

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Der "Elektro-Oekonom"

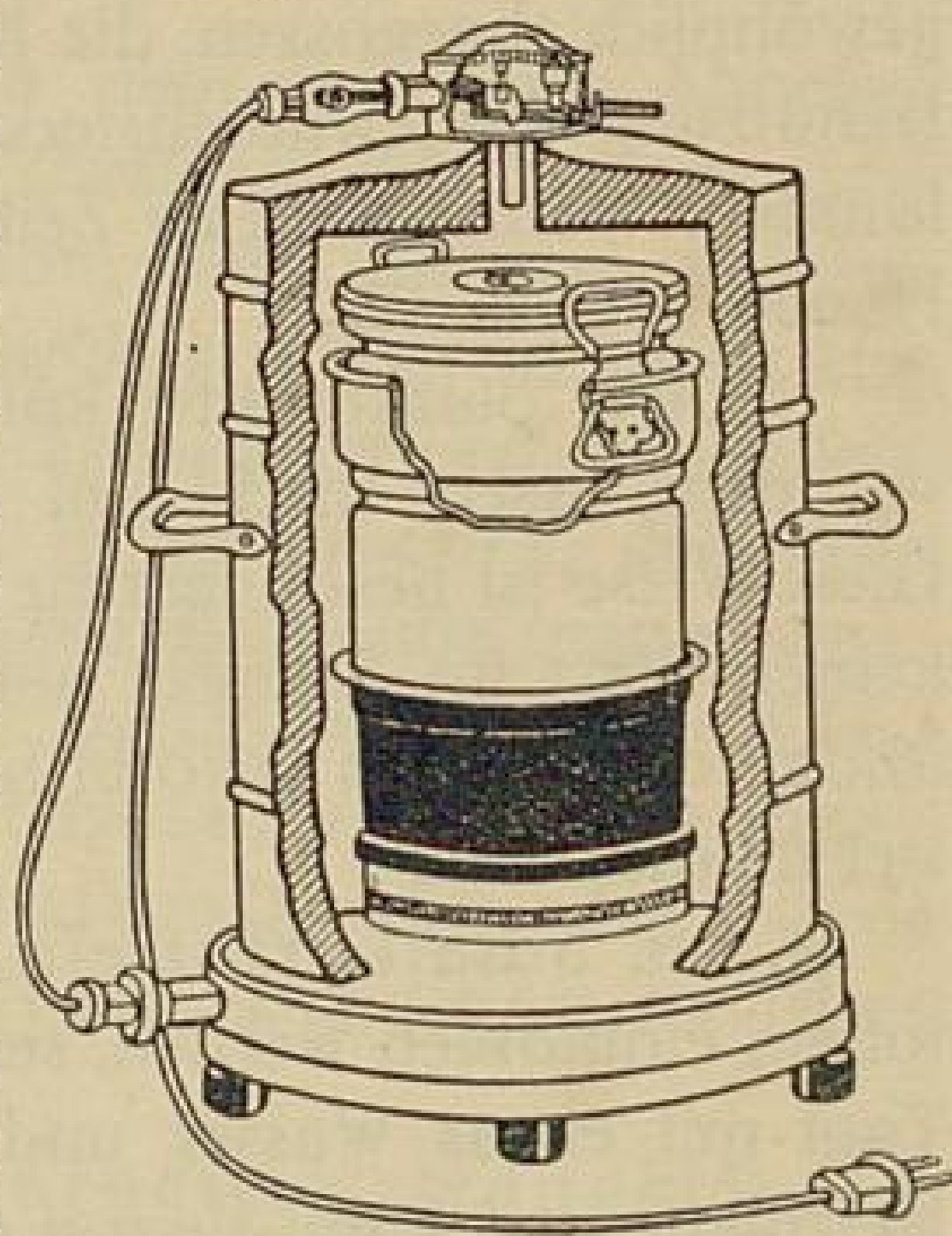
Freiburg-Littenweiler (Baden), [ca. 1930]

