Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Speise-Quark auf 122 Arten kostbar gemacht

Malcherek, Friedel

Freiburg i. Br., 1933

Gemüse-Gerichte

urn:nbn:de:bsz:31-106180

Visual Library

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.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

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.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

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.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

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.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

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.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

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.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg