

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

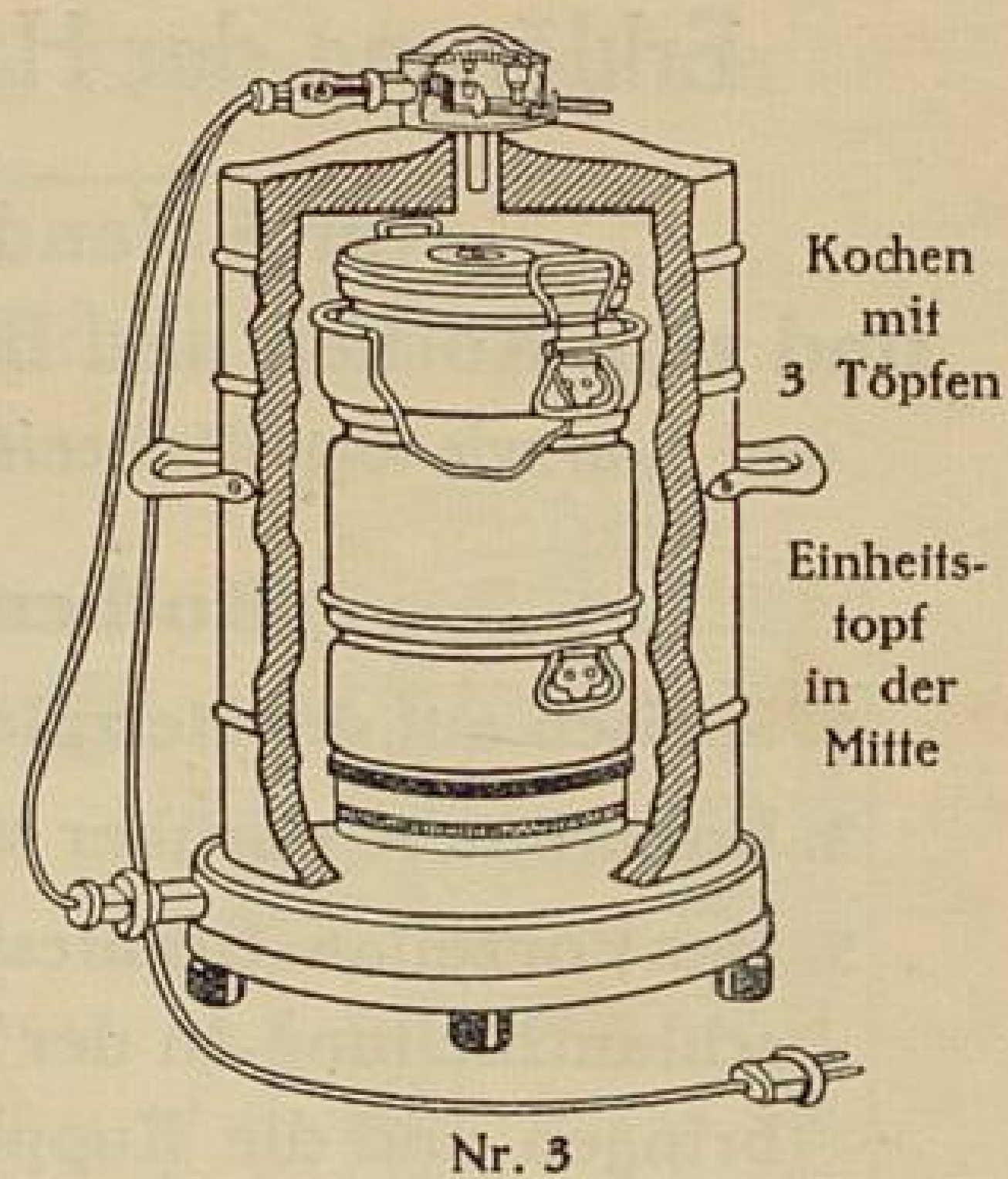
Der "Elektro-Oekonom"

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

Anwendung des Zwischensteckers

urn:nbn:de:bsz:31-106177

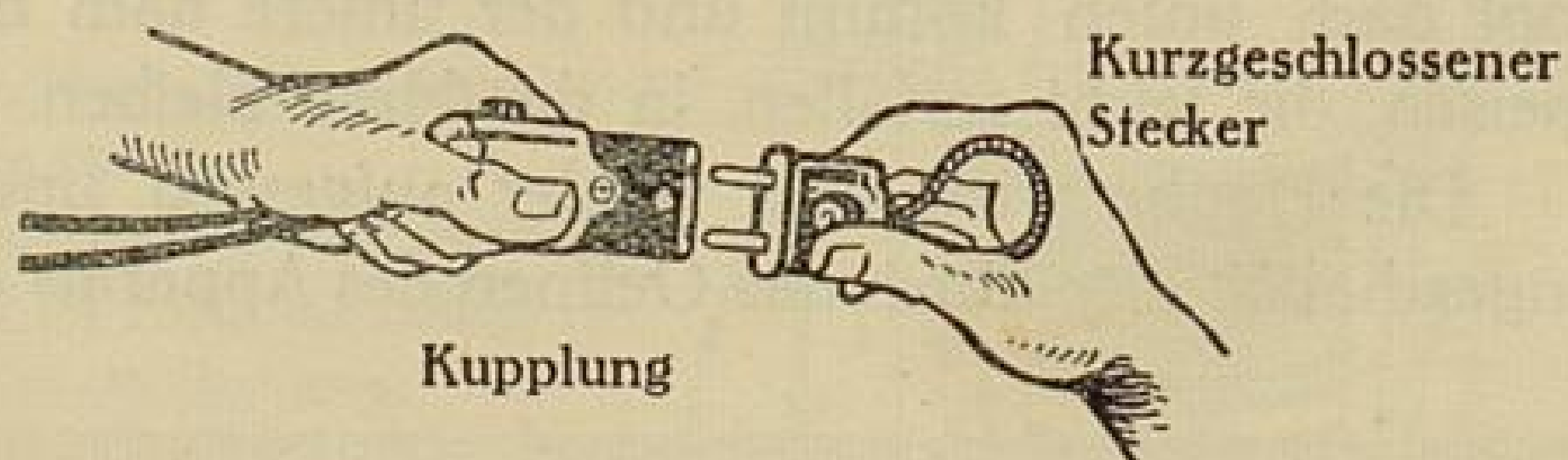
Wärmeverlust ist ganz gering, der Automat schaltet nach einigen Minuten wieder aus und die Speisen kochen jetzt ohne Stromverbrauch gar. Sie müssen, je nach Art, mindestens 2 Stunden im Apparat verbleiben. Da der Apparat vollständig ohne Aufsicht arbeitet, empfiehlt es sich, die Kochzeit möglichst auszudehnen,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



Nr. 3

Anwendung des Zwischensteckers

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



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

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

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

II. Kochregeln

Die Zubereitung der Gemüse

kann auf verschiedene Art erfolgen:

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

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

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

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

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

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