

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Haushaltungskurs**

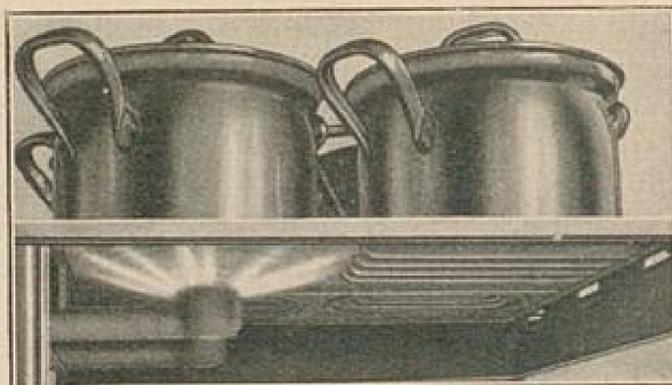
**Sunlicht-Institut für Haushaltungskunde <Mannheim>**

**Mannheim, [ca. 1915]**

Die Kochkiste

**urn:nbn:de:bsz:31-106241**

Beliebt sind auch die sogenannten kombinierten Herde, eine Vereinigung von Gas- und Kohlenherd, im gleichen, äußeren Rahmen. Sie sehen gut aus, nehmen verhältnismäßig nicht viel Platz weg und sind deshalb besonders für kleinere Küchen sehr geeignet. Ueber ihre Behandlung gilt natürlich daselbe, was über die beiden Herdtypen bereits gesagt wurde.



Falsch: Der Flammenkranz der Gasflamme ist größer als der Topfboden

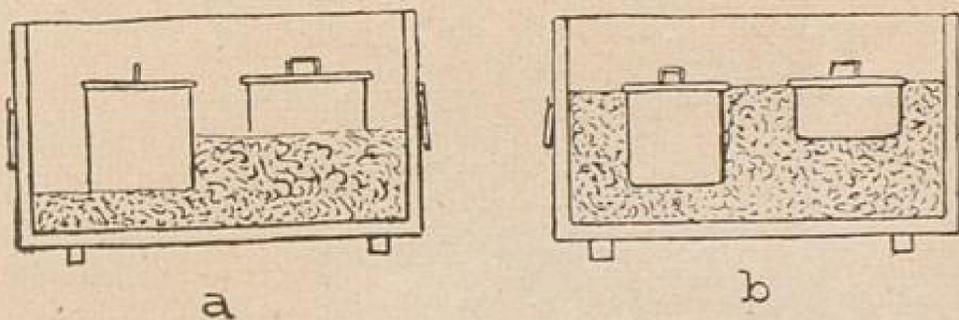
## Die Kochkiste.

Die Kochkiste hilft der Hausfrau, die mit ihr umzugehen versteht, nicht nur sehr viel Gas, sondern auch viel Zeit ersparen. Was in die Kiste verstant ist, ist versorgt, braucht nicht mehr beobachtet und nicht mehr umgerührt zu werden, denn es läuft nichts über, und es brennt nichts an. Eine ganze Reihe von Speisen werden in der Kochkiste sogar schöner als auf dem Herd, weil die Hitze zum Garwerden geringer ist.

Nicht nur Reis quillt ganz besonders schön darin auf, auch Mehlschwitze, sämtliche Hülsenfrüchte, Teigwaren, manche Gemüse- und Fleischspeisen, — kurz alles, was zum Garkochen keine starke Hitze verlangt, wird wundervoll darin. Allerdings muß man Bescheid wissen über die Dauer der Vor- und Garzeit der einzelnen Speisen und über die Behandlung der Kochkiste selbst, sonst kann es vorkommen, daß das Essen, wenn man es am Mittag aus der Kochkiste nimmt, noch nicht weich ist. Wir lassen deshalb am Schlusse dieses Abschnittes ein Verzeichnis der Vor- und Garzeiten verschiedener Speisen folgen. Vielleicht trägt es dazu bei, daß sich manche junge Hausfrau mehr als bisher mit der Kochkiste befreundet.

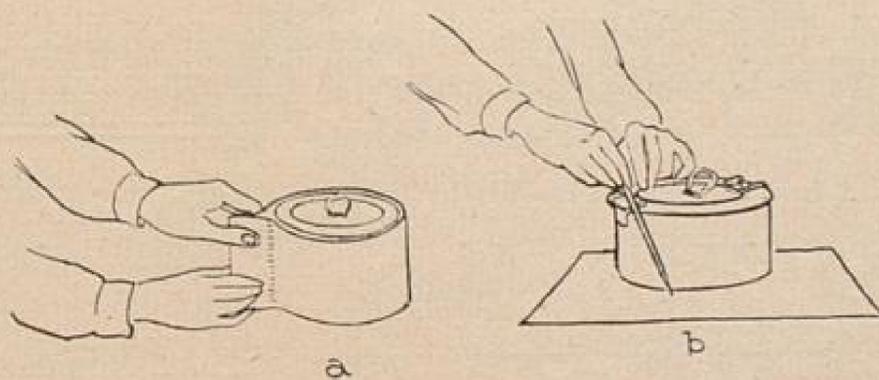
## Die Anfertigung einer Kochkiste.

Die Wirkung der Kochkiste beruht einfach auf dem Prinzip der schlechten Wärmeleitung; deshalb kann man sich eine Kochkiste mit Leichtigkeit selbst herstellen. Man braucht dazu eine feste, gut erhaltene Kiste. Der Deckel bekommt einen Verschlusshafen. Nun bedeckt man den Boden der Kiste mit einer 8 bis 10 cm hohen Schicht von schlechten Wärmeleitern,



Das Ausfüllen der Kochkiste

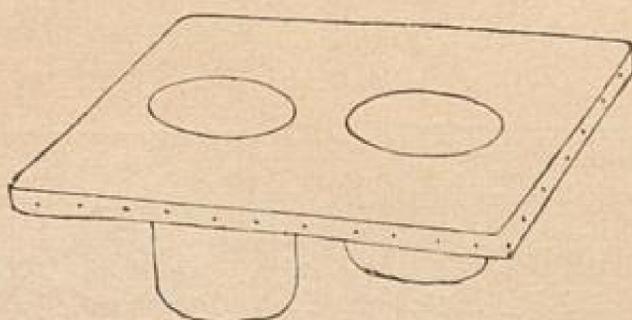
wie Holzwolle, Sägespänen, Papierwolle etc. Dieses Material muß sehr fest eingepreßt werden, damit keine Lufträume dazwischen bleiben. Auf diese Schicht stellt man die Kochtöpfe, die man gewöhnlich beim Kochen verwendet, und stopft die Zwischenräume zwischen ihnen und den Wänden der Kiste ebenfalls recht fest mit dem Füllmaterial aus. Die Kiste muß



Das Papiermuster für die Vertiefung wird am Kochtopf abgenommen

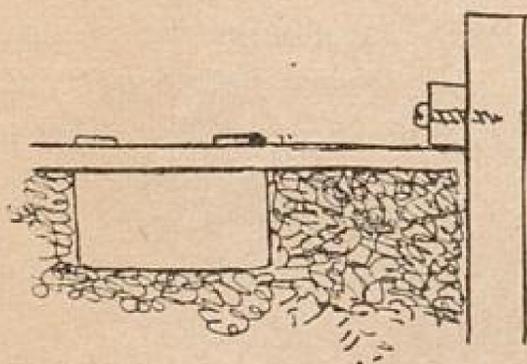
so groß sein, daß die Zwischenräume mindestens 5 bis 7 cm betragen. Damit nichts vom Füllmaterial in die Töpfe gelangt, füttert man das Innere der Kiste gern mit Baumwollstoff aus. Der Form der Kochtöpfe entsprechend wird zuerst das Futter der Vertiefungen geschnitten. Man stellt sich hierfür nach dem Kochtopf ein Papiermuster her, schneidet nach diesem das kreisrunde Stück für den Boden und den Streifen für die zylinderförmige Ausfütterung der Wand mit 1 cm Nahtzugabe zu und

näht sie zusammen. In ein Stück Stoff, das nach jeder Seite hin 3 cm größer ist als die innere Weite der Kiste, schneidet man an der entsprechenden Stelle das freisrunde Loch für die Versenkung des Kochtopfes ein. Man gibt dabei nach innen 1 cm für die Naht zu und steppt das bereits fertiggestellte Futterteil ein. Das ganze Futterteil wird am Rande der

