Speise-Quark auf 122 Arten kostbar gemacht

Malcherek, Friedel

Freiburg i. Br., 1933

urn:nbn:de:bsz:31-106180

Quirple

mit 122 Artu
Lothar Quinchet

SPEISE-QUARK

auf 122 Arten kostbar gemacht

VERLAG POPPEN & ORTMANN, FREIBURG I. BR.

Dieses Kochbuch ist der deutschen Hausfrau gewidmet

von

Der Entstehung dieses Speisequark-Kochbuches liegt ein volkswirtschaftlicher Gedanke zugrunde. Die deutsche Hausfrau, die im Interesse der Gesundheit und zweckmäßigen Ernährung ihrer Familie und ihrer Schutzbefohlenen außer der Frischmilch auch dem nährkräftigen Speisequark einen vergrößerten Eingang in den täglichen Küchenzettel verschafft, erweist damit dem deutschen Bauern einen großen Dienst, denn die ausgiebige Werkmilchverwertung in Gestalt des Speisequarkes stützt die Existenz des Bauern. Die Quarkrezepte sind dank der Mitarbeit einer tüchtigen Spezialköchin und Hausfrau so zusammengestellt, daß viele alltägliche Speisen durch Quark einen höheren Nährwert erhalten haben. Der pikante Geschmack jeder Speise erhöht die Freude am Zubereiten. Möge der Speisequark damit endlich die verdiente Wertschätzung und Anerkennung finden, die er als nährkräftigstes Milchprodukt schon längst verdient.

Friedel Malcherek.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung

Alle nationalbewußten Kreise haben erkannt, daß auf der deutschen Hausfrau die Verantwortung ruht, durch die Art ihrer Haushaltführung die deutsche Landwirtschaft in ihrem schweren Kampf zu unterstützen. Die Hausfrau hat die Pflicht, bei ihren Einkäufen deutsche Erzeugnisse zu verlangen und, soweit es irgend möglich ist, den Verbrauch ausländischer Waren zu vermeiden.

Eines der wichtigsten Erzeugnisse der deutschen Landwirtschaft ist die Milch. Aber leider sind die Hausfrauen nicht in der Lage, den Bauern alle Milch, die produziert wird, als Trinkmilch abzukaufen; der Verbrauch an Milch ist bei uns viel geringer als in allen andern Ländern. Ungefähr die gleiche Milchmenge, die wir als Frischmilch verbrauchen, muß zu Käse und Butter verarbeitet werden, um sie nutzbringend zu verwerten. Für die Hausfrauen ist es nun von großem Vorteil, einen Teil dieser verarbeiteten Milch schon als Speisequark zu verbrauchen, denn er

ist billiger als anderer Käse, und es bestehen gerade bei ihm vielerlei günstige Verwendungsmöglichkeiten. Die Förderung des Käseabsatzes ist für das Reich eine bedeutsame Maßnahme im Rahmen der deutschen Agrarpolitik. Sie dient gleichzeitig dem Ziel, eine rationelle Ernährung des gesamten Volkes möglichst weitgehend aus deutscher Scholle zu sichern.

Was ist eigentlich Quark?

Käse im weitesten Sinne sind die aus der Milch ausgeschiedenen Eiweißkörper, das sogenannte Kasein. Diesen Vorgang der Ausscheidung des Kaseins aus der Milch kann man entweder durch **Lab** — das ist ein aus Kälbermagen gewonnenes Produkt — oder durch **Säure** erzielen. Der **Speisequark** gehört zu den durch Säure entstandenen Käsen. Wir lassen die Milch in der Wärme stehen, damit sie sauer wird, was durch Säuregärung geschieht; aus dieser Sauermilch gewinnen wir dann den Quark, indem das Säurekasein sich grobflockig ausscheidet, dann abgesetzt und ausgepreßt wird. Er wird frisch verzehrt und zu Speisen verwendet, zu denen Sie im vorliegenden Büchlein die Rezepte finden, oder man läßt ihn wie andere Käse reifen.

Bei den **Labkäsen** unterscheidet man zwei Hauptarten. Man kann den Labungsvorgang schnell, bei erhöhter Temperatur, vornehmen, dann scheidet sich das Kasein in fester Form ab, und man erhält bei der Reifung die Hartkäse wie Emmentaler, Holländer usw. Wird dagegen die Labung kühl und langsam vorgenommen, so scheidet sich das Kasein als weiches schlammiges Gerinsel ab, und man erhält die Weichkäse, den sogenannten Camembert oder Brie.

Je nach dem Fettgehalt der Milch, aus der die Käse zubereitet werden, unterscheidet man fette, halbfette und Magerkäse. Der Quark gehört zu den Magerkäsen.

Die große Bedeutung der Magerkäse für die Volksernährung hat bedauerlicherweise noch nicht hinreichendes Verständnis gefunden. Sie sind ausgesprochene Eiweißspender; sie geben die seltene Möglichkeit, ein vorzüglich ausnutzbares Eiweiß in vollwertiger Form dem menschlichen Körper zuzuführen. Das Kasein, der Käseeiweißstoff, enthält alle für den Aufbau der Zellen notwendigen stickstoffhaltigen Bestandteile. Auch die Vitamine sind im Käse in hinreichender Menge vorhanden. Von den Mineralsalzen, die im Käse vorkommen, sind vor allem Kalk und Phosphor zu erwähnen. Da Phosphor ein Bestandteil des Gehirns und der Nerven ist, stimmt es wohl, daß manche geistig tätigen Menschen nach dem Genuß von Käse sich angeregt und gekräftigt fühlen.

Aber es gibt viele Hausfrauen, die keine rechte Vorstellung davon haben, wie gut und nahrhaft Speisequark ist. Vielleicht hat er den einzigen Fehler, zu billig zu sein! Wäre er teurer, dann fehlte er auf keiner Festtafel und überall würde ein Loblied gesungen auf seinen feinen Geschmack, sein appetitliches Aussehen, seine Bekömmlichkeit und seinen hohen Nährwert; denn der Speisequark ist eine jener Gaben, die die Natur — gewissermaßen ausgleichende Gerechtigkeit übend — auch den mit Geld und Gütern weniger Gesegneten auf den Tisch bringt. Und in welcher Fülle steht er uns zu Gebote!

Ein Mehrverbrauch von Quark ist nicht nur wegen seiner Schmackhaftigkeit und Bekömmlichkeit zu empfehlen, sondern ungemein wichtig im Interesse einer vollwertigen Ernährung, da sich mit gleichem Geldaufwand bei keinem andern Nahrungsmittel soviel Nährwerteinheiten beschaffen lassen wie bei der Verwendung von weißem Käse, wie man den Quark noch andernorts nennt.

Ein Gericht von Quark und Kartoffeln enthält alle Nährstoffe, die der Mensch zu seiner Erhaltung und zum Aufbau seines Körpers benötigt. Auf dem Lande bedeutet der weiße Käse für viele Familien die Grundlage der Ernährung; in den Schwarzwalddörfern ist eine der Hauptmahlzeiten Schalkartoffeln mit Bibeliskäse. Mit Zusatz der entsprechenden Menge von Kohlehydraten, wie Brot, Kartoffeln, Mehlerzeugnissen, womöglich noch mit rohem Obst, läßt sich eine bekömmliche Ernährung auch auf die Dauer durchführen.

Besonders sei erwähnt, daß frischer Quark den Magen sehr wenig reizt und deshalb bei einer Anzahl Krankheiten von den Ärzten verordnet wird.

Die Hausfrauen haben während der schweren Zeiten im Krieg und nach dem Krieg den Verbrauch von Quark sich abgewöhnt, zunächst weil nicht genügend Milch vorhanden war, um Quark herzustellen; späterhin aus Mangel an hochwertiger Ware. Aber heute ist das anders. Wir erhalten heute in allen Städten erstklassigen Speisequark, appetitlich verpackt.

Dieses vorliegende Kochbüchlein, liebe Hausfrauen, zeigt Ihnen, was man alles aus Speisequark zubereiten kann. Wir bezwecken mit diesem Quark-Kochbuch, die deutsche Hausfrau anzuregen, ihren Speisezettel mit Quarkspeisen zu bereichern und die Ernährung ihrer Familie mit diesem hochwertigen Nahrungsmittel zu ergänzen. Es dient damit zugleich der deutschen Landwirtschaft und unserem Vaterland.

E. Justi, Vorsitzende des Hausfrauenbundes Freiburg i. Br.

Wenn das Kind kein Süppchen essen will, erzählt man ihm die schaurige Geschichte vom Suppenkaspar. Der Kern dieser Mär ist doch die Lehre, daß eine gut zubereitete Suppe beste Aufbaunahrung für jung und alt ist. Und wenn man damals den Speisequark als Suppenverbesserung schon gekannt hätte, wäre auch unser Suppenkaspar nicht dieses tragischen Todes gestorben, denn solche Quarksuppen hätte auch er gegessen!
Wo also die Suppe fast in Vergessenheit geraten ist, sollte man eines dieser Suppengerichte als „kostbare" Vorspeise ausprobieren und für immer einführen. Sie finden neben den warmen Suppen einige wohldurchdachte Getreidesuppen und als Erfrischungsgerichte die köstlichen kalten Suppen für die warme Jahreszeit. Auch als Alleingericht für billige und auskömmliche Abendessen sind diese Suppen empfehlenswert.

1 Königinsuppe

1 kleine Zwiebel, etwas Kohl, 1 kleine Sellerieknolle, 1 kleine Petersilienwurzel, 1 Stange Lauch (Porree), ½ Pfund Gelbrüben, 1 kleine Tomate, etwas Spargel oder Blumenkohl werden gut geputzt, gewaschen und in kleine Stückchen geschnitten.

In erwärmtem Suppentopf werden 70 Gramm Markenbutter erhitzt und das gut abgetropfte Gemüse darin verschlossen gedünstet. Ist das Gemüse ziemlich weich geworden, gibt man kochendes Wasser dazu, die Menge für etwa 4—6 Teller Suppe gerechnet, und läßt die Suppe bis zum völligen Garwerden des Gemüses weiterkochen.

Von 1 Eßlöffel Butter und 1 Eßlöffel Mehl bereitet man eine helle Butterschwitze und setzt dieser unter Umrühren ¼ Pfund Speisequark, mit etwas Milch oder Rahm vermischt, und etwas feingeriebenen Käse zu. Mit 1 Prise Selleriesalz und etwas Suppenwürze abschmecken.

Dieser Quarkschwitze setze man so viel Suppenbrühe zu, bis sie stark verdünnt ist und gibt das Ganze dann in die Suppe wieder zurück. Zuletzt kann die Suppe mit 1 oder 2 Eigelb abgezogen werden.

2 Kartoffelsuppe

1 Pfund in Scheiben geschnittene rohe Kartoffeln werden, fingerbreit über ihre Menge mit Wasser bedeckt, angesetzt. 2 große Gelbrüben, geputzt und in Scheiben geschnitten, 1 Stückchen Petersilienwurzel, etwas Sellerie oder Selleriegrünes und 1 kleines Lorbeerblatt werden gleichzeitig mitgekocht.

Sobald die Kartoffeln und Rüben weich sind, wird ½ Pfund Speisequark mit ½ Liter Milch durch ein Sieb in die Suppe eingerührt. Gebratene Speckwürfelchen werden zugegeben, und die ganze Suppe wird mit 1 Prise Salz, etwas Pfeffer und Suppenwürze abgeschmeckt.

Die Kartoffelsuppe wird mit feingeschnittenem Schnittlauch überstreut angerichtet.

Raum für Aufzeichnungen
Kostenberechnungen usw

3 Pilzsuppe

½ Pfund gut geputzte kleine Pilze wird gewaschen und gut abgetropft. In 1 Eßlöffel Butter werden die Pilze mit 1 kleingeschnittenen Zwiebel fast weich gedämpft und mit etwas Salz und Pfeffer gewürzt. Sauber durchgegossene Fleischbrühe oder Wasser dazu schütten.

Unter ½ Pfund Speisequark, mit etwas Milch verrührt, werden 2 in etwas Butter goldgelb geschwitzte Eßlöffel Mehl verquirlt. Dieser Quark wird in die Pilzsuppe gegeben und das Ganze nochmals nur heißwerden lassen. Die Suppe kann mit 1 Eigelb abgezogen und mit feiner Petersilie bestreut werden.

4 Kuddeln oder Kaldaunen als dicke Quarksuppe

¾ Pfund Kuddeln werden weichgekocht, aus der Brühe genommen und in kleine Streifen und Würfel geschnitten.

Eine in Ringe geschnittene Zwiebel wird in 70 Gramm Butter und 3 Eßlöffeln Mehl gebräunt und das Ganze mit etwas Kuddelnbrühe oder Wasser abgelöscht. Hierzu fügt man 1 gewürfelte Sellerieknolle, 1 Lorbeerblatt, 2 Nelken, 2 Gewürzkörner.

½ Pfund Speisequark, mit saurem Rahm oder Milch glatt verrührt, wird dieser Sauce zugegeben und das Ganze dann mit den Kuddeln in einem Suppentopf aufgekocht und mit etwas Salz, Pfeffer und einigen Tropfen Essig abgeschmeckt. Mit kochendem Wasser und 1 zerdrückten Fleischbrühwürfel kann die Suppe weiter verdünnt werden.

5 Nierensuppe, säuerlich

Warme Suppen

2 fette Schweinsnierchen werden in kleine Scheiben geschnitten oder gewürfelt, mit Salz und Pfeffer gewürzt und mit 1 feingeschnittenen Zwiebel unter Zusatz von 1 Eßlöffel Mehl mit dem Nierenfett oder mit Butter gut angebräunt. Mit 1—1½ Liter vorhandener oder aus Suppenwürze bereiteter Fleischbrühe löscht man ab.

½ Pfund Speisequark, mit Milch oder saurem Rahm verquirlt, wird der Suppe beigefügt. Mit 1 zerdrückten Fleischbrühwürfel und 1 Schuß Essig wird die Suppe abgeschmeckt. Die Zubereitung dieser Suppe muß schnell vor sich gehen, damit die Nierchen nicht hart werden.

6 Grießsuppe

Getreide-Suppen

1 feingeschnittene Zwiebel wird in ½ Eßlöffel Fett goldgelb gebräunt, 2—3 Eßlöffel Grieß werden leicht angeröstet. Mit heißem Wasser abschrecken und 1 Prise Salz und Pfeffer zufügen. ½ Pfund Gelbrübchen werden in Scheiben in die Suppe hineingeschnitten und das Ganze mit 1 Liter Wasser gargekocht.

½ Pfund Quark wird mit frischer Milch oder Rahm verquirlt und unter vorsichtigem Rühren in die Suppe gegeben und sofort vom Feuer genommen.

7 Grünkernsuppe

½ Pfund Grünkern werden in Wasser langsam weichgekocht.

