

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Haushaltungskurs

Sunlicht-Institut für Haushaltungskunde <Mannheim>

Mannheim, [ca. 1915]

Vorspeisen und Eierspeisen

urn:nbn:de:bsz:31-106241

kleinen Stückchen Zimt aufkochen, rührt den gut gewaschenen Tapioka oder Perljago hinein, läßt ihn sehr langsam kochen, gießt dann $\frac{3}{4}$ Etr. Weißwein oder Apfelwein hinzu, süßt nach Geschmack, fügt einige entfernte Zitronenscheibchen hinzu, läßt die Suppe aufkochen und entfernt vor dem Anrichten die Gewürze.

Heidelbeer- oder Blaubeersuppe mit Grießklößchen.

Zutaten: $1\frac{1}{2}$ Pfd. Heidelbeeren (Blaubeeren), 1 Etr. Wasser, etwas Zimt, Zitronenschale, Zucker.

Die Heidelbeeren werden verlesen, schnell gewaschen und mit 1 Etr. Wasser, etwas ganzem Zimt, Zitronenschale und Zucker nach Geschmack einige Male aufgekocht. Man kann Grießklößchen in die Suppe geben. Gibt man sie ohne Klößchen, so kocht man 1 kleinwürfelig geschnittenes Milchbrötchen mit und streicht die Suppe vor dem Anrichten durch ein Sieb.

Apfelsuppe.

Zutaten: $1\frac{1}{4}$ Pfd. saure Äpfel, $\frac{5}{4}$ Etr. Wasser, Zitronenschale, Zimt, 3 Eßl. Weck- oder Zwiebackmehl, 1 Stückchen Butter, Zucker.

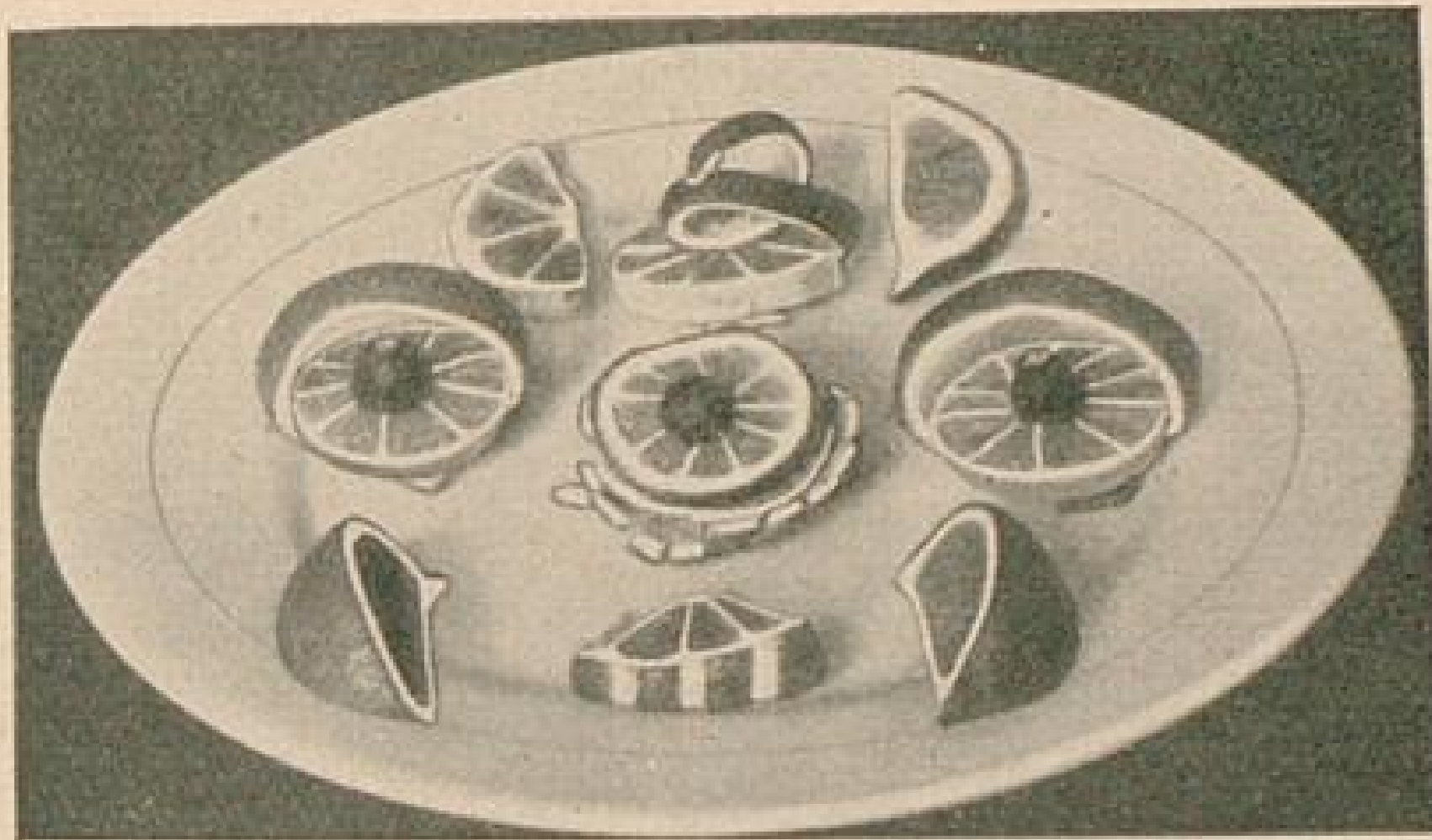
Die Äpfel werden gewaschen, samt Schale und Kernhaus in kleine Stücke geschnitten, mit $1\frac{1}{4}$ Etr. Wasser, einem Stückchen Zitronenschale, etwas ganzem Zimt und 3 Eßl. Weck-(Semmel-)mehl weichgekocht. Die Suppe wird sodann durch ein Sieb getrieben, mit Zucker, Zitronensaft und einem Stückchen Butter abgeschmeckt und über in Würfel geschnittenem Zwieback angerichtet. Statt Weckmehl kann man auch 2 bis 3 Eßl. Reis mitkochen, nach Belieben auch 2 Eßl. Korinthen zugeben.