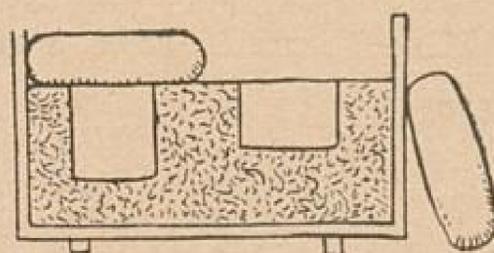


Das fertige Futterteil

Kiste oder noch besser über ein in die Kiste passendes Holzrahmchen angenagelt und kann nun auf die Füllmasse aufgepaßt werden. Man befestigt es durch zwei seitlich angeschraubte Holzklötzchen. Wenn sich die Füllung



Das seitlich angeschraubte Holzklötzchen



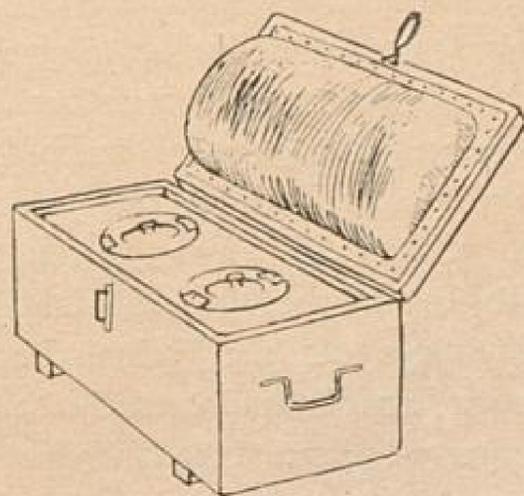
Zwischen Kochtopf und Deckel liegt ein Kissen

nach einiger Zeit durch den Gebrauch gesetzt hat, hebt man den Rahmen mitsamt dem Futter heraus und füllt Holzwohle, oder womit die Kiste sonst gestopft ist, nach. Zwischen Töpfen und Kistendeckel muß ein freier Raum von etwa 10 cm bleiben. Er wird mit einem Kissen aus kräftigem Stoff, das ebenfalls mit dem Füllmaterial festgestopft ist, ausgefüllt.

In der Kochkiste ist jeder Topf mit gut schließendem Deckel verwendbar, es müssen nicht unbedingt die eigentlichen Kochkistentöpfe mit umlegbaren Henkeln sein.

Streicht man die Kiste mit Lackfarbe zu den Küchenmöbeln passend an, so kann diese selbst hergestellte Kochkiste auch in der schmucksten Wohnküche

stehen. Die Kochkiste bekommt ihren Platz dicht neben dem Herd, damit die Töpfe unmittelbar von der Kochflamme in die Kiste kommen und nicht durch eine weitere Entfernung an Wärme verlieren.



Die fertige Kochkiste

### Wie kocht man in der Kochkiste?

Unverläßliche Voraussetzung für ein gutes Gelingen der in der Kochkiste garzukochenden Speisen ist, daß sie in kochendem Zustande hineingestellt werden und daß möglichst viel Dampf im Topfe enthalten ist. Man läßt deshalb 3 bis 4 Minuten vor dem Einsetzen den Topfdeckel fest geschlossen. Sind die Töpfe in die Kochkiste eingestellt, so muß sofort das Kissen aufgelegt und der Deckel fest geschlossen werden. Es ist selbstverständlich, daß dieser auch möglichst nicht geöffnet werden soll, solange Speisen in der Kiste stehen, damit ihre Eigenwärme nach Möglichkeit erhalten bleibt.