½ Pfund Speisequark, mit ½ Liter Milch glattgerührt, gibt man dazu und kocht die Suppe sämig. Kleine Hammelfleischstückchen oder Fleischklößchen können als Einlage verwendet werden. Mit brauner Butter und einigen Tropfen Suppenwürze wird die Suppe abgeschmeckt.

Getreidesuppen

8 Haferflockensuppe

5—6 Eßlöffel Haferflocken werden in der gleichen Menge kalten Wassers einige Stunden eingequollen.

¾ Pfund Speisequark wird mit ½ Liter Milch oder Rahm glattgerührt.

In 6 Eßlöffeln Wasser werden die Haferflocken weichgekocht. Der Quark wird zu den Haferflocken gegeben. 1½ zerstoßene Fleischbrühwürfel, 1 Prise Pfeffer, 5 Gramm Salz und 1 in 70 Gramm Butter hellgeröstete feingeschnittene Zwiebel werden zugefügt und die ganze Suppe nochmals aufgekocht. Fleischwurst oder Wienerle in der Suppe als Beilage langsam 10 Minuten ziehen lassen.

9 Brotsuppe

Eingeweichte ältere Brotscheiben werden gut ausgedrückt. 1 kleine geschnittene Zwiebel wird in 70 Gramm Butter geschwitzt und mit Fleischbrühe und dem ausgedrückten Brot zusammengegeben. Reste von Bratensauce können dabei verwendet werden. Mit 1 Idee Kümmel, etwas Salz und Pfeffer läßt man alles zusammen kurz aufkochen.

¼ Pfund Speisequark, mit einigen Eßlöffeln Rahm oder Milch und etwas Suppenwürze vermengt, wird unter die Brotsuppe gegeben und alles zusammen nur nochmals gut heißwerden lassen.

Süße Suppen

10 Vanillesuppe

In ½ Liter Milch gibt man 10 Gramm aufgelöstes Mondamin, 40 Gramm Zucker, 1 walnußgroßes Stück Butter, 1 Stück Zimtschale und läßt alles zusammen unter ständigem Rühren aufkochen.

Unter ½ Pfund Speisequark wird die durch ein Sieb gegebene Mondaminsuppe tüchtig geschlagen. Nach Belieben gibt man noch 1 verquirltes Eigelb dazu und zum Schluß den steifgeschlagenen Eierschnee.

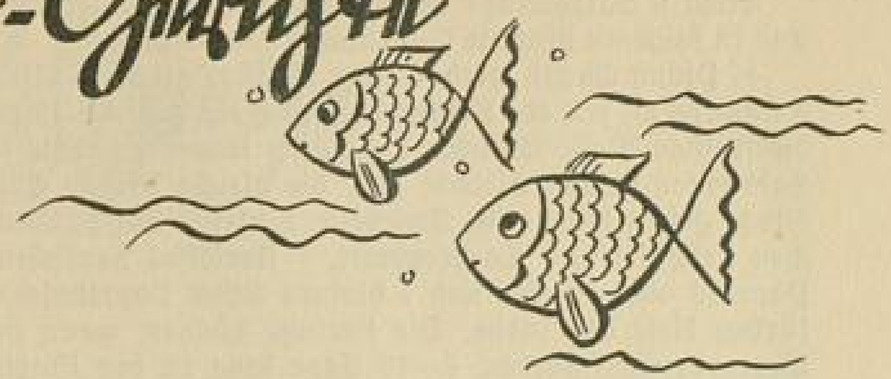
11 Blaubeerensuppe

¾ Pfund gut gewaschene und abgetropfte Blaubeeren werden zusammen mit ½ Pfund Speisequark durch ein Sieb getrieben. Diese Masse wird mit 50 Gramm Zucker und 1 Idee Zimt abgeschmeckt. Mit frischer Milch kann diese Suppe, zu welcher auch Erdbeeren, Brombeeren, Himbeeren oder Holunderbeeren verwendet werden können, verdünnt werden.

12 Reissuppe

½ Pfund Speisequark, ¼ Liter süßer Rahm, etwas gestoßener Zimt, 125 Gramm Zucker, 1 Eßlöffel Zitronensaft und 1 Prise Salz werden zusammen glatt verquirlt. Die Speise kann mit frischer Milch unter ständigem Rühren verdünnt werden. 2 Eßlöffel gewaschene Sultaninen und 30 Gramm weichgekochter körniger Reis werden der Suppe zugefügt.

Fisch-Gerichte



13 Pikanter Schellfisch mit Quark

4—6 Schellfischportionen aus etwa 2 Pfund gut gewaschenem und geschupptem Fisch werden 1 Tag zuvor in folgender Marinade eingelegt: ½ Liter Marinadeflüssigkeit, gemischt aus Zitronensaft, einer schwachen Essiglösung und etwas Wasser, wird mit 4 Gramm Salz, 1 Lorbeerblatt, 2 Nelken, 2 Pfefferkörnern, 1 großen Salbeiblatt oder an dessen Stelle mit etwas Senf gewürzt.

Bevor die Fischportionen am nächsten Tage aus der Marinade genommen werden, wird ½ Pfund Speisequark mit ¼ Liter Milch oder Buttermilch, 3 Eßlöffeln Mehl, 4 Gramm Salz, 1 Prise Zucker und 2 ganzen Eiern tüchtig und gut zerquirlt. In diesem dicken glatten Brei wälzt man die gut abgetrockneten Fischportionen und backt sie in schwimmendem Öl goldgelb. Sobald die Fischportionen in die Höhe steigen, werden sie mit einem Schaumlöffel vorsichtig herausgenommen und auf einer länglichen Platte mit Petersilienkraut, Salbeiblättchen oder geachtelten Zitronenstückchen serviert. Zum Aufsaugen des Fettes wird unter die Fischportionen ein in Zacken geschnittenes Fließpapier gelegt. Der vielleicht übriggebliebene Quarkteig wird mit der Marinade vermischt, etwa 2 Minuten schnell aufgekocht und durch ein Haarsieb getrieben. Diese Quarksauce kann zu obigem Fischgericht mit Eigelb abgezogen werden.

14 Pikanter Hering mit Quark

Etwa 8 Salzheringe werden gut gewässert, gereinigt und abgezogen und in folgende pikante Quarksauce eingelegt.

½ Pfund Quark wird mit der Heringsmilch, ¼ Liter roher Milch und 3 Eßlöffel Öl mit der Reibekeule durch ein enges Sieb getrieben. In diese dickflüssige Masse kommen 2 Eßlöffel Kapern, 2 Eßlöffel Schalotten, der Saft einer halben Zitrone oder die gleiche Menge Essig. 2 mittlere, in Ringe geschnittene rohe Zwiebeln, 2 kleine Salzgurken, in feine Scheibchen geschnitten, 1 Lorbeerblatt, 1 Teelöffel Senfkörner; 1 gute Prise Paprika oder Pfeffer und 1 kleines Stück Paprikaschote verbessern und färben diese Marinade. Die Heringe können, wenn sie nicht am selben Tage verzehrt werden, 8—10 Tage lang in der Marinade kühl aufbewahrt werden.

Zu diesem Gericht gibt man neue Pellkartoffeln, Kümmelkartoffeln oder trockenes Bauernbrot zum Eintunken.

15 Quark mit Ölsardinen und Eiern

¾ Pfund Quark wird in eine Porzellanschüssel durch ein Sieb getrieben und mit etwas Salz und Pfeffer gewürzt. Das Öl aus einer Dose Ölsardinen wird unter ständigem Rühren tropfenweise unter den Quark gemischt. Der Quark wird bergartig auf einer Schüssel geformt und mit den halbierten Ölsardinen garniert.

Weichgekochte Eier und Knäckebrot werden dazu gereicht.

Fleischspeisen

Rebhuhn, Pastete und Bienenkorb sind Wegweiser genug, wie der nahrhafte Speisequark auch für andere Fleischarten und Fleischspeisen nützlich verwendet werden kann, zumeist an Stelle des teuren Rahms.

16 Rebhuhn mit Quarkfüllung

Die pikante Füllung für ein Rebhuhn wird auf folgende Art hergestellt: 70 Gramm Butter werden schaumig gerührt. Sehr trockener, klumpenfreier Speisequark, mit 2 Eigelb daruntergezogen, wird mit der schaumig gerührten Butter gemengt. Unter diesen gut verrührten Quark fügt man 3 Eßlöffel gewiegte Petersilie, 2 Eßlöffel Schnittlauch, 1 Prise Paprika, 3 Gramm Salz und je 1 Idee Majoran und Beifuß. Einige ganze Eierpilzchen oder Champignons verteilt man unter diese Quarkfüllung, mit der man das auf übliche Art vorbereitete Rebhuhn füllt und dieses dann zunäht. Auch die Sauce, die durch Übergießen von heißem Wasser hergestellt wird, bekommt statt sauren Rahms 1½ Eßlöffel gut zerquirlten Quark mit ½ Löffel Mehl gebunden. Die Sauce wird bei Verwendung von Quark ganz kurz aufgekocht und durch ein Sieb passiert.

Das Rebhuhn wird auf angeröstete Speckscheiben gelegt, mit einem Strauß krauser Petersilie verziert.

Pilzgerichte, Rotkraut, gedünsteter Reis, Rotrübengemüse, warmer feiner Kartoffelsalat, Selleriesalat mit Kartoffelbrei sind die besten Beigaben zu diesem Rebhuhn mit Quarkfüllung.

17 Römische Quarkpastete

Ein glatter, flüssiger Teig, der ölig vom Löffel laufen soll, wird hergestellt aus ¼ Pfund Quark, etwas Milch, 1—2 Eiern, 2 knappen Eßlöffeln Mehl und etwas Salz. Pastetenförmchen am Stiel werden in heißem Pflanzenfett oder geruchfreiem Öl heißgemacht, in die fertige Masse getaucht und in dem Fett goldbraun gebacken. Die fertigen Pasteten werden leicht mit Selleriesalz bestäubt und mit Rogoutfin, Pilzgerichten oder gewürfelten Bratenresten zur Hälfte gefüllt. 1 zerquirltes Ei mit geriebenem Käse oder Semmelbrösel bilden den Abschluß jeder Pastete, die kurz vor dem Essen mit der Füllung im Bratofen aufgewärmt wird.

18 Bienenkorb

¾ Pfund lockeres feinstes Mehl wird trocken in eine Teigschüssel gesiebt, 175 Gramm Butter in Flöckchen, ¼ Pfund durchgesiebter Quark dazugegeben. Mit 1 ganzen Ei, einem ½ Eigelb, 1 Idee Salz, 1 Prise Zucker und etwas Hirschhornsalz wird ein geschmeidiger Teig mit den Händen geknetet. Der Teig wird auf einem bemehlten Brett zu bleistiftstarken Röllchen ausgerollt. Eine feuerfeste irdene oder Emailschüssel mit nach außen gebogenem Rand wird gut ausgefettet. In die Mitte des Bodens wird eine Oblate geklebt. Von der Oblatenmitte beginnend, windet man die Teigröllchen in Schneckenform dicht innen an der Schüssel über den ganzen Boden, langsam über den ganzen inneren Rand der Schüssel aufsteigend bis an die obere Kante. Die ganze Spirale darf keine Lücke aufweisen und wird mit 1 gut zerquirlten Eiweiß vollständig ausgepinselt. Von dem übrigen Teig wird ein glatter, dünner Deckel vorbereitet, der einen etwa 2 Zentimeter größeren Durchmesser haben muß als die Backschüssel.

Die Füllung des Bienenkorbes besteht entweder aus Fleischfarce mit gehackten Kräutern (falscher Hase) oder aus fertigen Pilzgemüsen, Blumenkohl-, Rosenkohl-, Spargel- oder Gelbrübengemüse. Zarte junge Erbsen oder gemischtes Feinkostgemüse sind für die Füllung besonders geeignet. Sämtliche Füllungen werden mit der Quarksauce nach Rezept Nr. 29 hergestellt. Der Bienenkorb wird bis etwa 2 Fingerbreit vom oberen Rand gefüllt. Der vorbereitete Deckel, auf der Innenseite mit Eiweiß bestrichen, wird fest auf den Bienenkorb aufgesetzt und außen mit einem ½ zerquirlten Eigelb bestrichen. Den ganzen Deckel durchsticht man vor dem Backen mehrmals mit der Gabel.

Backzeit: 1—1¼ Stunden in gut geheiztem Backofen. Der gefüllte Bienenkorb läßt sich leicht, mit dem Deckel nach unten, auf eine große runde Platte stürzen. Die Füllungen und der Bienenkorb können tags zuvor zubereitet werden.

Mit Gemüse zubereiteter Bienenkorb kann zu den verschiedensten Braten und Fleischgerichten gereicht werden. Mit Fleisch gefüllter Bienenkorb kann zu frischen Gemüsen gegeben werden.

Fleischspeisen

Gemüse-Speisen

So ein Stückchen Gemüsegarten mit fruchtbarer Erde, Sonne, Regen und Wind und ein wenig Liebe zur Landwirtschaft verschaffen mancher Haushaltung die prächtigsten Gemüseerzeugnisse. Ob man nun Gemüse verwendet, das man zu eigener Freude selbst gepflanzt und gepflegt hat, oder ob es gekauft werden muß, immer sollte die wirtschaftlich denkende Hausfrau darauf bedacht sein, ungedüngtes Gemüse nur zu dünsten und nicht zu verkochen, damit es seine Nährwerte behält. Unsere Gemüsespeisen, mit Quark nahrhafter und sättigender zubereitet, bewirken die leichte Verdaulichkeit ohne die unliebsamen Begleitumstände, die man sonst durch die veraltete Zubereitungs- und Kochweise mit in Kauf nehmen mußte.

33 Wachsbohnen mit Quark

In einem irdenen Gefäß oder einem Kochglas wird 1 Pfund fadenlose Wachsbohnen mit 1 feingeschnittenen Zwiebel, 1 Tomate, 1 Prise Zucker, 5 Gramm Salz in 70 Gramm Butter gedünstet.

½ Pfund Quark wird mit etwas Rahm oder Milch und ½ Eßlöffel Mehl tüchtig verrührt und über die fast weichgedünsteten Bohnen gegossen. Das Umrühren des Gemüses soll möglichst vermieden werden. 1 Tröpfchen Fleischextrakt und 1 Idee Salz machen das Gericht schmackhafter.

34 Kartoffelgemüse

3 Pfund fertig geschälte Kartoffeln werden in 2 Zentimeter große Würfel zerschnitten und, knapp mit Wasser bedeckt, kalt aufgesetzt. Unter Hinzufügen 1 kleinen Lorbeerblattes, 1 Prise Pfeffer, 1 Nelke, 2 Pfefferkörnern und 50 Gramm Markenbutter wird das Gemüse langsam weichgekocht. Mit etwas Suppenwürze, 1 Schuß Essig und 1 Prise Salz abschmecken.

½ Pfund Quark mit saurem Rahm, sämig geschlagen, über das fertige Gemüse gießen und einige Minuten ziehen lassen.