Vorspeisen und Eierspeisen.

Die Vorspeisen sollen nicht sättigen, sondern als Einleitung eines größeren Essens durch ihre hübsche Anordnung, ihren feinen Geruch und Geschmack die Eßlust anregen und den Magen zur Aufnahme vielerlei guter Dinge vorbereiten. Die Geheimsprache der Küche nennt die Vorspeisen „hors d'oeuvres“, weil sie außerhalb der Hauptarbeit, d. h. der eigentlichen Mahlzeit stehen und diese nur vorbereiten. Sie werden darum auch stets vor der Suppe gereicht.

Vorspeisen erscheinen nie in großer Menge, wohl aber in vielfältiger, reizvoller Zusammenstellung auf der Tafel. Sie sollen besonders würzig zubereitet und besonders sorgsam ausgewählt und angerichtet sein.

Vorspeisen und Eierspeisen sind in diesem Abschnitt zusammengefaßt, weil verschiedene Eiergerichte sowohl als Vorspeise als auch als Beilagen zu Gemüse und Salaten verwandt werden können.



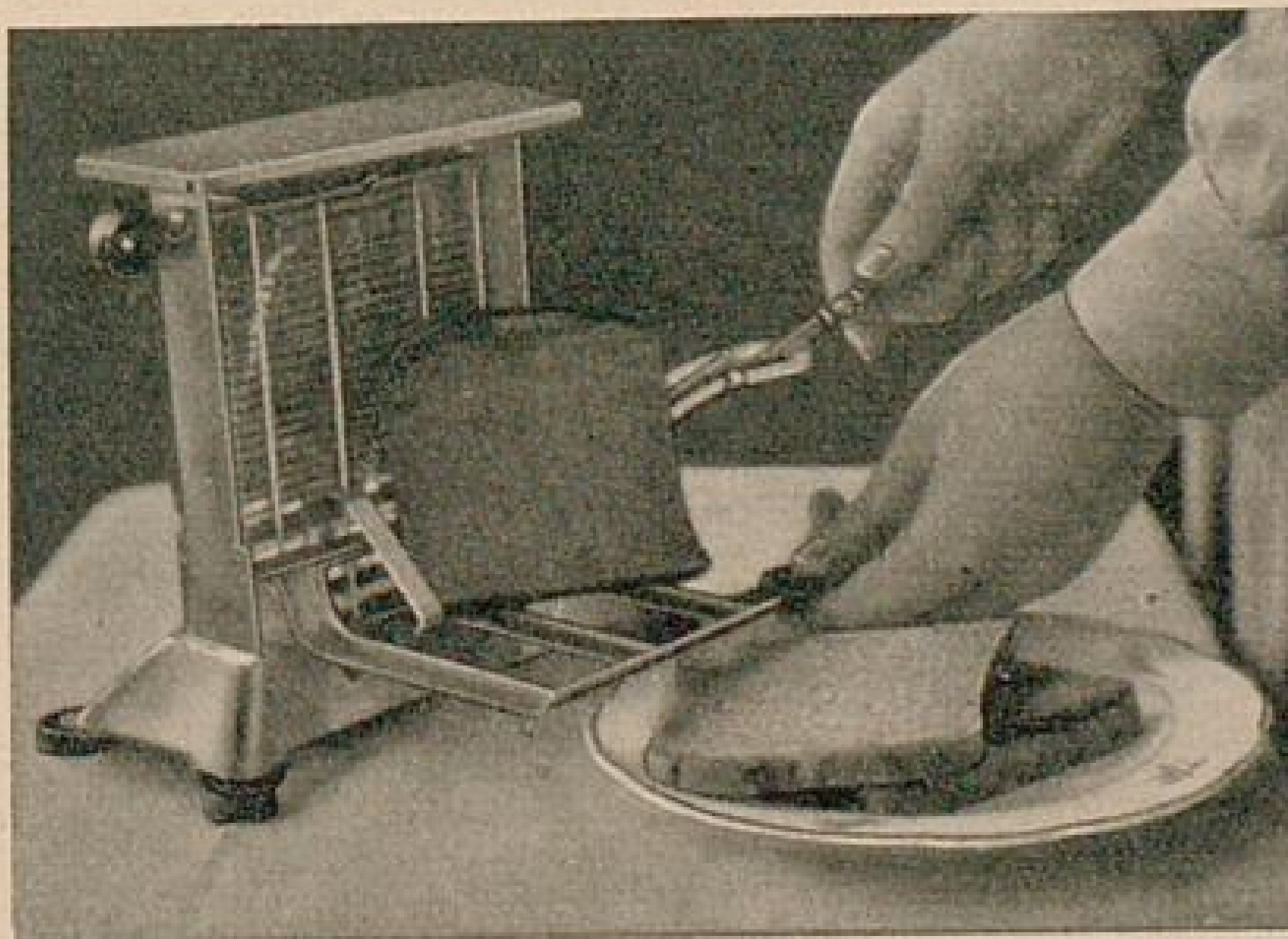
Phot. A. Matzdorff, Berlin

Die Zitrone läßt sich in allerlei Formen schneiden zur Verzierung.

Die Vorbereitung der Zutaten.

Bevor wir die Zubereitung der einzelnen Speisen selbst besprechen, wollen wir uns zunächst wieder darüber klar werden, was man wissen muß, wenn man schöne Vorspeisen zu Tisch bringen will.

