

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Der "Elektro-Oekonom"**

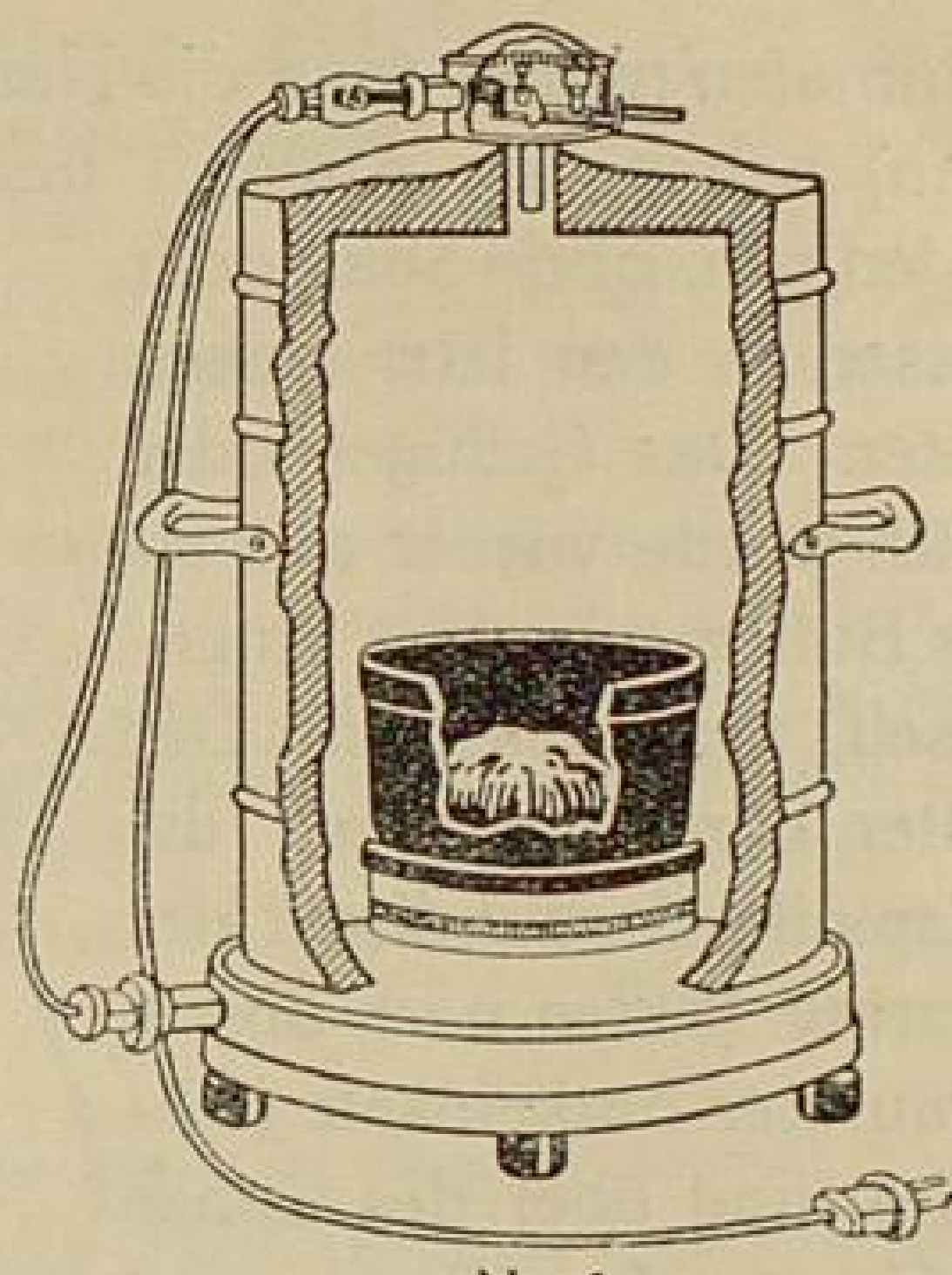
**Freiburg-Littenweiler (Baden), [ca. 1930]**