Zu gekochtem Fleisch mit Rotrüben oder Preiselbeeren und zu warmen Würstchen schmeckt gerade dieses Kartoffelgemüse als Abwechslung pikant.

35 Kartoffeln nach Freiburger Art

In einem feuerfesten Kochgeschirr eine feingeschnittene Zwiebel in 60 Gramm Schweinefett dünsten.

½ Pfund Speisequark wird mit ¼ Liter Wasser oder abgekühlter Fleischbrühe, etwas Salz, 1 Prise Pfeffer und Muskatnuß vermischt. Diese zubereitete Quarkmasse wird auf die gedünstete Zwiebel und das Fett gegeben.

3 Pfund rohe, in Scheiben geschnittene Kartoffeln werden auf diese Quarkmasse gelegt und zugedeckt weichgedünstet.

Ein weiteres halbes Pfund Speisequark wird mit 2 Eiern glatt verquirlt und über die weichgedünsteten Kartoffeln gleichmäßig gegossen. Mit geriebenem Käse und einigen Butterflöckchen bestreut, wird das Ganze bei guter Oberhitze braunkrustig gebacken.

Dieses wohlschmeckende Alleingericht kann besonders gut im „Küchenwunder" bereitet werden.

36 Gedünstetes Selleriegemüse

2 große Knollen Sellerie, die gewaschen, geschält und von Rostflecken befreit sind, werden in Streifen geschnitten. In einer Kasserolle werden 70 Gramm Butter erwärmt. Hierein gibt man die rohen Selleriestreifen, mit 1 Teelöffel Zucker bestäubt, und läßt sie auf schwachem Feuer etwa 10 Minuten zugedeckt dünsten. Weder geschüttelt, noch gerührt, werden sie kurz vor dem Garwerden beiseite gezogen.

½ Pfund Quark, zerquirlt mit etwas Rahm, einigen Tropfen Zitronensaft, 1 Eigelb und etwas Suppenwürze, werden über das warme Selleriegemüse gegossen. Zum Schluß schmeckt man mit 1 Teelöffel Salz das ganze Gemüse ab und streut nach dem Anrichten etwas feingewiegte Petersilie darüber.

37 Rohes Selleriegemüse

1 große Knolle Sellerie wird gewaschen, geschält, Rostflecken entfernt und auf einer Glasreibe gerieben. 1 ebenfalls geriebener roher Apfel ohne Kerngehäuse und Schale, 1 kleine geriebene Zwiebel und 1½ Eßlöffel sehr feines Öl werden dazugegeben.

½ Pfund Speisequark, mit 1 Eigelb, etwas Rahm und 1 kleinen Prise Pfeffer verquirlt, wird mit der geriebenen Sellerie vermischt und mit 1 Idee feingestoßenem Ingwer bestreut. Die ganze Zubereitung kann ohne Umrühren in der Servierschüssel aus Glas oder Porzellan vorgenommen werden.

38 Rotrüben mit Quark

In schwachem Essigwasser mit je 1 Teelöffel Salz und Zucker werden 4 große Rotrüben weichgekocht, abgezogen und in sehr dünne Scheiben geschnitten. Etwas Pfeffer, 1 Prise Kümmel, 1 feingeschnittene Zwiebel, 1 Stückchen Meerrettich, 1 Eßlöffel Öl, etwas Zitronensaft oder an dessen Stelle etwas Essig, werden über die Rüben gegeben.

½ Pfund Speisequark wird mit etwas Milch oder saurem Rahm tüchtig verquirlt und durch ein Sieb getrieben. Diese glatte Quarkmasse wird über die Rotrüben gegossen. Die ganze Speise etwa 1 Stunde durchziehen lassen. Etwas geriebener Meerrettich kann als Garnitur Verwendung finden.

39 Gefüllte Kohlrabi

Von nicht zu großen Kohlrabi wird zunächst ein Deckelchen abgeschnitten. Die Kohlrabi werden ausgehöhlt, ohne den Deckel zu verletzen. In einer Kasserolle werden 70 Gramm Butter erhitzt und die ausgehöhlten Kohlrabi, mit je einem Deckelchen versehen, hineingesetzt. Die Kohlrabi werden, mit etwas Zucker überstäubt, in dem geschlossenen Topf langsam weichgedünstet. Inzwischen wird folgende pikante Füllung zubereitet:

Das Ausgehöhlte der Kohlrabi, 1 kleine Zwiebel, kaltes, kleingewürfeltes Bratenfleisch oder Schinken, ein Streifchen Speck, werden schnell durch die Maschine gedreht oder grobgehackt und unter ½ Pfund Speisequark mit gehackter Petersilie und 1 ganzen Ei gemischt. Bis über den Rand hinaus werden die halbweichen Kohlrabi mit der Masse gefüllt und die Deckelchen daraufgesetzt. Übriggebliebener Quark kann zur Sauce gegeben werden. Nun backt man die gefüllten Kohlrabi in der offenen Kasserolle im Backofen goldbraun und gibt sie auf Platten gesetzt und mit etwas Selleriesalz bestreut sehr heiß zu Tisch.

Gefüllte Zwiebeln, gefüllter Sellerie, gefüllte Rotrüben werden auf die gleiche Art und Weise zubereitet.

Tomaten und Kartoffeln werden roh ausgehöhlt und gefüllt und dann erst in Butter gedünstet.

Zu allen gefüllten Gemüsespeisen gibt man als Beilagen Reis, Bratkartoffeln, Schneekartoffeln oder Kartoffelbrei.

40 Rohe gefüllte Tomaten

1 Pfund Speisequark, mit Sahne oder Milch locker geschlagen, wird mit 1 Prise Salz und 1 Prise Pfeffer abgeschmeckt. 8 große Tomaten werden halbiert und wenig ausgehöhlt. Die Hälfte des zubereiteten Speisequarks wird mit dem Tomatenquark vermischt und mit diesem durch ein Sieb getrieben. Abwechselnd werden nun die Tomaten rötlich und weiß gefüllt. Jede gefüllte Tomate wird auf ein mit etwas Öl und Zitronensaft besprengtes Salatblättchen gesetzt und auf Platten garniert zu Tisch gegeben.

41 Gurkengemüse

2 mittlere schlanke Gurken (nicht zu grün) werden geschält und längs halbiert. Etwa vorhandene Kerne werden mit einem silbernen Teelöffel entfernt. Im Kochglas oder in einer tönernen Kasserolle werden 70 Gramm Butter erhitzt und die in fingerlange Stückchen geschnittenen Gurken trocken eingelegt. 1 Teelöffel Zucker wird darübergestreut und nach Belieben 1 kleine, feingeschnittene Zwiebel dazugegeben. Ohne umzurühren, werden die Zwiebeln zugedeckt, langsam gedünstet. Sobald die Gurkenstückchen gläsern erscheinen, werden sie sofort beiseite genommen!

½ Pfund Speisequark, mit etwas Rahm oder Milch, einigen Tropfen Zitronensaft, etwas Salz und 1 Teelöffel Kartoffelmehl zu einer sämigen Sauce zerquirlt, wird über die gedünsteten Gurken gegossen. Dieses Gemüse läßt man nun noch einen Moment unter dem Deckel ziehen.

42 Paprikaschoten mit Quark

Kleine Butterflöckchen werden auf den Boden einer eisernen Kasserolle reichlich verteilt. 4 große Paprikaschoten werden halbiert und nebeneinander in die Kasserolle gelegt. Die Schotenhälften innen ein wenig mit Semmelmehl bestreichen, mit kleingeschnittenen Bratenresten oder Schinken, etwa 1 Zwiebel und Speckwürfelchen füllen.

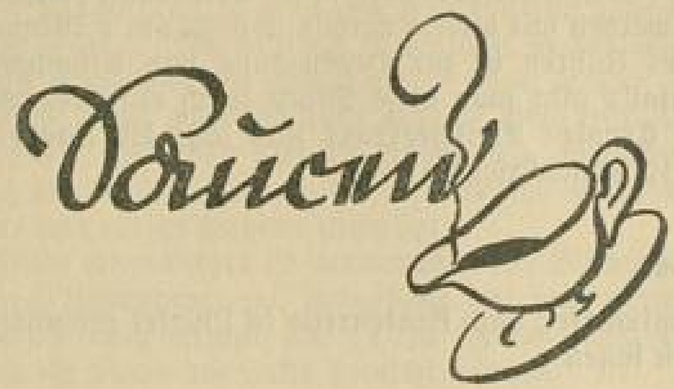
In einer Porzellanschüssel wird ½ Pfund Quark mit Milch oder Rahm, 5 Gramm Salz und 1 Prise Zucker vermischt und dick verrührt. Über jede gefüllte Paprikaschote gibt man von dem zubereiteten Quark einen Teil, bröselt etwas zerriebenen Käse darüber und übergießt jede der Schoten zuletzt mit etwas zerquirltem Ei. Zugedeckt, werden nun diese Paprikaschoten langsam an nur warmer Stelle des Herdes gargeschmort, etwa 20 Minuten. Mit einem Heber vorsichtig herausnehmen und auf gewärmter Platte servieren.

43 Haferflockenspeise

100 Gramm Haferflocken werden am Vorabend mit ⅛ Liter Milch eingeweicht.

1¼ Liter Milch wird mit 120 Gramm Zucker zum Kochen gebracht. Zum Anrühren des Mondamins nimmt man etwas von der vorgeschriebenen kalten Milch und rührt es dann später in die kochende Milch ein, läßt die Masse unter Rühren etwas aufkochen.

1 Pfund Speisequark, die Haferflocken, 30 Gramm Butter und 4 Eigelb werden schaumig gerührt. 125 Gramm abgezogene und feingehackte Mandeln nebst 125 Gramm Rosinen und etwas Vanillezucker werden unter die Masse gerührt und zuletzt der Schnee der 4 Eier leicht daruntergezogen. In eine mit Wasser gespülte Form füllen und kaltstellen.



Pellkartoffeln mit Tunke (sprich Sauce), Klößchen und Nudeln mit Sauce, alles auf pikante Art zubereitet, ermöglichen geschickte Zusammenstellungen von Mittags- oder Abendgerichten ohne Fleisch, wenn man die Saucen nach unseren Rezepten mit Speisequark nahrhaft verbessert. Selbst die hartnäckigsten Gegner des Speisequarks haben auch nicht die Spur in Geschmack und Aussehen der Saucen entdeckt, was auf die Verwendung des Speisequarks hätte schließen lassen. Mayonnaise und Remouladensauce mit Quark bereitet sind wesentlich bekömmlicher und „liegen" lange nicht so schwer im Magen!

Warme Saucen

19 Grundsauce

Etwas Quark wird mit Milch beliebig verdünnt. Goldbraun geschwitztes Mehl und Zwiebeln werden mit diesem verdünnten Quark 2 Minuten sämig gekocht. Fleißiges Rühren ist zur Vermeidung von Klümpchenbildung ratsam, andernfalls gibt man diese Sauce durch ein Sieb, verfeinert sie mit einigen Tropfen Fleischextrakt und läßt die Sauce an warmer Herdstelle noch ¼ Stunde ziehen.

20 Bechamelsauce

Schinken- oder Salamiwürfel, auch Bratenreste in Würfel geschnitten, in der Grundsauce ziehen lassen.

21 Specksauce

Der Grundsauce werden gebräunte Speckwürfel beigegeben.

22 Meerrettichsauce

Feingeriebenen Meerrettich mit einem ½ geriebenen Apfel zugedeckt in der Sauce ziehen lassen.

23 Braune oder weiße Zwiebelsauce

Zwiebelstückchen werden in etwas Butter gebräunt (für braune Sauce) oder geschwitzt (für weiße Sauce) der Grundsauce zugegeben.

24 Kapernsauce

Der durchpassierten Grundsauce werden einige Kapern mit dem Kapernsaft hinzugefügt und etwas ziehen gelassen.

25 Quarksauce nach Art der holländ. Sauce

½ Pfund Quark wird mit etwas Milch oder Rahm verquirlt. 2 Eßlöffel Mehl werden in etwa 70 Gramm Butter hellgelb geschwitzt und mit etwas Gemüsewasser abgelöscht, 1 Idee Pfeffer und 1 Idee Salz dazugegeben. Der durchpassierte Quark wird zur Sauce in die Kasserolle gegeben, läßt einen kleinen Augenblick aufkochen und gibt das Ganze durch ein feines Sieb. In die noch warme Sauce werden 1—2 Eigelb verrührt und einige Kapern zugefügt.

Diese Quarksauce ist verwendbar für Blumenkohl, Spargel, Stangenporree, Schwarzwurzel, Rosenkohl und gedünstete Pilze. Zu den Markklößchen nach Rezept Nr. 52, zu Semmelklößchen und Kartoffelklößen kann die Sauce ebenfalls gereicht werden.

26 Sardellensauce

Zu neuen Pellkartoffeln, kalten Bratenresten, zu gedämpftem Reis, Fleischbällchen oder Quarkmarkklößchen nach Rezept Nr. 52 bereitet man folgende pikante Sardellensauce: 100 Gramm fetter Speck wird zu Würfeln geschnitten und in einer eisernen Kasserolle braun geröstet. 2 Eßlöffel Mehl, darübergestäubt, werden darin goldgelb geschwitzt. 1 Lorbeerblatt, 2 Nelken, 2 Pfefferkörner, 1 Prise Salz und Pfeffer und 1 Idee Zucker werden zugefügt. Mit etwas Wasser wird abgelöscht.

½ Pfund Speisequark wird mit ¼ Liter Milch zerquirlt und schnell in die abgelöschte Sauce gegeben. Mit etwas saurem Rahm und einigen Tropfen Fleischbrühe kann man beliebig den Geschmack verfeinern.

Vorher gewaschene Sardellen werden mit der ganzen Sauce schnell durch ein feines Sieb getrieben. Bis zum Servieren stellt man die Sardellenquarksauce etwas warm.

Kalte Saucen

27 Grundsauce

½ Pfund Speisequark wird durch ein Sieb gegeben und mit 3 Eigelb, 1 Prise Salz, 1 Idee Zucker und einigen Tropfen Zitronensaft zubereitet. Unter fortwährendem Rühren nach einer Seite wird nach und nach tropfenweise 1 kleiner Tassenkopf Öl (bei fettfreier Zubereitung Milch) beigemengt. Diese fertige Grundsauce, die sehr schnell zubereitet ist, muß kühl aufbewahrt werden.

28 Farbige Sauce

Die kalte Grundsauce, mit etwas Tomatenmark oder Anchovispaste vermischt, findet pikante Verwendung zu allen Arten von Salaten, Bratkartoffeln, Kartoffelkrocketten usw.

29 Kräutersauce

Die kalte Grundsauce kann beliebig mit verschiedenen Kräutern wie Schnittlauch und Petersilie, einzeln oder gemischt, gewürzt werden. (Auch kann man Kräuterkäse zugeben.)

30 Feine Meerrettichsauce

Mit feingeriebenem Meerrettich und etwas saurem Rahm zur Grundsauce vermengt, bekommt man eine ausgezeichnet schmeckende kalte Meerrettichsauce als Beigabe zu passenden Rohkostgerichten.