Wie wir schon in der Einleitung erwähnten, sei auf hübsches Anrichten ganz besonders Wert gelegt. Zierlich geschnittene Zitrone, frische grüne Petersilie, schönes, unter Umständen farbiges Fleischgelee, tadelloses Geschirr spielen daher bei der Vorspeise eine große Rolle, doch ist jede Uebertreibung in der Ausschmückung unbedingt zu vermeiden. Zu warmen Vorspeisen reicht man gerne Salzstengel oder winzige Brötchen, zu kalten meist geröstetes Brot (Toast) und frische Butter.

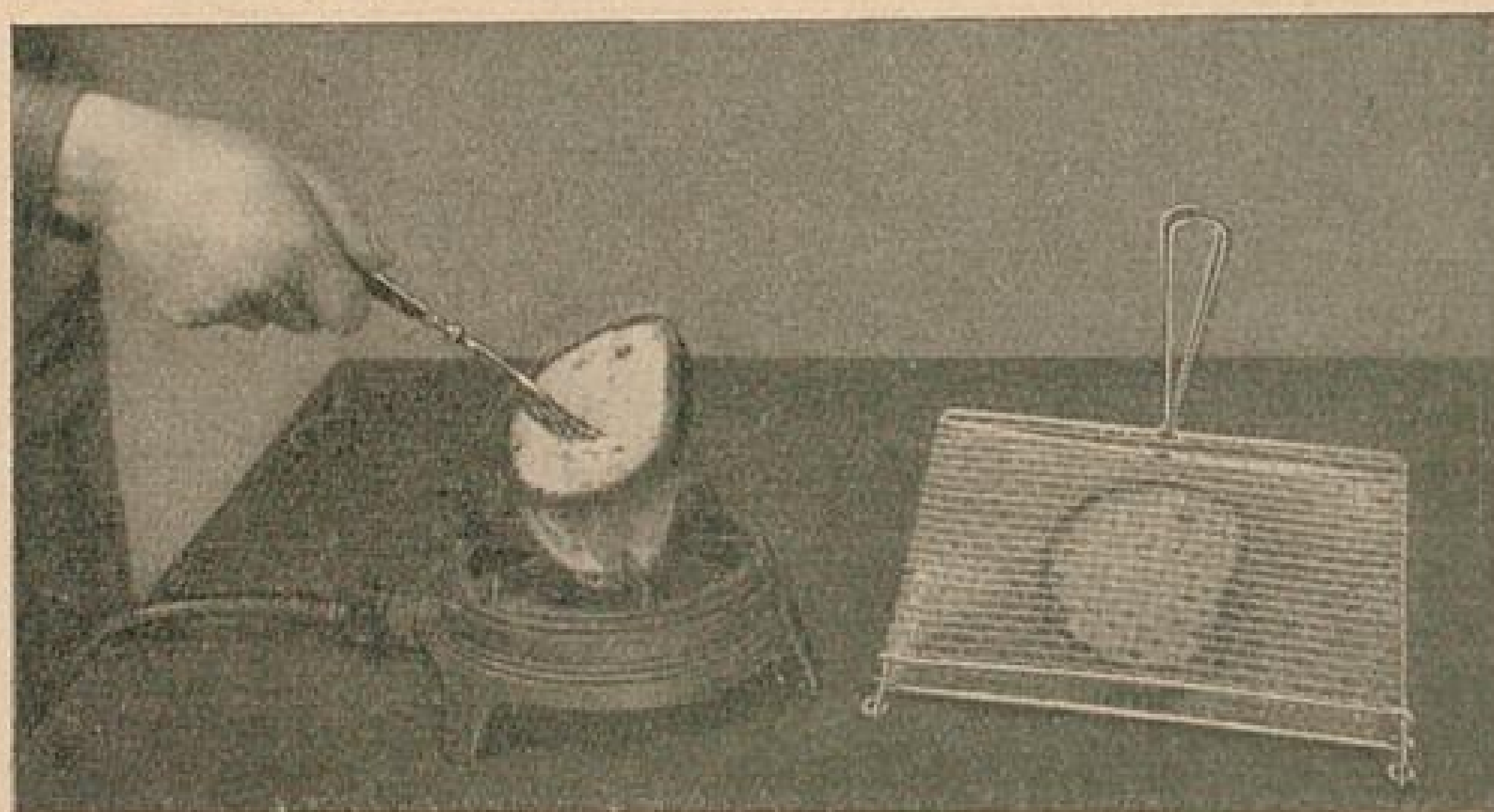


Phot. A. Matzdorff, Berlin

Brotrösten mit dem elektrischen Toaströster.

