

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Gratis-Kochbuch**

**Roth, M. Alex**

**Pforzheim, [Mai 1907]**

3. Graupensuppe

[urn:nbn:de:bsz:31-106111](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-106111)

## Suppen.

1. **Rindfleischsuppe.** Auf je 1 Pfund Rindfleisch rechnet man 1 Liter Wasser und etwa 3 Fingerhut voll Salz. Das Ganze läßt man (je nach der Qualität des fleisches) 2—2½ Stunden kochen und setzt etwa ½ Stunde vor dem fertigkochen Suppengrünes: ½ Lauch, einige Stengelchen Petersilie, ¼ Zwiebel, ¼ Selleriekopf bei.

Sowohl das Suppengrüne, als auch die etwa beim fleisch noch vorhanden gewesenen kleinen Knochensplitter und =Stückchen werden abgeseiht.

Das Abschöpfen der Suppe, wie dies so vielfach üblich ist, unterlasse man am besten, weil hierdurch der Suppe nur die besten und nahrhaftesten Stoffe entzogen werden. — Wenn das fleisch vor dem kochen mit klarem Wasser gut abgewaschen wurde, genügt vollkommen.

Um der Suppe eine schöne bräunliche färbung zu geben, kann man auf je 1 Pfund fleisch 1 Messerspitze Liebigs fleisch-extrakt hinzugeben bezw. etwa 10 Minuten vor dem Anrichten einmal mitaufkochen lassen.

Wenn die Suppe stark eingekocht ist, kann man noch etwa ¼ Liter heißes Wasser zugießen.

In der Regel setzt man der fleischsuppe dünne Nudeln, Klößchen, Schwämmchen zc. zu (Bereitung derselben siehe bei Mehlspeisen).

2. **Reisuppe.** Das kochen der Suppe geschieht wie oben. — Nachdem die Suppe 1½ Stunden gekocht hat, nimmt man 70—75 Gramm Reis, überbrüht denselben mit heißem Wasser, schüttet den Reis, wenn derselbe etwa 5 Minuten in heißem Wasser gelegen hat, nach Abguß des Wassers in die Suppe und läßt dieselbe sodann mit dem Reis noch 1 Stunde gut kochen, bis der Reis weich ist.

Damit man das Suppengrüne aus der Suppe leicht entfernen kann, ist es am besten, wenn man alles mit einem dünnen Zwirnfaden zusammenbindet.

Beim Servieren der Suppe kann man derselben auch 2 Eidotter beirühren, wodurch dieselbe sehr schmackhaft wird; auch pflegt man je nach Geschmack etwas geriebene Muskatnuß beizufügen.

3. **Graupensuppe.** Die Herstellung der Suppe geschieht genau wie oben; nur ist dabei zu beachten, falls das fleisch in der Suppe eher weich werden sollte, wie die Graupen, daß



**Emil Abel W<sup>we.</sup>**

Mühlen- und Teigwarenfabrikate

Kronenstr. 5    ∞    Telefon 919

empfiehlt in

## Mühlen-Fabrikaten:

Ungarisches Raismehl,

Weizenmehl 00 bis zur gewöhnlichsten Sorte,

Roggenmehl für Brodzwecke,

Gries, deutsches und franzöl. Fabrikat.

∞ ∞ ∞

## Teigwaren-Fabrikate:

Hausmacher- Suppen- und Gemüsenudeln,

Maccaroni, von größter bis zur feinsten Stärke,

Sämtliche Suppen-Einlagen, als:

Eier-Riebele, Buchstaben, Hörnchen, Hohnudeln,

Paniermehl + Muschelmehl.





man solchenfalls das Fleisch aus dem Topfe nimmt, mit etwas Suppe übergießt und es bis  $\frac{1}{4}$  Stunde vor dem Fertigkochen der Suppe an einem warmen Ort stehen läßt und sodann noch mit der Suppe einmal aufkochen läßt.

4. **Suppe von Knochen.** Aus Bratenknochen läßt sich eine sehr gute Suppe herstellen, wenn man etwa 2 Pfund Knochen in  $1\frac{1}{2}$ —2 Liter Wasser ungefähr 2 Stunden kochen läßt, derselben sodann etwa 2 Messerspitzen Liebig's Fleischextrakt oder eine Maggi-Suppenkapsel beifügt, oder wenn man noch Rest von Bratensauce übrig hat, diese in die Suppe einrührt. In der Knochensuppe pflegt man 50 Gramm Griesmehl 10—12 Minuten mitzukochen.

Suppengrünes wird wie bei Fleischsuppe hinzugefügt.

5. **Mehlsuppe.** In einem möglichst breiten, am besten emailierten niedrigen Topf läßt man etwa 30 Gramm Schweine- oder Rindschmalz und etwa 20 Gramm Butter langsam schmelzen, gibt 3 Eßlöffel voll Mehl hinein, das man gelblich röstet, und überschüttet sodann das geröstete Mehl mit etwa  $1\frac{1}{2}$  Liter heißem Wasser.

Die Suppe muß gut aufkochen und ist in etwa 10—15 Minuten fertig; derselben wird sodann je nach Geschmack Salz beigefügt und kleine, in Fett oder Butter geröstete Brot- oder Semmelstückchen beim Servieren beigegeben.

Die Mehlsuppe ist sehr nahrhaft und wohlschmeckend und wird sowohl von Gesunden, Kranken, Rekonvalescenten als auch von Kindern gerne gegessen.

6. **Geröstete Griesuppe.** Die Zubereitung ist genau dieselbe wie diejenige der Mehlsuppe; nur ist hierbei zu bemerken, daß man zur Bereitung derselben lieber groben, gelben Gries nehmen möge, da derselbe auch von Erwachsenen lieber gegessen wird.

Die Suppe ist ebenfalls in 10—15 Minuten fertig und kann dieselbe mit 1 oder 2 Eiern aufgequirlt werden. Dies geschieht am besten, wenn man das Ei in einem tiefen Teller gut verrührt und sodann mit einem Eßlöffel heißer Suppe recht langsam zugießt, damit das Ei nicht gerinnt oder flockig wird, und schüttet sodann das Ganze unter fortwährendem Rühren zur übrigen Suppe, die hiernach sofort serviert wird, weil sie sonst zu dick wird.

7. **Hühnersuppe.** Ein großes altes Huhn wird, nachdem es sauber hergerichtet ist, mit Wasser bedeckt, zum Feuer gebracht und 3—4 Stunden gekocht. Die Brühe läßt man zuletzt so weit einkochen, daß für 4 Personen etwa  $1\frac{1}{2}$  Liter verbleibt. Dem Kochwasser setzt man 1 gestr. Eßlöffel Salz, aber kein Suppen-