31 Quarkmayonnaise

1 hartgekochtes Ei wird ganz durch ein Sieb gerieben, mit 2 Eigelb, 1 Teelöffel Senf, 1 Prise Paprika oder Pfeffer, etwas Selleriesalz und 1 kleine Idee Zucker vermischt. In einer Porzellan- oder Tonschüssel, mit kaltem Wasser vorher ausgespült, werden diese Zutaten mit ½ Pfund Quark nach einer Seite gut gerührt. Ist eine gute Bindung erreicht, so daß sich nichts mehr voneinander teilt, gebe man einen Tassenkopf Öl tropfenweise unter fortwährendem Rühren nach einer Seite hinzu. An Stelle der Eier können auch einige Tropfen Fleischbrühe oder Zuckerfarbe zugegeben werden.

32 Remouladensauce

2 gehäufte Eßlöffel Mehl werden in Butter goldgelb geschwitzt, etwas frische Sahne oder rohe Milch zugesetzt, so daß eine sämige Sauce entsteht. ½ Pfund Speisequark wird glattgerührt und unter ständigem Rühren der Mehlschwitze zugegeben, ohne jedoch die Sauce nochmals aufkochen zu lassen. 2 Tropfen Fleischbrühe, 2 Tropfen Zitronensaft, 1 Idee Zucker, Salz und etwas Pfeffer verfeinern den Geschmack der Remouladensauce. Gekühlt aufbewahrt, gibt man die Remouladensauce zu kaltem Fisch oder über Salate verschiedener Art.

Nudel-Gerichte

Man behauptet von ihnen, daß sie zwar schmackhaft wären, aber nicht lange „anhielten". Der Volksgenosse vom Norden belächelt oft das Nudelgericht des Südens. Für ihn seien die Nudelgerichte, die hier beschrieben sind, schon deshalb empfohlen, weil sie einen weit stärkeren Nährwert durch die Speisequarkverwendung erhalten. „Nudeln kostbar gemacht", das ist das Prädikat für die nachfolgenden Originalrezepte.

44 Spinatnudeln

1 Pfund fertiges Spinatgemüse ohne Brühe wird mit 1 Pfund Quark, 1 Pfund Mehl und Salz, nach Geschmack zu einem Nudelteig geknetet. Der Teig wird auf bemehltem Brett so dünn wie möglich ausgerollt und mit dem Messer zu sehr dünnen, möglichst langen Streifen geschnitten.

Diese grünen Quarknudeln in 1½ Liter kochendes Salzwasser handvollweise hineinschütten, einmal in die Höhe kochen und bei offenem Topf etwa 2 Minuten an warmer Herdstelle ziehen lassen. Danach auf einem großlöcherigen Sieb über dem Gußstein abgießen. Mit kaltem Wasser schnell abgeschreckt und abgetropft, werden die Spinatnudeln auf gewärmter Schüssel bergartig arrangiert, mit brauner Butter übergossen und mit feingeriebenem Parmesankäse bestreut.

45 Quarknudeln

1 Pfund Speisequark, 1 reichliches Pfund Mehl, 2 Eigelb und Salz nach Geschmack werden zu einem festen Nudelteig geknetet. Der gelbe Nudelteig wird auf bemehltem Brett so dünn wie möglich ausgerollt und in lange, sehr dünne Nudelstreifen geschnitten. Die Nudeln in 1½ Liter kochendes Wasser handvollweise hineingeben, einmal in die Höhe kochen und bei offenem Topf auf kleinem Feuer 2 Minuten langsam ziehen lassen. Auf ein Sieb über dem Wasserstein abgegossen und mit etwas kaltem Wasser schnell abgeschreckt, werden sie auf erwärmter Platte mit brauner Butter und geriebenem Käse angerichtet. Man weiß ja, wozu Nudeln gereicht werden, jedoch sei erwähnt, daß Tomatensauce besser zu gelben als zu Spinatnudeln paßt.

46 Schupfnudeln

½ Pfund Speisequark, 2 Eier, 2 Eßlöffel saurer Rahm und etwas Salz gut vermengen und nach und nach 200 Gramm Mehl dazufügen. Aus diesem lockeren Teig formt man auf dem Nudelbrett fingergroße Schupfnudeln. Inzwischen macht man in einer großen Kasserolle ½ Liter Milch und 125 Gramm Butter siedend, bringt die Nudeln hinein, läßt aufgedeckt die Milch einkochen und dann die Nudeln noch schön anbacken.

47 Quarknudeln

2—3 Eßlöffel Butter oder Margarine werden schaumig gerührt, 2 Eier, 2 Eßlöffel Zucker, 1½ Pfund Speisequark und nach Bedarf 200 bis 250 Gramm Mehl darunter gemengt. Der Teig muß die Festigkeit haben, daß sich mit bemehlten Händen runde Nudeln formen lassen. In heißem Fett werden die Nudeln goldbraun gebacken. Man reicht sie mit Zucker bestreut und gibt Kompott dazu.

Knödel und Klöße

Die Meinung, zu jedem Stück Fleisch, zu jedem Gemüse oder zu jedem Salat Kartoffeln essen zu müssen, wird hinfällig mit diesen ausgezeichneten Knödelspeisen. Wer also Abwechslung in die eintönige Kartoffelküche bringen will, der soll sich das bißchen Mehrarbeit zur Herstellung dieser köstlichen Speisen machen.

48 Quarkknödel

70 Gramm Butter rührt man mit 1 ganzen Ei und 2—3 Eigelb recht schaumig, gibt 1 Pfund zerriebenen Speisequark dazu, rührt das Ganze mit etwas Salz, 1 Handvoll Weckmehl und 3—4 Eßlöffeln Mehl gut untereinander. Beliebig große Knödel legt man in kochendes Salzwasser, streut, wenn sie gar sind, Weckmehl darüber und übergießt sie mit heißer Butter.

Diese Knödel können sowohl zu Kompott als auch als Fleischgarnierung angerichtet werden.

49 Quarkklöße

1 Pfund Quark, 2 Eier und 8 Löffel Mehl zu einem Teig verarbeiten und runde Klöße daraus formen, sodann in kochendem Wasser ziehen lassen, bis sie oben schwimmen und zum Schluß mit brauner Butter oder Brosamen übergießen. Läßt man die Klöße erkalten, so schmecken sie in Nußbutter gebacken ebenfalls sehr gut, besonders zu gekochtem Obst oder Obstsalat.

50 Klöße mit Quark

2 Pfund rohe Kartoffeln reiben und in einem Säckchen gut auspressen, dann mit 2—3 gehäuften Eßlöffeln Weizenmehl und dem nötigen Salz zusammenmengen, mit einem Eßlöffel Klößchen abstechen und in kochendem Salzwasser 5 Minuten kochen.

Den Quark muß man vorher fertigmachen, mit etwas Salz und feingeschnittenem Schnittlauch und auf den Boden einer runden Gemüseschüssel streichen und warm stellen.

Die Klöße aus dem kochenden Wasser nehmen und auf die Quarkschüssel legen, mit 40 Gramm brauner Butter übergießen.

51 Semmelklöße

2 trockene Milchbrötchen, von denen die Rinde abgerieben ist, werden in Milch oder Wasser eingeweicht und fest ausgedrückt.

In ½ Pfund Speisequark, der mit 40 Gramm Butter und 1 Ei schaumig verquirlt wurde, werden die Semmeln unter ständigem Rühren vermengt. 1 Prise Muskatnuß, 1 Idee Pfeffer, 5 Gramm Salz und einige Tropfen Fleischextrakt würzen den Semmelteig. Mit bemehlten Händen werden geschwind Klöße in beliebiger Größe geformt und mit dem abgeriebenen Semmelmehl paniert. In 1½ Liter Salzwasser läßt man die Klöße einige Minuten mehr ziehen als kochen. Die fertigen Semmelklöße werden mit dem Schaumlöffel herausgehoben, auf erwärmter Platte mit brauner Butter oder gerösteten Semmelbröseln überstreut und an Stelle von Kartoffeln zu verschiedenen Tagesspeisen mit der Quarksauce Nr. 21, 22 oder 23 gereicht.

52 Markklößchen

50—60 Gramm Rindermark werden ausgelassen und abgekühlt.

1 Pfund Speisequark, 2 Eßlöffel Mehl, 2 Eigelb, 1 Prise Salz, 1 Prise geriebene Muskatnuß, 1 Prise Pfeffer werden mit dem ausgelassenen Mark zu einem Teig verrührt und das zu Schnee geschlagene Eiweiß von 2 Eiern daruntergezogen. Aus diesem gut gemengten, ziemlich dicken Brei sticht man mit einem in dem kochenden Salzwasser erhitzten Eßlöffel Klöße ab und läßt sie in kochendem Salzwasser 2 Minuten ziehen. Mit dem Schaumlöffel herausgeholt, werden sie auf einer gewärmten Platte angerichtet und mit gerösteten Semmelbröseln überstreut.

Diese nahrhaften Quarkmarkklöße können zu Fleischspeisen als Beigabe oder, mit einem Teelöffelchen geformt, als Suppeneinlagen Verwendung finden.

Wie bequem ist es doch, einen knusperig braunen Auflauf in der Form auf den Tisch zu stellen, mit einer Schüssel Salat oder Kompott dazu. Oft sind doch Fleisch- oder Gemüsereste dafür vorhanden. Und mancher Wochentag ist für einen süßen Auflauf so richtig geeignet, die besonderen Haushaltsarbeiten der Hausfrau mit geringerer Inanspruchnahme am Küchenherd zu erleichtern. Hierzu sind unsere Quarkaufläufe die geeignetsten Speisen. Leicht herzustellen, sind sie Anreiz dazu, daß der Herr Gemahl vielleicht den Auflauf selbst zubereiten könnte. Warum nicht? Und wenn Ihr Kind am Geburtstag oder an anderen Festtagen eine besondere Freude erleben soll, dann sei ihm ein süßer Auflauf nach unseren Rezepten Nr. 58 und 59 gegönnt.

53 Gemüseauflauf

Übrig gebliebenes Gemüse, einzeln oder gemischt, mit Ausnahme von Rotkraut und Rotrüben, wird in eine gebutterte und mit Semmelmehl ausgestreute Form gegeben.

½ Pfund Speisequark, mit 80 Gramm geriebenem Käse, 2 Eigelb, 1 Eßlöffel Mehl und 2 Eierschnee tüchtig verquirlt, kommt über das Gemüse in die Auflaufform. Feingeschnittene Fleischstückchen und einige Butterflöckchen bilden den Abschluß. Der Auflauf wird in heißem Backofen etwa 1 Stunde gebacken.

54 Tomatenquarkauflauf

1 Pfund Speisequark wird mit 2 Eßlöffeln Kartoffelmehl, etwas Rahm und 1 Teelöffel Salz sehr gut vermengt. 2 ganze Eier werden steif geschlagen und zur Hälfte unter den Quark gezogen.

Eine gut ausgebutterte Auflaufform, mit Semmelmehl ausgestreut, wird mit der Hälfte des zubereiteten Quarkes gefüllt. 1½—2 Pfund kleine, gleichmäßig große Tomaten werden neben- und übereinander in die Quarkmasse gesetzt. 1 feingeschnittene Zwiebel, Butterflöckchen oder feingeschnittene Speckwürfelchen und etwas Pfeffer darübergeben. Die andere Hälfte des Quarkteiges wird nun dazu gegossen. Zuletzt wird das Ganze mit der andern Hälfte der geschlagenen Eier als Guß überzogen. Den Abschluß bilden geröstete Brotbröselchen und Butterflöckchen mit geriebenem Käse. Der Auflauf wird in mäßig warmem Ofen ½ Stunde gebacken.

55 Fleischauflauf

Nieren- und Leberstückchen, mit Schweinefleisch vermischt, in Würfel geschnitten, oder Kalbfleisch werden in Mehl gewälzt und in heißem Fett mit 1 kleinen Zwiebel kurz und schnell angebräunt. Dann mit etwas Zitronensaft gewürzt und in eine gut ausgefettete und mit Semmelmehl ausgestreute Auflaufform gefüllt. Fertig gedünstete kleine ganze Pilze (Champignons oder Pfifferlinge) werden darüber gruppiert.

½ Pfund Speisequark, mit 3 Gramm Salz und 1 Messerspitze Natron vermischt, wird mit 2 ganzen Eiern sehr tüchtig geschlagen und über die Fleischstückchen und Pilze in die Auflaufform bis knapp an den Rand gegeben. Dieser Fleischauflauf wird ¾—1 Stunde im Ofen gebacken und mit einigen zurückgelassenen ganzen Pilzen garniert.

56 Speckkuchen aus Quark

200 Gramm Mehl und 1 Ei mit soviel Schmalz vermischen und mit den Händen verarbeiten, bis ein gut ausrollbarer Teig entsteht. 1 Messerspitze Hirschhornsalz und 2 gehäufte Eßlöffel Quark daruntergegeben und das Ganze an kühler Stelle ausruhen lassen.

Inzwischen bereitet man folgenden zweiten Teig: ¾ Pfund zu Streifen geschnittener Speck wird mit 1 feingeschnittenen Zwiebel goldgelb geröstet. ¾ Pfund Speisequark wird mit 2½ Eigelb, 2 Eßlöffeln Mehl und 2 Eßlöffeln geriebenem Käse gut vermischt und mit den Speckstreifchen zu einem Teig verbunden, dem ½ Messerspitze Natron oder ½ Backpulver beigegeben ist. Die Hälfte des Eiweißschnees wird zuletzt unter diesen Quarkteig gezogen. Aus dem ersten Teig wird der Tortenboden ausgerollt und in eine gut ausgefettete, mit Semmelmehl ausgestreute Tortenform gelegt. Mit dem Quarkteig wird die Form gefüllt und mit Kümmel bestreut. Nachdem der Speckkuchen in einem vorgeheizten Backofen ¾ Stunde gebacken ist, wird die andere Hälfte des Eischnees dar-

übergegeben und noch kurze Zeit im Backofen gebräunt. Schneehäufchen, einzeln außen herumgelegt, und gebräunte Speckwürfel in der Mitte, garnieren diesen pikanten Speckkuchen, der zu grünem Salat gereicht wird.

57 Käseauflauf

In ½ Pfund Speisequark gibt man ½ Pfund geriebenen Käse und mischt darunter 1 Idee Selleriesalz, 1 Prise Paprika, 1 Prise Curry, einige Tropfen Suppenwürze und 3 Eigelb. Zuletzt zieht man 3 Eiweiß darunter und schlägt alles zu einer schaumartigen Creme.

Eine gut ausgebutterte und mit Semmelmehl ausgestreute Auflaufform wird bis zu drei Viertel gefüllt und mit Flöckchen aus einem steif geschlagenen Eiweiß belegt. Das Ganze wird mit geriebenem Käse bestreut und 20—30 Minuten in heißem Ofen gebacken.