Das Rösten von Brot. (Toast).

Brot muß stets auf heller Flamme geröstet werden. Man verwendet weißes Kapselbrot dazu, das man in etwa 1 cm dicke Scheiben schneidet. Außen muß das Brot gut knusperig sein, innen aber noch schön weich. Beliebtest sind die elektrischen Toaströster, die aber noch etwas teuer sind. Dagegen sind die Drahtrahmen, die sowohl für Gas- als für Kohlenfeuer zu gebrauchen sind, billig und durchaus praktisch. In Ermangelung eines solchen kann man das Brot jedoch auch schon mit Hilfe einer Gabel rösten. Etwaige schwarze Stellen werden vor dem Anrichten abgekratzt.



Brot rösten an der Gabel; Drahtrahmen.

Das Vorrichten der Butter.

Die Butter muß ebenfalls hübsch angerichtet auf den Tisch kommen, wenn nicht das ganze Bild zerstört werden soll.

Die bekannten Butterfugeln werden mit zwei gerillten Brettchen hergestellt. Die Brettchen müssen zunächst in kaltes Wasser getaucht werden; dann legt man ein nicht zu großes Stückchen Butter dazwischen und dreht das obere Brettchen solange auf dem unteren, bis aus der Butter ein schönes Kügelchen geworden ist.

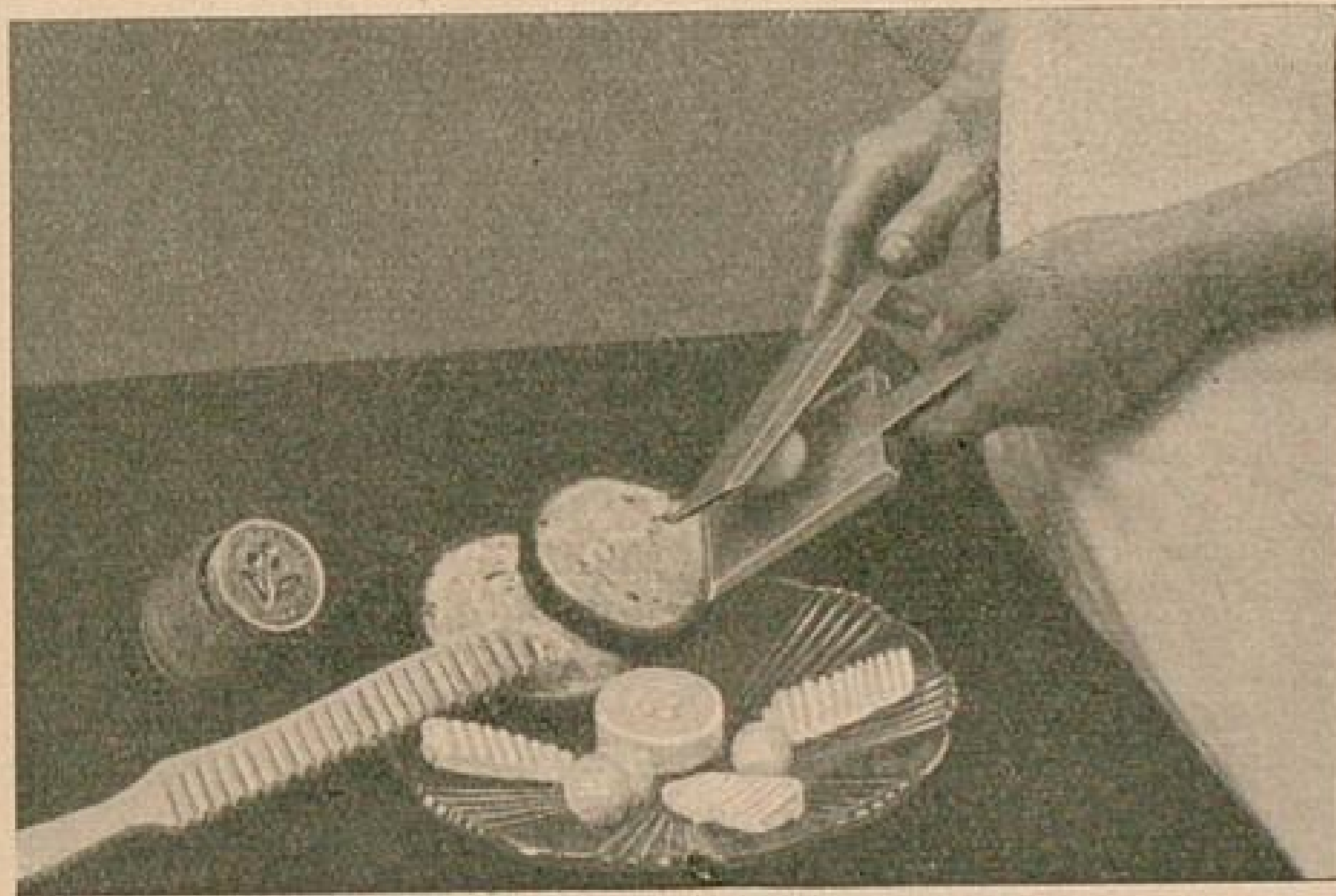
Butterförmchen werden ebenfalls zunächst mit kaltem Wasser ausgespült. Dann wird die durch Kneten geschmeidig gemachte Butter eingepreßt und sofort wieder ausgeklopft.