Braten und Kochen zu gleicher Zeit

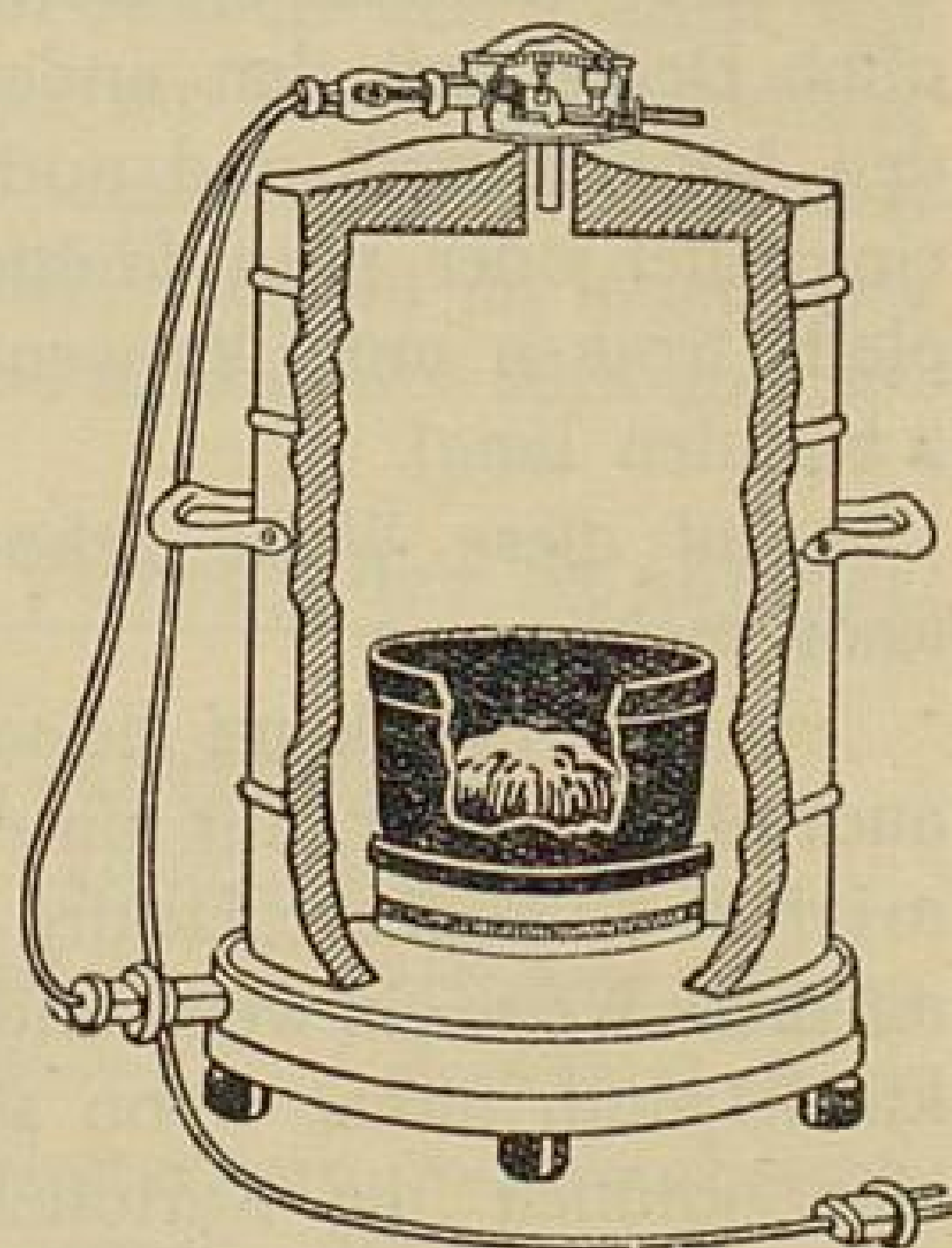
urn:nbn:de:bsz:31-106177

Braten und Kochen zu gleicher Zeit

Will man, wie es ja meistens der Fall sein wird, im Apparat einen Braten und gleichzeitig Suppe, Gemüse, Kartoffeln oder Kompott zubereiten, so verfährt man folgendermaßen: Man stellt Suppe, Gemüse, Kartoffeln oder Kompott recht frühzeitig in den Apparat. 1 $\frac{1}{2}$ —2 Std. vor dem Essen setzt man den eisernen Bräter ohne Inhalt auf die Heizplatte unter die anderen Speisen in den Apparat; bereits fertige Speisen wie Obst, Suppeneinlagen, Kartoffeln zum durchdrücken werden herausgenommen. Dann schaltet man ein. Nach 15 Minuten bei 220 Volt, nach 20 Minuten bei 110 Volt, nimmt man die Haube ab und stellt die Speisen mit einem Tuch bedeckt bei Seite. Jetzt wird der Zwischenstecker eingeschaltet; man gibt wenig Fett in den heißen eisernen Bräter (bei Schweinebraten gar keines) und bräunt den Braten ohne Deckel unter der Haube an; (Siehe Abb. 5) nach 10 Minuten dreht man ihn um, salzt ihn, deckt den Bräter mit dem beigegebenen Deckel zu, stülpt die Haube darüber und läßt den Apparat je nach Größe des Bratens und der Spannung 15—20 Minuten unter Strom. Dann setzt man die übrigen Speisen darauf und entfernt den Zwischenstecker. In dieser aufgespeicherten Hitze erzielt man die schmackhaftesten und saftigsten Braten.



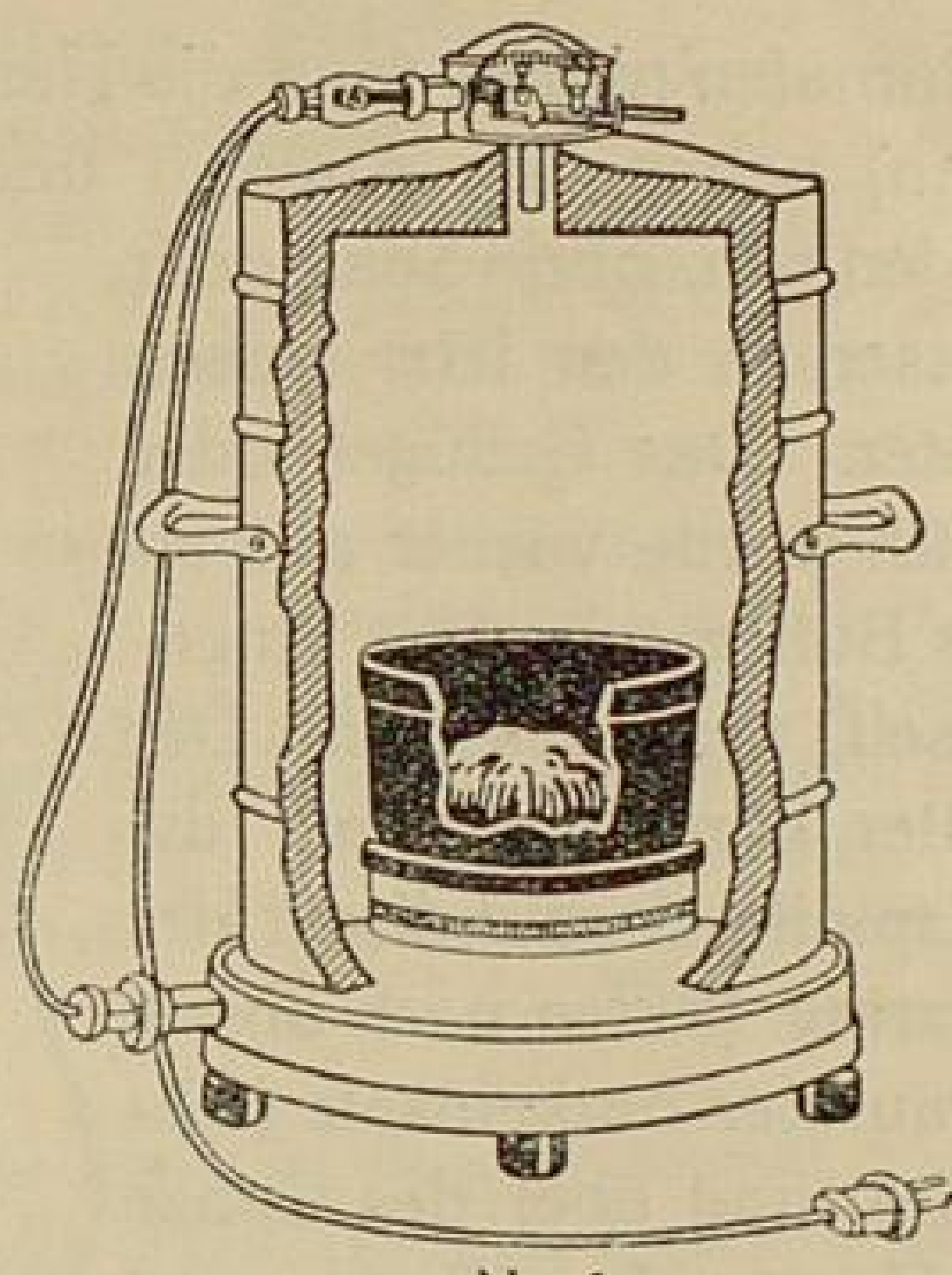
Nr. 4



Nr. 5

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

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

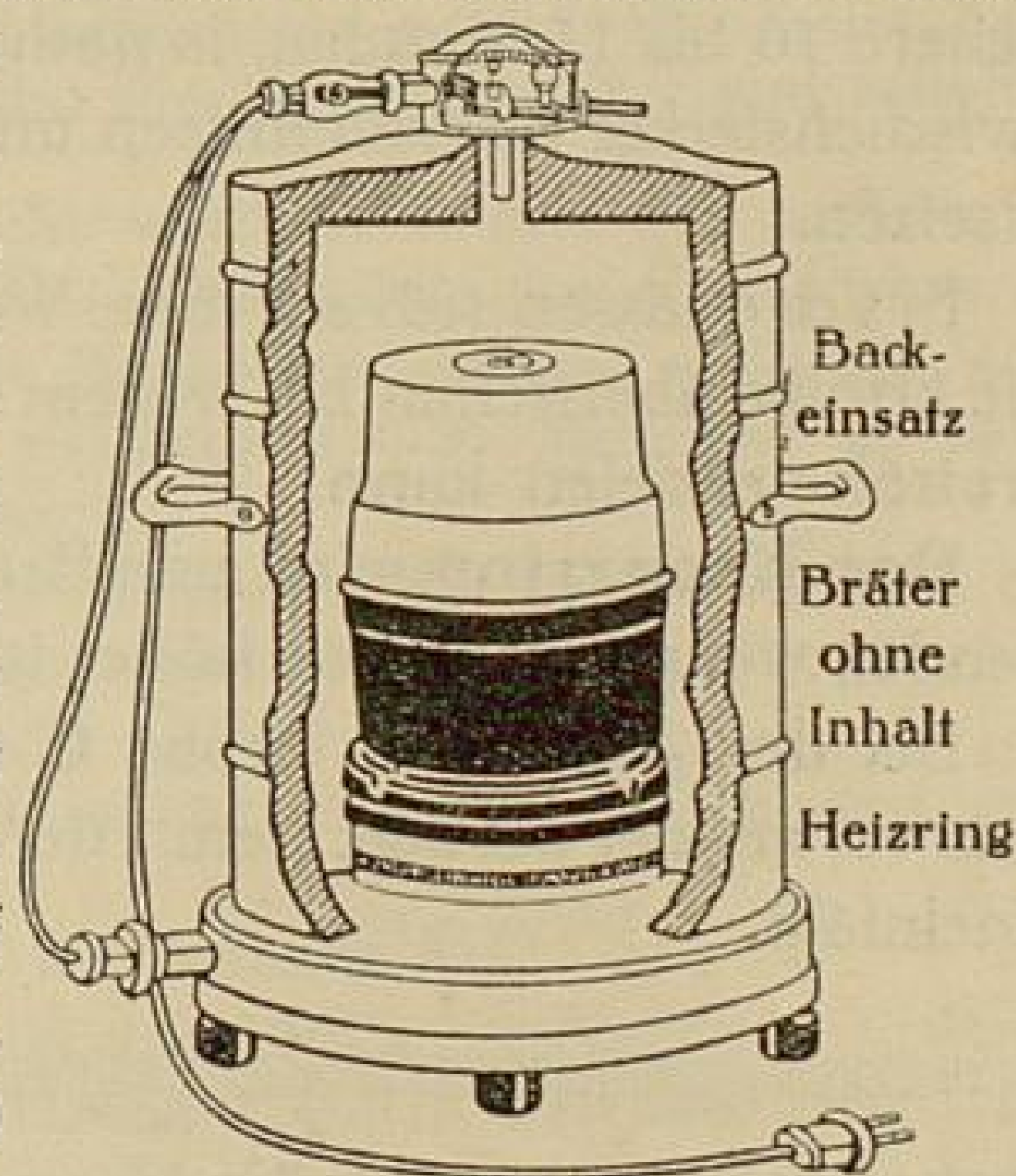


Nr. 6

Braten mit dem Heizring

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

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



Nr. 7

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