Um das Zusammenfallen des Auflaufes zu vermeiden, läßt man ihn, im Backofen stehend, bei offener Ofentüre langsam erkalten.

58 Italienische Charlotte

Eine feine Quarkcreme nach Rezept Nr. 74 oder Nr. 78 wird zubereitet. In eine Springform stellt man rings um den Rand herum frische Löffelbiskuite als Rand dicht nebeneinander und je nach Höhe der Springform übereinander geschichtet. Als Klebemasse genügt eine Eiweißbindung. Der Springformboden wird mit zerbrochenen Kuchenresten und Kuchenkrümeln, mit geriebenen Mandeln vermischt, belegt. Die helle Creme wird nun über den belegten Boden gleichmäßig gegossen, bis knapp an den oberen Rand der Löffelbiskuite. Erst nachdem die Füllmasse gut erstarrt ist, entfernt man den Springformrand und stellt den Auflauf bis kurz vor dem Servieren in die Kühle. Kleine Schokoladenplätzchen oder eine Schlagrahmgarnitur verzieren diese gesunde Speise.

59 Deutsche Lotte (Von drei verschiedenen Quarkcremes.)

Den Boden einer Glasschüssel belegt man mit kleinen Waffelstückchen, Kuchenbröckchen, mit kleinen Makrönchen. Das Ganze leicht mit Kirschwasser oder Weißwein befeuchten. An Stelle dieses können alkoholfreie Obst- oder Traubensäfte verwendet werden.

Nun wird die weiße Quarkcreme nach Rezept Nr. 78 hergestellt. Ein Drittel der Masse wird mit rotem Fruchtsaft (Himbeer-, Erdbeer-, Johannisbeersaft) gefärbt, das zweite Drittel bleibt weiß, und das letzte Drittel der weißen Creme wird mit 50 Gramm geriebener Schokolade schwarz gefärbt. Diese Cremes werden in der Reihenfolge rot-weiß-schwarz über das geschichtete Gebäck, nach jedesmaligem Erkalten der vorhergehenden Schicht, gegossen.

Eine schwarz-weiß-rote Garnitur wird erzielt mit roten Früchten, gespritzter Schlagsahne, schwarzen Pralinen oder Schokoladestückchen.

Aufläufe

Pfanne-Gerichte

Es ist gut, wenn der Kochtopf „freien Tag" haben kann. Die Pfanne muß herhalten, einerlei, ob für den Mittags- oder Abendtisch. Und meistens lockt der Duft vom Gebratenen oder Gebackenen die Kinder in die Küche. „Heut' gibt es aber was Feines?" Mit diesem Ausruf wird der Appetit auf unsere köstlichen Pfannengerichte mit Speisequarkverwendung immer angeregt werden. Gerade die Pfannengerichte beweisen die Meisterschaft der tüchtigen und erfahrenen Hausfrau. Und wenn man vom Speisequark selbst nichts verspürt als lediglich das angenehme, sättigende Gefühl, dann wird manches Lob die Hausfrau aneifern, auch unsere Eierspeisen ihrem Küchenzettel anzugliedern.

60 Bauernfrühstück

½ Pfund Speisequark und ½ Pfund Buchweizenmehl werden mit etwas Milch, 1 Prise Salz und 2 Eigelb (das Weiße zu Schnee) zu einem glatten Pfannkuchenteig verrührt.

1 Pfund Speisequark wird mit Milch oder Rahm, 1 Prise Salz, 1 Idee Pfeffer und 1 kleinen geriebenen Zwiebel gut vermischt.

Aus dem Buchweizenteig werden Pfannkuchen gebacken, mit dem Zwiebelquark gefüllt und zusammengerollt auf einer erwärmten Platte angerichtet.

61 Bayerischer Brotquark

1 großer Wasserweck wird mit 1 Stück Schwarzbrot in Wasser eingeweicht und sehr fest ausgedrückt. ½ Pfund Quark wird mit 1½ Ei, ½ Teelöffel Salz, 1 zerdrückten Fleischbrühwürfel verquirlt und mit dem ausgedrückten Brot grob vermengt, 1 feingeschnittene Zwiebel wird in 70 Gramm Butter gedämpft und schnell in den Teig hineingegeben. Von diesem Teig werden einzelne Pfannkuchen in einer Stielpfanne gebacken und jedesmal beim Umwenden mit der Gabel ganz zerrissen.

Dieses einfache Pfannkuchengericht ist als Ersatz für Bratkartoffeln passend zu grünem Salat, frischer Kresse, gebackener Leber- und Blutwurst.

62 Speckpfannkuchen mit Kartoffeln

Der in Nr. 60 beschriebene Pfannkuchenteig aus Buchweizenmehl wird über gebräunte heiße Speckwürfel, in Ringe geschnittene und gebräunte Zwiebeln, feingeschnittene gekochte Kartoffeln gegossen. Von dieser Masse werden nicht zu dicke Pfannkuchen gebacken.

Auf eine runde Platte wird abwechselnd 1 Pfannkuchen, 1 Scheibe roher Schinken, 1 Schicht Zwiebelquark (nach Rezept Nr. 60), 1 Pfannkuchen geschichtet und dies abwechselnd, bis die ganzen Pfannkuchen verbraucht sind. Als letzte Schicht ein Pfannkuchen. Die ganze Speise wird bei Tisch tortenartig aufgeschnitten.

63 Steigendes Omelett mit Konfitüre

¾ Pfund Speisequark, 3 Eigelb, 2 Eßlöffel Zucker und 1 Prise Salz werden mit 20 Gramm Butter innig verbunden und alles nach einer Seite gerührt. Unter fortwährendem Weiterrühren wird ⅛ Pfund Kartoffelmehl dazugegeben und nach und nach ¼ Liter süßer Rahm oder frische Milch dazugegossen, so daß eine dickflüssige Masse entsteht. 5 Eischnee werden zuletzt daruntergezogen. In eine Omelettpfanne so viel Butter geben, daß die Pfanne ganz davon befettet ist. Mit einer kleinen Suppenkelle wird der Teig in die Pfanne gegossen und das Omelett langsam goldbraun angebacken. Die angebackene Seite wird auf einen Teller geschoben und die schaumige Seite mit Apfel- oder Quittengeleeflöckchen betupft.

64 Salbei-Quarkküchle

1 Pfund trockener, durchgetriebener Speisequark wird, je nach Geschmack, mit etwas Zucker und 2 Gramm gestoßenem Zimt vermengt. 2 Eigelb (und wenn vorhanden, einige Reste von dickem Milchreis) daruntergezogen. Zuletzt der steife Schnee von zwei Eiern. Mit einem Eßlöffel werden von dem ziemlich dicken Teig kleine Küchlein abgestochen und in einer flachen Stielpfanne in brauner Butter auf einer Seite goldbraun gebacken. In die obere Seite der Küchlein wird je 1 gewaschenes Salbeiblättchen eingedrückt, das Küchlein schnell gewendet und nun auf der andern Seite ebenfalls goldbraun fertig gebacken. Die Küchlein werden, mit dem Salbeiblättchen nach oben, auf einer Platte angerichtet und mit schwachem Vanillezucker überstreut.

65 Holunderküchle in Quarkteig

½ Pfund Quark, 2½ Eßlöffel Kartoffelmehl oder Mondamin, etwas Zitronenzucker oder etwas Vanille und ⅛ Liter Milch oder Rahm werden zusammen glatt und dickflüssig geschlagen. 3 Eigelb und 3 steifgeschlagene Eischnee werden zuletzt daruntergezogen.

Frischgepflückte Blütendolden von Holunder mit nur einem Endchen Stiel werden, nach unten hängend, in den Teig eingetaucht. In einer eisernen Kasserolle mit kochendem Fett läßt man 2—3 Teigblüten zu gleicher Zeit goldgelb backen. Sie werden mit dem Schaumlöffel vorsichtig herausgehoben und zum Abtropfen des Fettes auf ein Fließpapier gelegt. Auf einer angewärmten Platte werden sie, noch warm mit Puderzucker bestäubt, angerichtet.

Sie sind sehr beliebt als warme Nachspeise oder erkaltet zu Kaffee, Birkensaft- oder Hagenbuttentee.

66 Speckeier

Sehr hart gekochte Eier werden geschält und ½ Stunde lang in Salzwasser gelegt, dem 1 Idee Essig zugesetzt ist. Inzwischen wird folgende pikante Speck-sauce hergestellt: 50 Gramm feingewürfelter Speck wird mit 1 feingeschnittenen mittleren Zwiebel goldbraun geröstet. Darin wird ½ Eßlöffel Mehl angeschwitzt. Mit ½ Tassenkopf Wasser löscht man ab, fügt etwas Salz und Pfeffer und 1 Prise Zucker dazu und läßt die Sauce langsam einkochen.

½ Pfund Speisequark, mit Milch oder Sahne glatt verrührt, wird durch ein Sieb unter fleißigem Rühren über die braune Sauce gegossen. Ohne aufzukochen, erhält man eine sämige Speck-sauce.

Die geschälten Eier werden halbiert und in eine hübsche Glas- oder Porzellanschüssel, mit dem gelben Dotter nach oben, gelegt. Die Speck-

sauce wird darüber gegossen und mit schmalen Schinkenstreifchen gitterförmig garniert.

Als Beigaben: Pellkartoffeln, Petersilienkartoffeln oder Kartoffelsalat.

67 Rührei mit Quark

½ Pfund Speisequark wird mit etwas Milch zerrührt, 3—4 ganze Eier darunter gegeben und der ganze Teig mit etwas Pfeffer und Salz und einigen Tropfen Suppenwürze tüchtig verquirlt. Auf die übliche Art und Weise wird nun das Rührei in der Pfanne bereitet.

68 Pommersche Austern

8 deutsche Frischeier werden sehr hart gekocht, in sehr kaltem Salzwasser ½ Stunde lang liegen gelassen. Mit einem scharfen Messer wird jedes Ei mit der Schale halbiert. Vorsichtig werden die hartgekochten Eihälften aus der Schale gehoben. Die Eier werden nun, feingewiegt, unter folgenden vorbereiteten Teig gemengt:

½ Pfund Speisequark wird mit 1½ Eßlöffel feingewiegten Kräutern (Petersilie, Schnittlauch, Pimpernell), etwas Sardellenpaste, 1 Prise Paprika, 1 Idee Zucker und etwas Salz gut vermengt. 1 mit 20 Gramm Butter gut verrührter Teelöffel Senf wird darunter gegeben. Die Füllmasse wird mit den feingewiegten Eiern vervollständigt. In jede halbe Eierschale legt man ein erbsengroßes Stückchen Butter und füllt die Schalen mit der oben beschriebenen Farce bis zum Rand. Mit der offenen Seite nach unten werden die gefüllten Eier in der Pfanne goldbraun gebacken.

Die pommerschen Austern werden, die gebackene Seite nach oben, mit gehackter Petersilie und geriebenem Käse bestreut, auf Platten serviert und zu grünem Salat gereicht.

Brotaufstriche

Die Ernährungsgelehrten haben den Beweis erbracht, daß ein Stück Schwarzbrot, mit Butter und Speisequark bestrichen, sämtliche Aufbaustoffe des Menschen enthält. Dieser Hinweis wird genügen, die nachstehend beschriebenen nahrhaften und appetitlichen Brotaufstriche möglichst oft zu verwerten. Ob nun ein Besuch plötzlich kommt, dem man zum Gläschen Wein eine bunte Platte reichen muß, ob Vater heute abend Herrengesellschaft hat, wo zum Bier ein kleiner Happen gegessen wird, oder ob die übliche „Belegte-Brötchen-Platte" abwechslungsreich gestaltet werden soll, immer werden die vier Brotaufstrichrezepte schnell und zuverlässig aus der Klemme helfen. Natürlich, der gute Speisequark und einige Gewürze gehören ständig in die Speisekammer!

Weißer Quarkaufstrich: ¼ Pfund Speisequark wird mit 30 Gramm schaumig gerührter Butter gut vermischt, mit etwas Salz, 1 Prise Pfeffer und feingeschnittenem Schnittlauch abgeschmeckt.

Gelber Quarkaufstrich: Wie oben, nur statt Schnittlauch 1 Eigelb.

Roter Quarkaufstrich: Wie weißer Quark, nur statt Schnittlauch 1 Eßlöffel Tomatenmark.

Grüner Quarkaufstrich: Zum Färben nimmt man einige Tropfen Spinatsaft.

Kräuter-Quarkaufstrich: Getrocknete Kräuter (Majoran, Thymian, Pimpernell) zwischen den Händen zu Pulver verreiben, unter ¼ Pfund mit Salz und Pfeffer zubereiteten Quark mischen. An Stelle von geriebenen Kräutern kann auch gemahlener Kräuterkäse verwendet werden.

Senf-Quarkaufstrich: 3 Eßlöffel Senf, 1 Prise Zucker, etwas Öl, etwas Zitronensaft, 1 Idee Salz und etwas Pfeffer werden mit 3 durch ein Sieb geriebene Sardellen unter ½ Pfund Speisequark nach einer Seite gerührt, bis alles gut verteilt ist.

70 Fleischquark als Brotaufstrich

1½ Pfund Speisequark wird mit ⅛ Liter saurem Rahm, ½ Eßlöffel Salz vermischt, etwas Paprika und 1 Idee Zucker zugegeben und zu einer streichfähigen Masse schlagrahmähnlich geschlagen.

¼ dieser Quarkmasse wird mit Schinken oder Speckwürfelchen gemischt, ¼ dieser Quarkmasse wird mit feingewürfelter Fleischwurst gemengt, ¼ dieser Quarkmasse wird mit Zervelat- oder Salamiwürfelchen gemengt, ¼ dieser Quarkmasse wird mit Würfelchen aus kaltem Kalbs- oder anderem Braten gemischt.

Mit diesen 4 verschiedenen Quarken können Schwarzbrot- oder Toastscheiben bestrichen werden.

71 Schwedenplatte

Brotscheiben aus Pumpernickel und Weißbrot werden mit Butter bestrichen und mit verschiedenen Quark-Brotaufstrichen nach den Rezepten Nr. 69 und Nr. 70 belegt. Verschieden belegte Brotscheiben werden mehrfach übereinander geschichtet und daraus zweifingerbreite Streifen, Drei- oder Vierecke geschnitten.

Zu Knäckerbrot paßt Kräuterquark und grüner Quark. Weckschnitten werden mit Fleischquark belegt. Aus allen diesen verschiedenen Brotsorten ordnet man eine geschmackvolle Platte, garniert sie mit hartgekochten Eischeiben, Kapern, Schalotten, Sardellen, Schinkenstreifen oder Tomatenscheiben.

Quarkkäse 72 Kochkäse

Beim Kochen schlickrig gewordene Milch läßt man durch ein reines Tuch ablaufen, mischt mit etwas Kümmel, 1 feingehackten Zwiebel, Pfeffer und Salz und gibt das Ganze mit einem Stück Butter unter 1 Pfund Speisequark. Diese Masse wird aufgekocht und kühlgestellt. Man schlägt sie zum Aufbewahren in ein feuchtes Tuch, das in Salzwasser ausgerungen wurde.

