet, daß stets in der gleichen Richtung gerieben wird. Der Erfolg ist verblüffend; nach ganz kurzer Zeit wird das Aluminium wieder wie neu. Dann wird das Geschirr mit sauberem Wasser abgespült und mit einem Tuch abgetrocknet.

Ein Stahlschwamm kann immer wieder gebraucht werden, wenn er jedesmal nach Gebrauch gereinigt und getrocknet wird.

---

Automatische  
**KAFFEE-MASCHINE**  
„ELEKTRO-OEKONOM“

zugleich  
**Heißhalte-Apparat**

für alle Getränke



D. R. G. M. - D. R. P. a.

*Leicht transportabel! Ueberall aufstellbar!*

**Kein Verderben** der Getränke

durch Überhitzen, da der Automat zuverlässig ausschaltet, sobald die erforderliche Hitze erreicht ist. Hält infolge seiner vorzüglichen Isolierung mehrere Stunden den Inhalt ohne Stromverbrauch heiß.

**Kein Aromaverlust!**

Der fertige Kaffee oder das heiße Getränk wird in vorerwärmten Steinzeugtopf eingefüllt, die Isolierhaube darüber gestülpt und nach Gebrauchsanweisung eingeschaltet.

Die selbsttätige Ausschaltung erfolgt erst, nachdem das Getränk genügend erwärmt ist.

*Hält stundenlang heiß, ohne Stromverbrauch!*

Automatischer  
**Heißwurst-Apparat**

„ELEKTRO-OEKONOM“

für Metzgereien, Restaurants,  
Bahnhof-Büffets usw.



D. R. G. M. – D. R. P. a.

Ueberall leicht aufstellbar!

Ein Jahr Garantie!

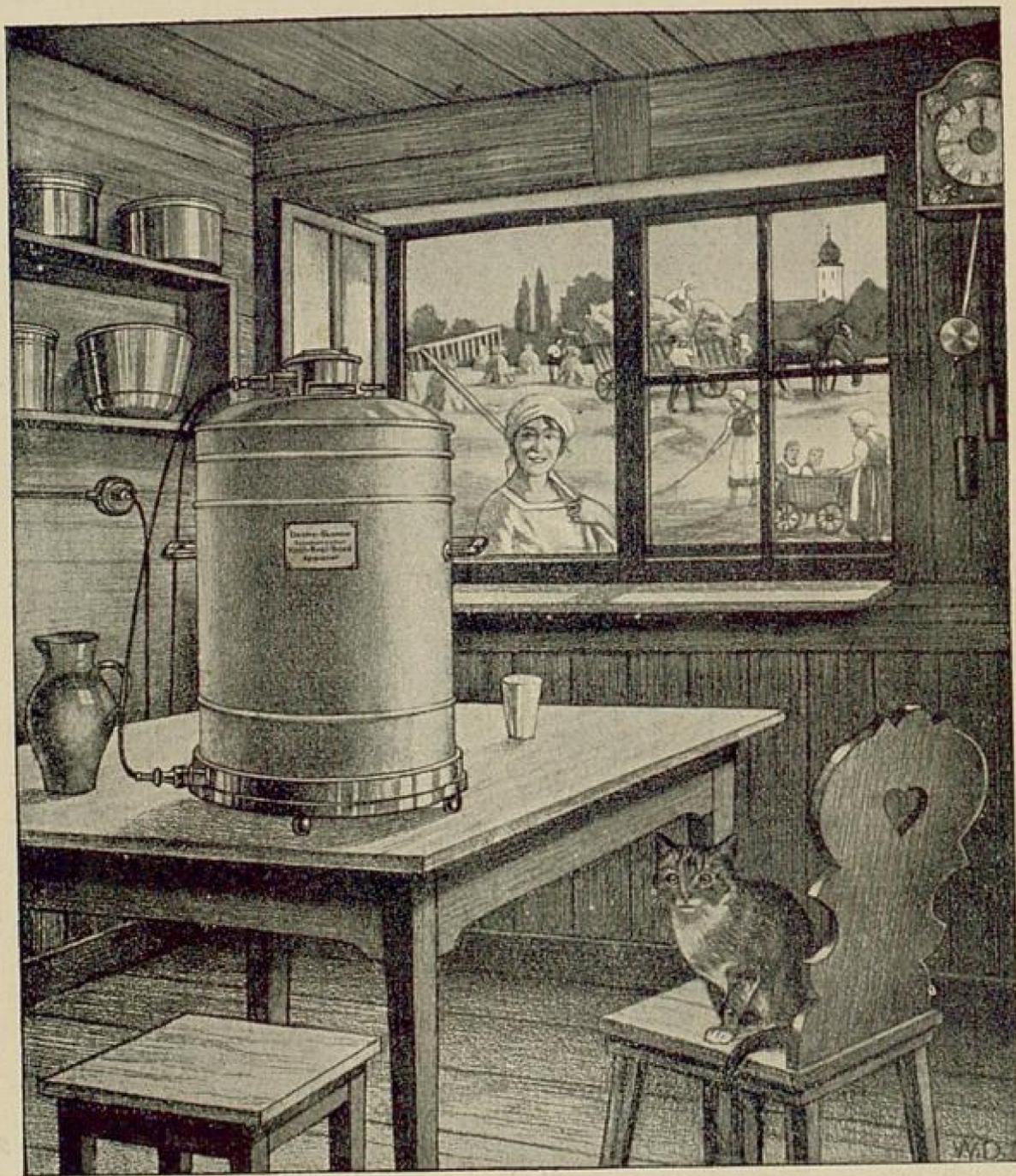
**Kein Zerplatzen der Würstchen mehr,**

denn der Apparat schaltet selbsttätig aus,  
sobald die erforderliche Hitze erreicht ist.

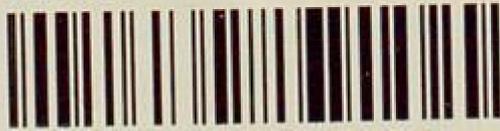
**Hält lange heiß,**

daher nur wenig Stromverbrauch!

Der Elektro-Oekonom kocht ganz allein,  
alle können bei der Arbeit sein



BLB Karlsruhe



54 76611 6 031