Speisen	Vorkochzeit	Kochzeit (Je nach Menge)
Reis	5 Minuten	1/2—1 Stunde
Grieß	3 Minuten	1/2—1 Stunde
Grünkern	25 bis 30 Minuten	1 1/2—2 Stunden
Mehlschwitze	15 Minuten	1/2—1 Stunden
Hülsenfrüchte	30 bis 40 Minuten	3—4 Stunden
Rotkraut	30 bis 40 Minuten	2—3 Stunden
Sauerkraut	30 bis 40 Minuten	2—3 Stunden
Schwarzwurzeln	30 Minuten	1—2 Stunden
Fleisch	30 Minuten	2—4 Stunden
Dörrobst	10 Minuten	1 Stunde

Wird Dürrobst am Vorabend in lauwarmem Wasser eingeweicht, so braucht es nur eine kurze Kochzeit. Die Speisen können ohne wesentlichen Nachteil auch länger in der Kochkiste bleiben, wenn die Arbeits- und Zeiteinteilung der Hausfrau es unbedingt erfordert. Im allgemeinen kommt man heute mehr und mehr davon ab, Speisen länger, als zum Weichwerden unerlässlich ist, zu kochen, da allzulanges Kochen den Nährwert beeinträchtigt.

Die Koch- und Vorkochzeiten können natürlich nur ganz ungefähr angegeben werden, da sie sich nach Menge und Beschaffenheit der Speisen richten müssen. So wird z. B. ein kleines Stück zartes Kalbfleisch auch in der Kochkiste bedeutend schneller weich sein als ein großer Rinderbraten, und frische Hülsenfrüchte rascher als vorjährige. Doch muß die Garkochzeit in der Kochkiste stets länger sein als auf dem Herde.

In der heißen Jahreszeit kann die Kochkiste auch als Kühlschranks benützt werden, da sie ja die warme Außenluft abhält. Die Speisen — Butter, Fleisch, Mayonaise u. a. — werden gut abgekühlt in die gut gelüftete Kochkiste, evtl. in eine Schüssel mit Eis, gestellt und erhalten sich darin tadellos frisch.

## Kochgeschirr und Arbeitsgeräte.

Wir haben von Anfang an in diesen Hefen betont, daß die Hausfrau im eigensten Interesse stets bestrebt sein möge, ihr „Handwerkszeug“ gut in Ordnung zu halten. Das ist nicht immer so einfach, denn das „Handwerkszeug“ der Hausfrau ist weit mannigfaltiger und daher weniger leicht zu überblicken als das der meisten ehrbaren Meister. In der Küche setzt es sich zusammen aus dem verschiedenen Kochgeschirr und den Arbeitsgeräten, die beim Kochen notwendig sind. Ihre Zahl, Größe und Beschaffenheit werden in den einzelnen Küchen sehr verschieden sein, je nach der wirtschaftlichen Stellung und der Größe der Familie.

Auch in bescheidenen Verhältnissen ist stets ein Satz Schüsseln in verschiedenen Größen notwendig zum Vorrichten des Essens, zum Aufbewahren von Resten oder Vorräten und dergleichen mehr. Schüsseln aus Email sind zu allem zu gebrauchen, müssen jedoch vor Stoß und Fall geschützt werden, damit die Glasur nicht abspringt. Aluminium kann zum Teigrühren und Schneeschlagen nicht verwendet werden, weil die Masse darin dunkel wird. Am angenehmsten zum Vorrichten von Speisen sind Steingutschüsseln, doch zerbrechen sie natürlich leichter.

Auch die Kochtöpfe sollte man wenigstens in drei verschiedenen Größen besitzen und von der Nummer, die den Bedürfnissen der Familie am besten entspricht, etwa 3 bis 4 Stück: einen Milchtopf, einen Suppen-