Cremes und Puddings

Das ist das Richtige für unsere Süßschnäbel! Will man diese Rezepte als Nachspeisen verwenden, dann sind sie wegen ihres Nährwertes und ihrer leichten Verdaulichkeit besonders zu empfehlen. Dem Rohköstler lacht das Herz im Leibe, wenn er gerade in dieser Abteilung besonders schmackhafte und preiswerte Rezepte findet. Und an Stelle des oft gesundheitswidrigen Schokoladetrinkens und Kuchenessens bei Kinderfesten sollte man die Quarkcremes, hübsch garniert, den Kleinen am Nachmittag des Festtages vorsetzen. Gerade die Quarkverwendung in diesen Speisen bewahrt manches Süßschnäbelchen vor verdorbenem Magen. Für jede Jahreszeit finden Sie die geeignete Kaltschale oder Creme, und jede Fruchternte kann mit der entsprechenden Fruchtcreme besonders gefeiert werden.

73 Eiercreme (Rohkost)

In ½ Pfund Speisequark über Nacht ½ Stange Vanille und etwas Zitronenschale stecken. Dieser aromatische Quark wird anderntags mit einer Reibekeule durch ein enges Haarsieb gerieben. 6 Eigelb, mit 150 Gramm Zucker schaumig gerührt, werden der Quarkmasse zugefügt. 30 Gramm aufgelöste weiße Gelatine und 1 Prise Salz in die Masse geben. ¼ Liter Schlagrahm und 6 Eiweiß werden steif geschlagen, unter fortwährendem Rühren daruntergegeben. Zum Erkalten in eine Glasschüssel geben und mit Schokoladekrümelchen bestreuen

74 Eiercreme (gekocht)

½ Pfund Speisequark mit 3 Eßlöffeln süßer Sahne und 1 Schuß Milch verquirlen. 1 Päckchen Vanillin, 1 Idee Salz, 2 Eßlöffel Mondamin und etwa 3 Eßlöffel Zucker darin vermischen und die ganze Masse unter fortwährendem Rühren schnell aufkochen lassen. Nachdem die Masse durch ein Haarsieb passierte, zieht man 6 Eigelb und zu Schnee geschlagenes Eiweiß darunter, gibt alles in eine schöne Schüssel aus Glas oder Porzellan und stellt sie kühl.

Frische, doch trockene rote Beeren (Erdbeeren, Himbeeren) werden als Garnitur am äußeren Rand und in der Mitte verwendet. Je nach der Jahreszeit kann man auch Brombeeren mit Himbeeren abwechselnd verwenden. Weinbeeren, Eiswaffeln in Dreiecken oder Schlagsahne bereichern die Garnitur in den Wintermonaten.

75 Schokoladencreme

An Stelle der 6 Eigelb des vorigen Rezeptes werden 125 Gramm geriebene Schokolade unter die Masse gezogen.

76 Gelierte rote Quarkspeise (Rohkost)

50 Gramm rote Gelatine mit der Schere in kleine Streifen schneiden, sehr schnell kalt waschen, etwas geriebene Zitrone und Zitronensaft zufügen und mit 150 Gramm Zucker und 1 Schuß Wein klarrühren.

1 Pfund durch ein Haarsieb getriebener Speisequark wird dazu gegeben und alles gut vermischt. Eine mit etwas Öl ausgepinselte Schüssel wird mit dieser Rohkostspeise gefüllt und auf Eis gestellt. Nach kurzer Zeit kann die Speise gestürzt und mit weißen Mandelstiften verziert werden. Kalte Milch oder Vanillesauce in Kännchen dazugeben.

77 Gelierte weiße Quarkspeise

Dieselbe Herstellungsweise wie vorher, jedoch unter Verwendung von 50 Gramm weißer Gelatine. Die Garnitur besteht jetzt aus roten Beeren, und im Kännchen wird roter Fruchtsaft oder rote kalte Weinsauce dazugereicht.

78 Weiße Vanillecreme, gekocht

½ Pfund Quark mit 3 Eßlöffeln süßer Sahne und 1 Schuß Milch verquirlen. 1 Päckchen Vanillin, 1 Idee Salz, 2 Eßlöffel Mondamin und etwa 3 Eßlöffel Zucker darin vermischen und die ganze Masse unter fortwährendem Rühren schnell aufkochen lassen. Nachdem die Masse durch ein Haarsieb passierte, zieht man das zu Schnee geschlagene Eiweiß von 4—5 Eiern darunter, gibt alles in eine schöne Glas- oder Porzellanschüssel und stellt sie kühl. Mit etwas frischen Früchten, Zitronat und geschlagenem Rahm verzieren.

79 Weiße Vanillecreme (Rohkost)

In ½ Pfund Quark wird über Nacht ½ Stange Vanille und etwas Zitronenschale gesteckt. Dieser aromatische Quark wird anderntags mit einer Reibekeule durch ein enges Haarsieb gerieben. 150 Gramm Zucker werden der Quarkmasse zugefügt. 30 Gramm aufgelöste weiße Gelatine und 1 Prise Salz in die Masse gegeben. ¼ Liter Schlagrahm und 6 Eiweiß werden steif geschlagen, unter fortwährendem Rühren darunter gezogen. Zum Erkalten in eine Glasschüssel geben und mit Schokoladekrümelchen bestreuen.

80 Rote Fruchtcreme

Überreife Himbeeren oder Erdbeeren oder Johannisbeeren werden mit der Reibekeule durch ein enges Haarsieb gedrückt. Diese dicke Fruchtmasse zieht man unter eines der beiden vorhergehenden Rezepte. Auf ½ Pfund Quark rechnet man ½ Pfund Obst.

81 Weincreme

Im Wasserbade werden in einem irdenen Topf 1 Pfund Quark mit ½ Liter Weißwein verquirlt. 200 Gramm Zucker, 1 Idee Salz, 1 Stückchen Zimt, ½ abgeriebene Zitrone, einige Tropfen Zitronensaft und 3—4 Eigelb, 1½ Eßlöffel Mondamin werden der Quarkmasse zugefügt. Diese Creme im Wasserbade mit dem Schneeschläger ¼ Stunde schlagen. Zuletzt den Schnee von 3—4 Eiern darunterziehen. Die Creme wird in helle Weingläser gefüllt und mit hellen Weinbeeren, mit etwas Kirschwasser besprengt, garniert.

Eiswaffeln, Wein- oder Teegebäck mit anbieten.

82 Walnußcreme (Rohkost)

Cremes

Mit ½ Pfund halbierter abgezogener Walnüsse wird der Boden einer Glasschüssel gefüllt. Zucker wird darüber gestreut und das Ganze mit einigen Tropfen Likör angefeuchtet.

¼ Pfund Walnüsse, fein gewiegt oder gemahlen, wird unter 1 Pfund sehr gut geschlagenen und mit 2—3 Eßlöffel Honig gesüßten Speisequark untermischt. ¼ Liter geschlagenen süßen Rahm und 20 Gramm aufgelöste Gelatine werden unter dauerndem Schlagen unter die Quarkmasse gegeben. Mit dieser Creme übergießt man die angefeuchteten Walnüsse in der Schüssel und garniert das Ganze mit einigen halbierten, abgezogenen Nüssen.

83 Quark mit Eigelb

½ Pfund durchgetriebener Speisequark wird mit 100 Gramm Markenbutter, 4 Eigelb, 1 Teelöffel Vanillezucker, etwas Zitronenzucker oder 1 Idee abgeriebener Zitrone, 1 Prise Salz und 2½ Eßlöffel gesiebtem Puderzucker so lange nach einer Seite gerührt oder mit dem Schneeschläger geschlagen, bis eine glatte feine Masse entsteht.

Diese nahrhafte Eierspeise wird als Rohkostkur, täglich einmal genommen, zur Nervenstärkung oder eßlöffelweise bei Erschöpfungszuständen angewendet. Diese Speise ohne Vanille- oder Zitronenzucker wird als Rohkost-Brotaufstrich gerne bei Käseplatten verwendet.

84 Quarknußpudding

Puddings

5 Eigelb, 40 Gramm Butter, 200 Gramm Zucker, werden nach einer Seite schaumig gerührt, 1 Pfund Speisequark wird mit ½ abgeriebenen Zitrone, 1 Messerspitze gemahlenem Zimt, 1 Prise Salz, einigen Tropfen hellem Likör gut geschlagen. Nach und nach werden 100 Gramm Mon-

damin dazugegeben. Diese Masse wird nun unter die schaumig gerührte Butter gemengt und tüchtig geschlagen. Jetzt gibt man nacheinander ¾ Pfund gewiegte und geschälte Nüsse oder ½ Pfund süße Mandeln dazu und zieht zuletzt den Eischnee mit 1 Messerspitze Natron darunter.

Eine gut ausgefettete Puddingform wird mit geriebenem Zwieback und gewiegten Nüssen ausgestreut. Mit der Masse nur ¾ hoch gefüllt und fest verschlossen im Wasserbade 1 Stunde gekocht. Die Form nach dem Kochen erst langsam öffnen, damit der unter dem Deckel angesammelte Dampf abziehen kann. Nach dem Erkalten wird der Pudding auf eine Glas- oder Porzellanplatte gestürzt. Kalte oder heiße Weinsauce oder auch rote Fruchtsaucen dazu reichen.

85 Quarkkaltschale mit Eierschnee

10 Gramm Kartoffelmehl werden in ¾ Liter Milch mit 1 Stückchen Vanille, 1 Idee Zitronenschale, 1 Prise Salz und 40 Gramm Zucker aufgekocht.

½ Pfund Speisequark wird daruntergerührt und die ganze Suppe nun durch ein feines Sieb gegeben. 2—3 Eischnee werden so locker darundergezogen, daß einige Schneeflöckchen oben schwimmen.

86 Alpenglühen

1 Pfund Quark wird ohne Zusatz von Rahm oder Milch durch ein Haarsieb getrieben. Rote ganze Früchte, auch aus dem Rumtopf, werden mit gesiebtem Puderzucker leicht gesüßt und mit einigen Tropfen Zitronensaft, etwas Marascino oder 1 Schuß Likör in den Quark gegeben. Diese rote Quarkfruchtcreme wird mit einer Holzkelle in einer Ton- oder Porzellanschüssel etwa 20 Minuten nach einer Seite hin gerührt. Die Speise bleibt in der Porzellanschüssel und wird mit Schlagsahne oder anderer weißer Verzierung garniert.

87 Herzblättchens Lieblingsspeise

Etwa ½ Wasserglas ausgezupfter frischer Himmelschlüsselblüten, 5 Stück allerkleinster Birkenblättchen, 2 Schwarz- und 2 Weiß-Johannisbeerblättchen und 5—6 Himbeerblättchen legt man in eine Glasschüssel, überstreut sie mit 2 Eßlöffeln Zucker und stellt das Ganze, gut verschlossen, 1 Stunde in die Sonne. Danach werden 1½ Glas Weißwein darübergegossen. Jetzt erst werden 5—8 Waldmeisterblättchen dazugegeben und dann nochmals unter Verschluß 1 Stunde stehengelassen. An Stelle von Weißwein kann auch alkoholfreier heller Frucht- oder Traubensaft verwendet werden.

¾ Pfund durchgetriebener Speisequark wird mit der abgezogenen Bowle vermischt, schlagrahmähnlich geschlagen und mit ½ Eßlöffel Zucker gesüßt.

In eine gut gekühlte, trockene Glasschale werden 100 Gramm feine Speiseschokolade gerieben und die fertige aromatische Quarkmasse mit einer großen Teigspritze darübergespritzt oder glatt gegossen. Etwas geriebene Schokolade und ein kleiner Blütenstern in der Mitte verzieren diese aromatische Frühlingsspeise.

88 Waldmeisterquark

Frischen Waldmeister läßt man auf die bekannte Art zugedeckt in einem Glas Weißwein ziehen.

1 Pfund Speisequark, mit 125 Gramm Puderzucker und etwas Rahm zubereitet, wird mit obiger aromatischer Waldmeisterbowle vermengt und tüchtig geschlagen. Der Waldmeisterquark wird in eine Schüssel gegossen und kann mit Waldmeisterblättchen, halbierten Mandeln oder gespritzter Schlagsahne verziert werden. Waffeln und Teegebäck ergänzen diese erfrischende aromatische Speise.

89 Süße Quarkspeisen-Rohkost mit Früchten

1 Pfund Quark, mit etwas Sahne oder Milch verdünnt, wird mit 125 Gramm Zucker zubereitet. 2 bittere Mandeln oder 2 Kerne aus aufgeklopften Fruchtsteinen werden gemahlen und mit Fruchtsaft je nach Geschmack oder Farbgebung dem Quark zugefügt. Diese dickflüssige Masse wird durch ein Sieb getrieben und schaumig geschlagen.

Man serviert diese gesunde Rohkost in Glastellerchen oder hellen Weingläsern. Sie ist besonders erfrischend an heißen Tagen, für Fieberkranke und wirkt beruhigend bei Nervenleiden.

90 Hagebuttenquark auf Rohkostart

Getrocknete und gut gequollene Hagebutten oder ganze, frische Hagebuttenfrüchte mit Körnern gut zerstampft, reibt man mit 1 Pfund sehr fest ausgepreßtem Speisequark durch ein Haarsieb. 1 Prise Salz, 1 Idee abgeriebene Zitronenschale, Puderzucker nach Geschmack, 1 kleiner Schuß Weißwein, werden gut daruntergemischt. Das Ganze wird kurze Zeit tüchtig geschlagen und in einer Porzellan- oder Glasschüssel mit einer Garnitur aus Schlagsahne oder gesüßtem Eierschnee gereicht.

Diese herbe, doch pikante Quarkspeise wird besonders von Herren bevorzugt.

91 Schlehenquark (Rohkost)

An Stelle der Hagebutten werden getrocknete und gut gequollene oder frische Schlehen unter die Quarkmasse gegeben. Zu dieser Schlehenspeise reicht man hellen Fruchtsaft von eingemachten Früchten oder Pumpernickel und Knäckebrot mit Butter. Vorzüglich für Herren geeignet.

92 Hagebuttenquark (Hägemark)

1 Pfund Speisequark mit 125 Gramm Zucker und etwas Sahne schlagrahmähnlich schlagen. Hagebutten werden als Kompott gekocht und ziemlich flüssig in einer Glasschüssel angerichtet. Der geschlagene Quark wird gleichmäßig über das Hagebuttenkompott gegossen. Einzelne, gut abgetropfte Hagebutten können als Garnitur mit kleinen Zitronatstückchen abwechselnd dazu verwendet werden.