Braten mit Heizring

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

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

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

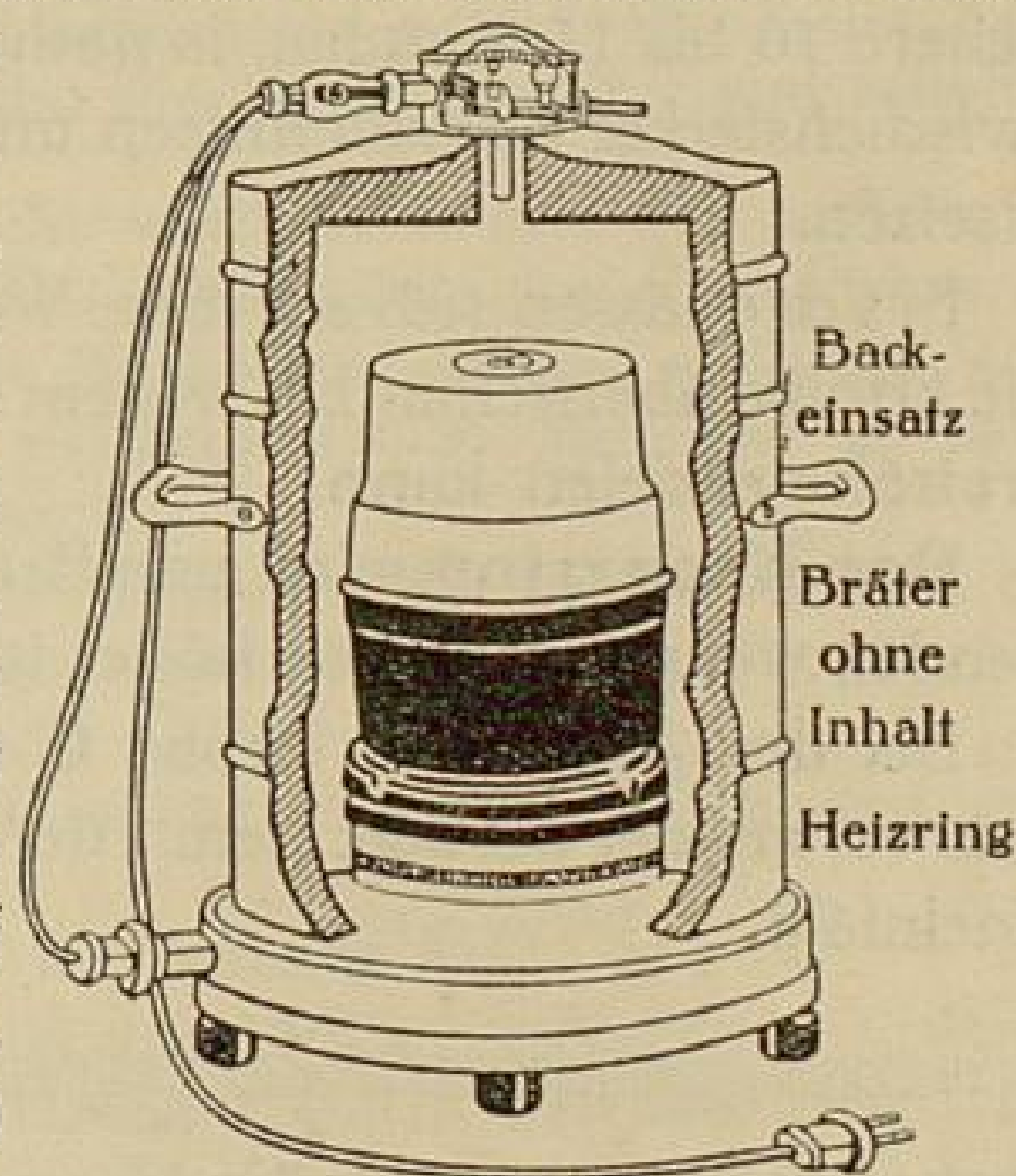


Nr. 6

### Braten mit dem Heizring

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

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

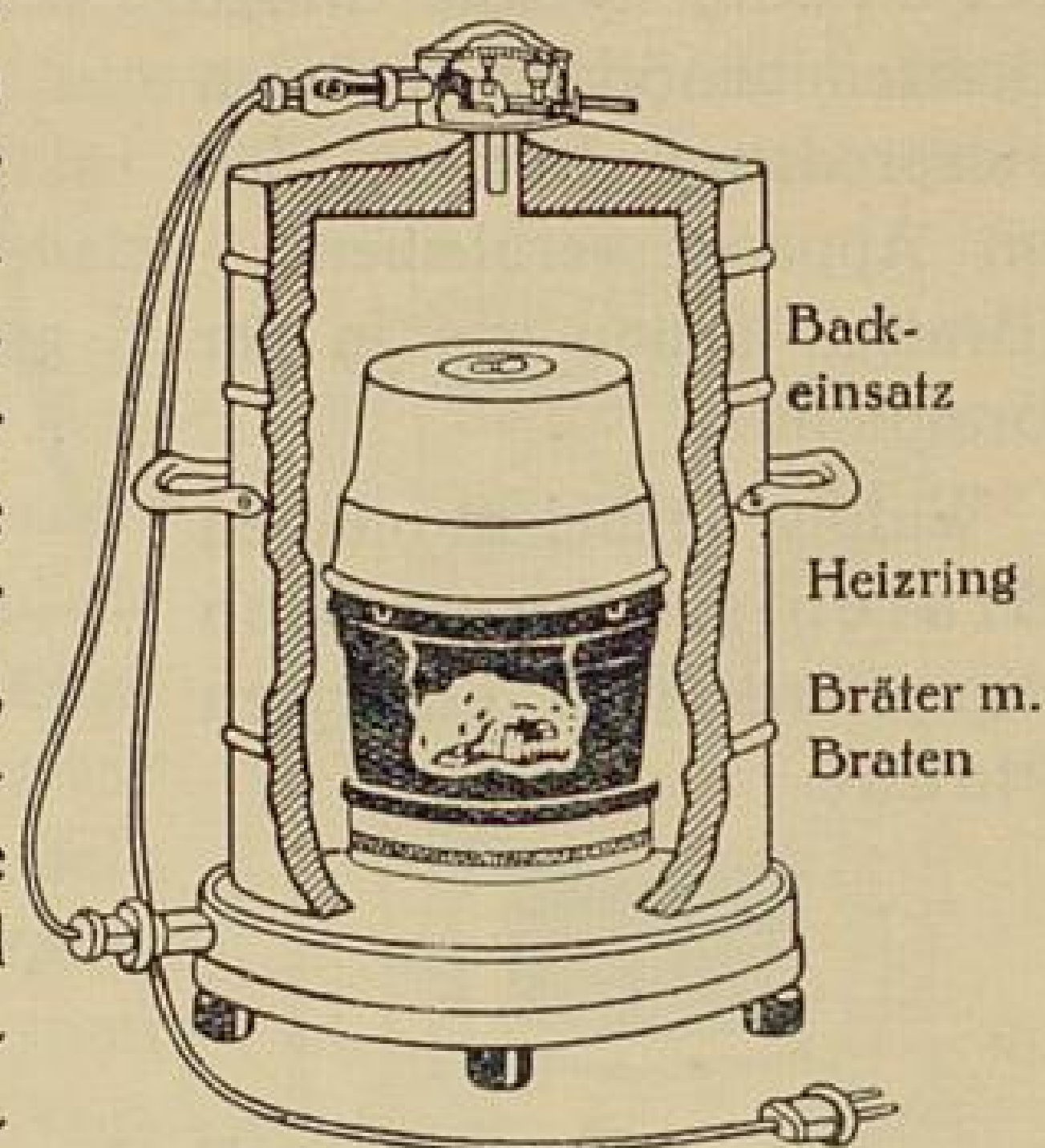


Nr. 7

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



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



Nr. 8

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

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

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

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

.....

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

.....