93 Gefüllte Aepfel

2 Pfund schöne, große Weinäpfel werden gewaschen und von der oberen Seite her stark ausgehöhlt. Einige grobgehackte Mandeln mit Rosinen vermischt, füllen ⅓ der Apfelhöhlung. Beschlossen wird die Füllung mit einer fein zubereiteten Quarkcreme nach Nr. 74. Die gefüllten Äpfel werden zusammen in einer Auflaufform oder einzeln in kleinen feuerfesten Förmchen im Ofen knusperig gebacken. Noch warm mit Puderzucker bestäuben und sofort servieren.

94 Apfelquark

1 Pfund Speisequark wird mit 60 Gramm Puderzucker, 1 Idee geriebener Zitronenschale und etwas Vanillezucker zubereitet. 4 große rohe geschälte Äpfel werden auf einer Glasreibe gerieben und sehr schnell mit etwas Zitronensaft oder Weißwein mariniert, damit sie nicht nachbräunen. Der zubereitete Quark wird mit den geriebenen Äpfeln etwa 5 Minuten gut geschlagen und kühl gestellt.

Die Speise kann in einer Glasschüssel, kleinen Glastellerchen oder in hellen Weingläsern mit Waffeln und anderem Gebäck gereicht werden.

95 Quarkkost mit Dörrobst

½ Pfund gut gewaschener Pflaumen, Pfirsiche oder anderes Dörrobst wird über Nacht in etwa ½ Glas Wasser mit einer kleinen Zugabe von Zucker, 1 Stückchen Zimtschale und 1 Stück Zitronenschale stehengelassen. 1 Pfund durchgetriebener Speisequark, mit ⅛ Liter saurem Rahm vermischt, wird mit dem abgegossenen Obstsaft, einigen grob gehackten Mandeln und 2 bitteren Mandeln vermengt.

Gut abgetropft gibt man das Obst in eine Glasschale und gießt den Quark darüber.

96 Zitronenquark

1 Pfund Speisequark, mit 125 Gramm Puderzucker und etwas Sahne zubereitet, wird mit dem Saft von 1½—2 mittleren Zitronen gut geschlagen und auf Tellerchen oder in hellen Weingläsern serviert.

Als Garnitur Schlagsahneverzierung.

97 Orangenquark

1 Pfund Speisequark mit 60 Gramm Puderzucker und etwas Sahne zubereitet, wird mit 1 Kaffeetasse ausgepreßten Orangensaftes, etwas geriebener Orangenschale gut geschlagen.

Dieser Orangenquark, besonders für die Wintermonate geeignet, kann auf Glastellerchen oder in hellen Weingläsern als Nachspeise gereicht werden.

98 Bananenquark (Rohkost)

1 Pfund durchgetriebener Speisequark wird je nach Geschmack mit gesiebtem Puderzucker gesüßt. 4—5 große, sehr reife Bananen werden in einem Suppenteller mit einer silbernen oder Holzgabel zerdrückt und zu einem dünnen Brei verrührt. Unter ständigem Schlagen wird der Bananenbrei dem Speisequark zugegeben und schlagsahneähnlich schaumig gerührt.

Ganz ohne Zucker zubereitet und serviert, ist der Bananenquark eine vorzügliche Diätrohkost für Kinder und Kranke.

99 Ananasquarkspeise

Ananasscheiben (Büchsenananas) werden in eine Glasschüssel gelegt. Der Saft hiervon wird je nach Geschmack mit etwas Puderzucker nachgesüßt oder auch naturell gelassen und mit ½ Pfund Quark zusammen schaumig gerührt. ¼ Liter süße Sahne wird mit etwas Vanillezucker geschlagen und unter die Ananasquarkmasse gezogen.

Diese gut geschlagene Quarkmischung wird in die Glasschüssel über die Ananasscheiben gegossen. Nicht ganz bis zum Schüsselrand füllen, damit man mit Ananasstückchen oder Sternchen diese köstliche Süßspeise garnieren kann. Es empfiehlt sich, diese Speise auf Eis zu stellen und möglichst bald zu reichen.

Früchteschalen

Kuchen und Torten

„Wer backt den besten Kuchen?" Schmeckt Muttis Jägertorte besser als der Käsekuchen von Tante Julia? Oder war der Lebkuchen vom Konditor bekömmlicher als der selbstgebackene, den Großmutter zu Weihnachten geschickt hat? „Die Backkunst der Hausfrau ist erkenntlich am Kuchenteig", hat einmal ein ganz gerissener Junggeselle behauptet. Und oft kostete der Besuch unter Kopfschütteln den ersten Bissen des neuen Kuchenrezeptes, wenn er hörte, daß Speisequark „darunter" sei. Aber immer war vom Kuchen und vom Gebäck auch nicht ein Stückchen mehr übrig, so gut hat es allen geschmeckt. Und die Lehr' von der Geschicht': „Vergiß den Quark beim Kuchen nicht!"

100 Grießkuchen

5 Eigelb werden mit 80 Gramm Butter und 200 Gramm Zucker schaumig gerührt. 60 Gramm süße und 3 Stück bittere feingewiegte Mandeln gibt man dazu und schüttet unter ständigem Rühren nach und nach 250 Gramm Weizengrieß hinein.

¾ Pfund Speisequark, mit etwas süßem Rahm oder Milch zerrührt, wird mit ½ Teelöffel Salz, ½ abgeriebenen Zitrone und 1 Eßlöffel Rum oder Arrak geschmeidig geschlagen. Dieser Quark wird nun unter die Grießmasse gemischt und unter das Ganze der Eischnee gezogen. Der steife Teig kommt in eine gut ausgefettete und ausgestreute Rodonkuchenform und wird bei mäßiger Hitze 1¼ Stunde gebacken.

101 Marmorkuchen

Bei Herstellung eines Marmorkuchenteiges wird die Hälfte des Teiges mit 200 Gramm geriebener Schokolade vermengt und abwechselnd 1 Löffel hellen und 1 Löffel dunklen Teiges in die Form gegeben.

Der Grießkuchen wird, ohne Schokolade, mit einer weißen Gußmasse nach Rezept Nr. 119, der Marmorkuchen mit Schokoladenguß nach Rezept Nr. 119 garniert.

102 Käsetorte

Eine gut ausgefettete Springform wird mit Butterteig ausgelegt und mit folgender Masse gefüllt: 1½ Pfund Speisequark wird mit 100 Gramm Zucker, 50 Gramm Rosinen, 50 Gramm feingewiegte Mandeln ohne Schale, 1 feingewiegte bittere Mandel, 1 Eßlöffel Mehl, 2 Eigelb und einigen Tropfen hellen Likörs zu einer cremeartigen Masse gequirlt. Der steifgeschlagene Eischnee wird zuletzt darunter gegeben. Die Quarktorte benötigt etwa ½ Stunde Backzeit in mäßig heißem Ofen.

103 Brieftaschen

Aus Butterteig werden Vierecke geschnitten, gibt in die Mitte einen beliebigen süßen Quark oder die vorher beschriebene Füllmasse und legt die Spitzen der Vierecke gut übereinander. Die Brieftaschen werden mit gequirltem Eigelb gut bestrichen, mit Hagelzucker bestreut und für 5—10 Minuten in den gut erhitzten Backofen geschoben.

104 Quarkstrudel

Aus ½ Pfund Mehl, 2 Eiern, ¼ Pfund Speisequark, 70 Gramm Butter, 50 Gramm Zucker und 1 Eßlöffel Rum wird ein geschmeidiger Strudelteig geknetet, läßt ihn etwas ruhen und rollt ihn dann auf einem bemehlten kleinen Tischtuch oder einer großen Serviette sehr dünn aus.

Die Quarkfüllung wird zubereitet aus: 1¼ Pfund durchgetriebenem Speisequark, mit süßem Rahm vermischt, 200 Gramm süße und 5 Gramm bittere abgezogene und feingewiegte Mandeln, ½ abgeriebene Zitrone, 60 Gramm Zucker, 2 Eigelb werden gut verrührt. Diese feine Masse wird auf den ausgerollten Strudelteig ausgestrichen, wobei die Ränder des Teiges freibleiben. Der Strudel wird zusammengerollt, indem man die Serviette an einer Seite hoch hebt und dadurch den Teig zusammenrollen läßt. Auf einem gebutterten Blech wird der Strudel langsam in heißem Ofen gebacken, bestreicht ihn mit brauner Butter und läßt ihn im Backofen einen Augenblick bräunen. Zuletzt wird der Strudel mit Puderzucker bestäubt.

105 Stacheibeertörtchen mit Quark

¼ Pfund Speisequark wird mit 125 Gramm Butter, 1 Prise Salz und 1 Ei schaumig gerührt. Soviel Mehl dazugeben, daß der Teig ausgerollt werden kann. Kleine ausgefettete Tortenförmchen erhalten Boden und Rand aus diesem Teig. Süß angemachter Quark, mit Eiweiß geschlagen,

wird zu einem Drittel in die ausgelegten Förmchen gefüllt, ganze, gedünstete Stachelbeeren, gut abgetropft, daraufgelegt und reichlich mit Zucker bestreut. 10 Minuten lang werden die Törtchen in mäßig heißem Ofen gebacken.

Dieses Rezept ist anwendbar auch bei Erdbeeren, Kirschen, Johannisbeeren.

106 Bienenkorb mit Honigquark

Eine nahrhafte, leicht zu bereitende Süßkostfüllung für den Bienenkorb nach Rezept Nr. 18 wird folgendermaßen hergestellt:

40 Gramm Butter wird mit ¼ Liter Honig, etwas Mondamin, 1 Idee Zimt, etwas Vanille schaumig gerührt und mit 6 Eigelb innig verbunden. 1 Pfund Quark wird unter ständigem Rühren nach einer Seite dazugegeben. In die feine glatte Masse, die etwa ½ Stunde lang gerührt wurde, zieht man ¼ Liter geschlagenen Rahm und zuletzt den steif geschlagenen Schnee von 6 Eiern darunter.

107 Semmelquarktorte mit Kirschen

3 Milchbrötchen werden in Milch eingeweicht und sehr fest ausgedrückt. 1 ganzes Ei mit Zucker, 1 Idee Zimt und etwas geriebene Zitronenschale wird mit den Semmeln vermengt. Dieser Teig wird in eine sehr gut ausgefettete Spring- oder Auflaufform gefüllt. Gut gewaschene oder abgetropfte Kirschen werden zweifingerbreit darauf gelegt und gut mit Zucker bestreut.

¾ Pfund Speisequark wird mit 110 Gramm grobem Zucker und 1 gehäuften Teelöffel Mondamin zerrührt und kommt auf die Kirschen in die Auflaufform. Mit 1 Eigelb wird die Füllung bestrichen. Butterflöckchen werden obenauf gelegt und das Ganze 1 Stunde in mäßig heißem Ofen gebacken. Statt der Kirschen können feingehobelte Apfelschnittchen, die jedoch reichlich mit Zucker bestreut sein müssen, verwendet werden.

108 Apfelquarktorte ohne Boden

Eine sehr gut ausgebutterte Springform wird mit geriebenem Zwieback bestreut. Der Boden muß besonders dick mit den Zwiebackbröseln bedeckt sein. Eine Oblate in Größe des Tortenbodens kommt darüber.

1 Pfund Speisequark wird mit ⅛ Liter süßem Rahm oder mit 70 Gramm schaumig gerührter Butter, 2 Eßlöffeln Mehl und 2 Eigelb fleißig verrührt. 160 Gramm Zucker, 1 Prise Salz, 1 Teelöffel geriebene Orangen- oder Zitronenschale werden unter die Masse geschlagen. Unter das Ganze 3 Eischnee ziehen. Mit dieser Masse wird die Tortenform zur Hälfte gefüllt. 4 große, feingehobelte Weinäpfel werden möglichst trocken darauf gelegt und mit reichlich Zucker und etwas gestoßenem Zimt bestreut. 1 Tröpfchen Kirsch, Rum oder Arrak durchziehen aromatisch die Äpfel. Ein dicker Kranz von 125 Gramm gut ausgesuchter Rosinen wird in Kranzform auf die Äpfel gelegt. Jetzt kommt die andere Hälfte der Quarkmasse darüber, gießt reichlich zerlassene Butter darauf und bestreue nochmals mit einer guten Handvoll Hagelzucker.

Die Quarktorte wird in mäßig heißem Ofen 1 Stunde lang gebacken.

109 Jägertorte

½ Pfund Speisequark wird mit ½ Pfund Zucker, 4 Eigelb und 2 ganzen Eiern, ½ Pfund mit der Schale geriebenen trockenen Mandeln und 5—6 Stück bitteren Mandeln gut vermischt, ½ Stunde lang nach einer Seite fleißig gerührt. Danach wird 1 Prise Salz, ½ abgeriebene Zitrone, einige Tropfen Zitronensaft und ½ Eßlöffel Kirschwasser dem zubereiteten Quark zugegeben und das Ganze nochmals eine gute Viertelstunde nach einer Seite gerührt. 4 Eiweiß werden zuletzt darunter gezogen. Die ganze Masse wird in eine gut ausgefettete und ausgestreute Springform gegeben und in mäßig heißem Backofen 1 Stunde gebacken. Aus der Springform genommen, wird die Torte mit grünem Guß nach Rezept Nr. 119 überzogen.

110 Weinbeertorte mit Meringenboden

1½ Pfund gleichmäßige, abgestielte Weinbeeren werden in einer Porzellanschüssel tüchtig mit Zucker bestreut. ⅛ Liter Weißwein mit einigen Tropfen Zitronensaft und 1 Idee abgeriebener Zitrone wird mit ½ Teelöffel Vanillezucker gesüßt über die Weinbeeren gegossen. Das Ganze 1 Stunde zugedeckt ziehen lassen.

Unter 70 Gramm schaumig gerührte Butter gibt man 3 Eigelb, ½ Teelöffel Salz, ½ Teelöffel gestoßenen Zimt und 3 Eßlöffel feines Mehl, rührt den Saft der inzwischen abgegossenen Weinbeeren darunter und schlägt das Ganze, gut vermischt, unter 1½ Pfund durchgetriebenen Speisequark. 4—5 Eiweiß werden mit 250 Gramm gesiebtem Puderzucker und einigen Tropfen Arrak zu einem sehr steifen Schnee geschlagen. Dieser Schnee wird mit einer groben Teigspritze auf den Boden einer gut eingebutterten und ausgestreuten Springform dicht neben- und aufeinander gespritzt. Statt mit der Teigspritze kann die Masse mit einem in kaltes Wasser getauchten Eßlöffel auf den Boden der Springform fingerdick glatt gestrichen werden. Der Meringenboden wird zunächst im Backofen goldgelb ausgetrocknet. (Nicht ausgebacken!) 1 Lage gut abgetropfter Weinbeeren wechselt als Füllmasse ab mit einer Lage des zubereiteten Quarkteiges. Die Füllung wird mit einer Lage Weinbeeren abgeschlossen. Die oberste Lage wird mit einem Schneegitter bespritzt und das Ganze in mäßig warmem Ofen gebacken.

Diese Torte kann selbstverständlich auch auf einem Butterteigboden hergestellt werden.

111 Schlagrahm aus Quark

Frischer Quark wird durch ein enges Haarsieb getrieben und mit etwas Milch oder Sahne tüchtig geschlagen. Aromatische Zutaten, wie heller Likör, heller Wein oder andere helle Essenzen werden nach Geschmack tropfenweise hinzugegeben. 1 Prise Salz und etwas feingesiebter Puderzucker müssen noch zugefügt werden. Kandierte Früchte, gezuckerte kandierte Nüsse oder hübsch geschnittene frische Früchte dienen als Garnitur. Diese Schlagsahne kann als Nachspeise, in hellen Weingläsern serviert, oder auch als Füllmasse für allerlei Backwerk verwendet werden.

112 Windbeutel und Mohrenköpfe aus Quark

In ⅛ Liter Wasser werden 175 Gramm Butter mit 1 Prise Salz aufgekocht, 150 Gramm Mehl dazugegeben und tüchtig abgerührt.

1 Pfund Speisequark, 15 Gramm Zucker, 1 Eßlöffel abgeriebene Zitronenschale und 1 Eßlöffel Rum werden darunter gemischt und unter das Ganze nach und nach 4 ganze Eier (die zuvor in warmem Wasser erwärmt wurden) gezogen. Der ganze Teig muß so steif sein, daß er am Löffel hängen bleibt.

Auf ein gut gefettetes Blech werden mit einem in kaltes Wasser getauchten Eßlöffel kleine Häufchen gesetzt. Bei 125 Grad Backofenhitze werden die Häufchen 20—30 Minuten lang gebacken. Ein Nadelstich in die Häufchen zeigt, ob sie gar sind.

Will man Windbeutel reichen, so schneidet man von dem gut abgekühlten Gebäck 1 Häubchen ab, füllt den Quarkschlagrahm nach Rezept Nr. 111 reichlich hinein und setzt das Häubchen locker auf. Die Windbeutel werden mit Puderzucker bestäubt.

Bei Mohrenköpfchen wird das Gebäck von unten her ausgehöhlt, mit Schlagrahm gefüllt und das Ganze mit Schokoladenguß bestrichen. Im Ofen kurze Zeit trocknen lassen.

113 Cremeschnitten aus Quarkblätterteig

Ein steifer Teig wird zubereitet aus 1 Pfund Speisequark, ¾ Pfund locker gesiebtem Mehl, ½ Pfund Butter, 1 Eßlöffel Zucker, 1 Eßlöffel Rum und 1 Prise Salz.

Den Teig rollt man ganz dünn aus, legt ein Butterflöckchen in die Mitte und schlägt ihn einmal zusammen. So bleibt der Teig einige Minuten ruhig liegen. Das Ausrollen wird wiederholt, ein zweites Butterflöckchen kommt darauf, wiederum wird der Teig zusammengeschlagen und ruhen gelassen 4—6mal wird das Ausrollen und Zusammenschlagen wiederholt. Nachdem der Teig zum letzten Male dünn auseinander gerollt ist, wird er mit 1 zerquirlten Eigelb bepinselt und mehrmals mit einer Gabel durchgestochen. Auf einem gefetteten Blech wird der Teig bei 125 Grad im Ofen ½ Stunde gebacken. Das gebackene Stück wird in 4 Längsstreifen geschnitten, eine helle Quarkcreme nach Rezept Nr. 74 wird auf einen Streifen zweifingerhoch gestrichen und mit einem andern Streifen bedeckt. Die beiden andern Streifen werden ebenso verwendet. Die obersten Teigstreifen erhalten einen Guß nach dem Rezept Nr. 120 und werden in noch warmem Backofen getrocknet. Danach werden sie in Cremescheibchen geschnitten.

114 Rädergebackenes

1 Pfund Speisequark, mit 2 Eßlöffeln Rahm und 50 Gramm Zucker vermischt, wird unter 50 Gramm schaumig gerührte Butter zu einer cremeartigen glatten Masse geschlagen. 1 Prise Salz und ¾ Pfund Mehl werden daruntergerührt und zuletzt 2 mit 1 Eßlöfel Rum zerquirlte Eier daruntergezogen.

30—40 Gramm süße und 2 Stück bittere Mandeln werden gewiegt und dem Teig beigegeben. Nun wird der Teig so lange gut geschlagen, bis er ganz geschmeidig ist. Auf einem bemehlten Brett wird er so dünn wie möglich ausgerollt und mit einem Kuchenrädchen zu Vierecken auseinandergerädelt. Durch einen Einschnitt in die Mitte jeden Viereckes wird

eine Ecke gezogen und das Gebäck in schwimmendem Fett goldbraun gebacken. Herausgenommen und abgetropft wird das Rädergebackene noch warm mit gesiebtem Puderzucker bestäubt.

Aus dem gleichen Teig können auch Buchstaben, Zahlen, geflochtene Zöpfe und Brezeln geformt und in heißem Fett ausgebacken werden.

115 Vanillebrezel aus Quark

½ Pfund Quark wird mit 100 Gramm Mehl, 125 Gramm Butter, 1 Prise Salz, 2 Eßlöffeln Zucker und 2 Eigelb gut mit der Hand vermischt. Auf einem bemehlten Brett werden bleistiftstarke Röllchen ausgerollt und zu kleinen Brezeln geformt. Diese werden auf ein gut gefettetes Backblech gelegt und kühlgestellt. In einer tiefen Backschüssel wird inzwischen 1 Päckchen Vanillezucker mit ½ Pfund grobem Zucker vermischt. Nachdem die Brezeln im Backofen goldgelb gebacken sind, werden sie sofort aus dem Ofen im Zucker gewälzt und beiseite gelegt.

Der Teig kann mit 100 Gramm feingewiegter Mandeln verfeinert werden.

116 Quarkhäufchen mit Zwetschgen

1 Pfund Speisequark wird mit 2 Eigelb und so viel Mehl gebunden, daß er eine zähe Masse bildet, in die 1 Prise Salz, 2 Eßlöffel Hagelzucker und einige grobgehackte Mandeln zugefügt werden. Ist alles gut durchgeknetet, so werden 3 Eischnee daruntergezogen. Man nimmt etwas Teig von der Masse, wickelt eine gut gewaschene und abgetrocknete frische Zwetschge vollkommen darin ein und setzt diese Zwetschgenhäufchen auf ein gut gefettetes Blech. Man backt sie in gut geheiztem Ofen 15—20 Minuten lang, bis sie eine zartbraune Färbung haben. Ein Probehäufchen auf jedem Blech wird mit einer Stricknadel zur Prüfung durchstochen.

Noch warm mit Puderzucker überstäubt, werden die Zwetschgenhäufchen zum Nachtisch gereicht.

Gebäck 117 Katzenzungen

In 200 Gramm locker gesiebtem Mehl werden 1 Messerspitze Hirschhornsalz, 1 Prise Salz, 125 Gramm zerlassene Butter, 3 Eßlöffel Zucker, 1 Ei getan und mit dem Holzlöffel verrührt. 20 Gramm abgezogene und feingewiegte Mandeln, 3 bittere Mandeln, 1 Messerspitze Zimt werden unter fortwährendem Kneten zugefügt, bis der Teig sich von der Schüssel und den Händen löst. Der Teig wird sehr dünn ausgerollt und zu kleinen Zungenförmchen ausgestochen. Auf einem gut gefetteten Blech werden die Zungen bei mittlerer Hitze sehr schnell goldgelb gebacken. Die gebackenen Katzenzungen werden sofort in einer Mischung von Zucker und Vanillezucker gewälzt.

½ Pfund Speisequark wird mit 10 Gramm Puderzucker und 2 Eiweiß ziemlich steif und streichfähig zubereitet. Dieser Aufstrich kann, wie in Rezept 119 beschrieben, verschiedenartig gefärbt werden. Sämtliche Katzenzungen werden halbfingerdick damit bestrichen und im Backofen trocknen gelassen.

Schmalzgebackenes 118 Quarkspitzen

1 Pfund Speisequark wird mit etwas Rahm oder Milch angerührt, mit 40 Gramm Zucker, ½ Teelöffel Salz, 1 Idee Zimt, etwas Zitronenzucker und 2—3 gehäuften Eßlöffeln Mehl zu einem guten Teig geschlagen. 2—3 Eigelb mit dem Eischnee zuletzt daruntergeben. Der Teig muß sehr dick sein, daß man ihn mit einem heißen Löffel abstechen kann. In schwimmendem Fett werden kleine abgestochene Quarkspitzen goldbraun gebacken. Gut abgetropft, werden sie mit Puderzucker bestäubt und warm serviert.

119 Spritzkuchen

½ Pfund glattgeschlagener Quark wird mit ⅛ Liter Milch, 20 Gramm Zucker, 80 Gramm Butter und 1 Prise Salz unter ständigem Rühren aufgekocht. 300 Gramm trockenes Mehl wird sehr schnell daruntergeschüttet und das Ganze zu einem großen Kloß abgekocht, bis sich die Masse gut vom Topf löst. 4 Eigelb (das Weiße zu Schnee) werden unter ständigem Rühren an die noch heiße Teigmasse gemengt.

Durch das inzwischen in der Kasserolle heißgewordene Fett wird ein tellergroßes Stück Pergamentpapier gezogen, legt dieses auf einen flachen Teller und spritzt mit der Teigspritze kleine Kränze darauf. Die Spritzkuchen werden mit dem Pergamentpapier in das schwimmende Fett getaucht, das Papier herausgezogen; die Kränze langsam goldbraun backen lassen. Sehr gut abgetropft, werden die Spritzkuchen noch warm mit Puderzucker bestäubt.

Die Spritzkuchen können auch mit verschiedenen Gußarten überzogen werden.

Weißer Guß: 25 Gramm feingesiebter Puderzucker wird mit 1 Eiweiß und einigen Tropfen Zitronensaft in einer Schüssel angerührt.

Roter Guß: Obiger Guß wird mit einigen Tropfen roten Fruchtsaftes gefärbt.

Schwarzer Guß: An Stelle von Zitronensaft kommt geriebene Schokolade unter den Puderzucker.

Gelber Guß: 1 Eigelb unter den weißen Guß verrühren.

Grüner Guß: Einige Tropfen Spinatsaft dem weißen Guß zufügen.

Der Guß läßt sich leicht aufheben und wird bei Wiederverwendung in heißem Wasser aufgelöst.

Weihnachtskuchen 120 Honigkuchen

1¼ Pfund Honig wird mit 160 Gramm Butter zusammen in einem irdenen Topf einmal aufgekocht. 1 Pfund sehr trockener und durch ein Sieb getriebener Speisequark wird mit 125 Gramm süßen und 5 Stück bitteren abgezogenen und geriebenen Mandeln, ½ abgeriebenen Zitrone, einigen Eßlöffeln Zucker, ½ Teelöffel Salz, 3 Gramm gestoßenen Nelken, 3 Gramm Kardamom und 20 Gramm Potasche gut und gleichmäßig vermischt. Zuletzt wird 1 verquirltes Ei daruntergezogen. 1½ Pfund durchgesiebtes feinstes Mehl wird in die heiße Honigbutter geschüttet. Die zubereitete Quarkmasse wird schnell dazugegeben und das Ganze im heißen Zustande gut verrührt. Dieser Teig muß 12—18 Stunden stehen bleiben. Danach wird der Teig auf einem bemehlten Brett ½—¾ Zentimeter dick ausgerollt. Vierecke, Honigkuchenschnitten, Lebkuchenherzen, runde Plätzchen und andere Formen werden ausgestochen und bei mäßiger Ofenhitze goldgelb gebacken.

Aus diesem Honigkuchen kann man auch die bei Kindern sehr beliebten Hexenhäuschen zusammenstellen. In jedem Papiergeschäft sind Modelle aus weißer Pappe und die notwendigen Figuren erhältlich. Man schneidet die Hauswände und das Dach aus dem Honigkuchenteig und backt die einzelnen Teile, die sodann mit Zuckerguß aufgeklebt bzw. zusammengefügt werden können. Zum Zuckerguß, der auch für die Umrandungen der Fensternischen usw. verwendet werden kann, benötigt man 125 Gramm Puderzucker, 1½ Eiweiß und einige Tropfen Zitronensaft. Dieses wird eine Viertelstunde nach einer Seite gerührt und mit einem Gummibeutelchen oder einer Pergamenttüte, von der die Spitze weggeschnitten ist, aufgespritzt. Mit 1 Eigelb gefärbt, erhält man gelben Guß, mit rotem Fruchtsaft oder Cochenille roten Guß, mit Spinatsaft grünen und mit Schokolade schwarzen Guß. Kleine Waffelstückchen, Schokoladeplätzchen, farbige Bonbons können als Dekoration für das Hexenhäuschen verwendet werden.

121 Käserollen

3 große gekochte Kartoffeln werden gerieben, 4 Gramm Salz werden dazugegeben und ½ Pfund Quark mit 1 ganzen Ei gut dazugemengt. Dieser Teig wird mit den Händen locker durcheinander geschüttelt. Aus einem Klumpen dieses Teiges wird auf bemehltem Brett eine dicke Stange gerollt; schneide sie in gleichmäßig lange Stücke und wälze sie in Kümmel und grobem Salz. Die Stangen werden im Ofen 15 Minuten hellgelb gebacken.

Ohne Kümmel und Salz können die dicken Stangen auch in Salzwasser etwa 1—2 Minuten gekocht werden. Sie werden so mit brauner Butter und geröstetem Brot serviert.

122 Käsestangen

Aus dem Blätterteig nach Rezept Nr. 113 rollt man zweifingerlange Stangen.

Aus 70 Gramm geriebenem Käse und ½ Pfund Speisequark wird ein Teig zubereitet und auf einem bemehlten Brett zu Krümeln zerrieben.

Die Blätterteigstangen werden von allen Seiten hineingeklopft, mit grobem Salz bestreut und auf gefettetem Blech goldgelb gebacken.

Alphabetisches Verzeichnis

Speisen für Rohkostler

Nach Rezeptnummern geordnet

Rezeptkalender

Nach Rezeptnummern geordnet

Januar:	13, 60, 62, 82, 97,
Februar:	13, 60, 62, 63, 97.
März:	60, 62, 63, 36, 37, 87. 97.
April:	36, 37, 1, 53, 87.
Mai:	1, 36, 37, 44, 53, 65, 68, 87, 88, 104.
Juni:	1, 36, 37, 39, 44, 53, 65, 68, 80, 86, 104.
Juli:	3, 33, 36, 37, 39, 40, 41, 44, 53, 54, 68, 80, 86, 104, 106, 117.
August:	3, 11, 33, 36, 37, 40, 41, 53, 54, 64, 68, 80, 86, 104, 115, 117.
September:	3, 16, 38, 40, 41, 53, 54, 68, 90, 91, 92, 93, 94, 109, 115.
Oktober:	13, 16, 60, 62, 63, 82, 90, 92, 93, 94, 109.
November:	13, 60, 62, 63, 82, 93, 94.
Dezember:	13, 60, 62, 63, 82, 93, 94, 97, 120.