Am einfachsten ist das Abschneiden der Butterstreifen mit dem Buttermesser. Nur muß die Butter hierzu recht hart sein und unter Umständen vorher auf Eis gelegt werden. Die gerichtete Butter hebt man bis zum Gebrauch am besten in frischem Wasser auf.

Manche Vorspeisen werden durch Zugabe von Kräuter- oder Sardellenbutter verfeinert. Beide Buttermischungen sind auch als Brotaufstrich beliebt.

Um gute Kräuterbutter zu erzielen, vermischt man $\frac{1}{4}$ Pfd. schaumig gerührte Butter mit 1 Teel. Salz, 1 Prise Pfeffer, 1 Pr. Muskatnuß, 1 Teel. Zitronensaft, 2 fein verhackten Schalotten und 2 Eßl. fein verwiegten Kräutern, wie Petersilie, Kerbel, Estragon, Pimpinelle und Schnittlauch. Damit die Butter wieder hart wird, stellt man sie einige Zeit auf Eis.

Zu Sardellenbutter rührt man $\frac{1}{4}$ Pfd. Butter schaumig und mischt 4 bis 5 fein verwiegte, durch ein Sieb getriebene Sardellen und 1 Teel. Zitronensaft darunter. Selbstverständlich kann solche Butter nach dem Erkalten genau wie frische Butter geformt werden.



Buttermesser und Butterförmchen. Die Butterflügelchen werden zwischen 2 Brettchen gedreht.

Sülze oder Aspik. Einfache Art.

Sülze stellt man am einfachsten her, indem man in $\frac{1}{2}$ Liter klare, warme Fleischbrühe 10 bis 12 Blatt weiße oder rote Gelatine gibt, die man vorher in kaltem Wasser ausgedrückt und in ganz wenig heißem Wasser aufgelöst hat. Auch Wurzel- oder Knochenbrühe, die man durch etwas Fleischextrakt und Zitronensaft noch würziger macht, kann dazu verwendet werden. Nach dem Erkalten muß das Aspik so steif sein, daß man es schneiden kann. Durch Erwärmen kann es jederzeit wieder flüssig gemacht werden.

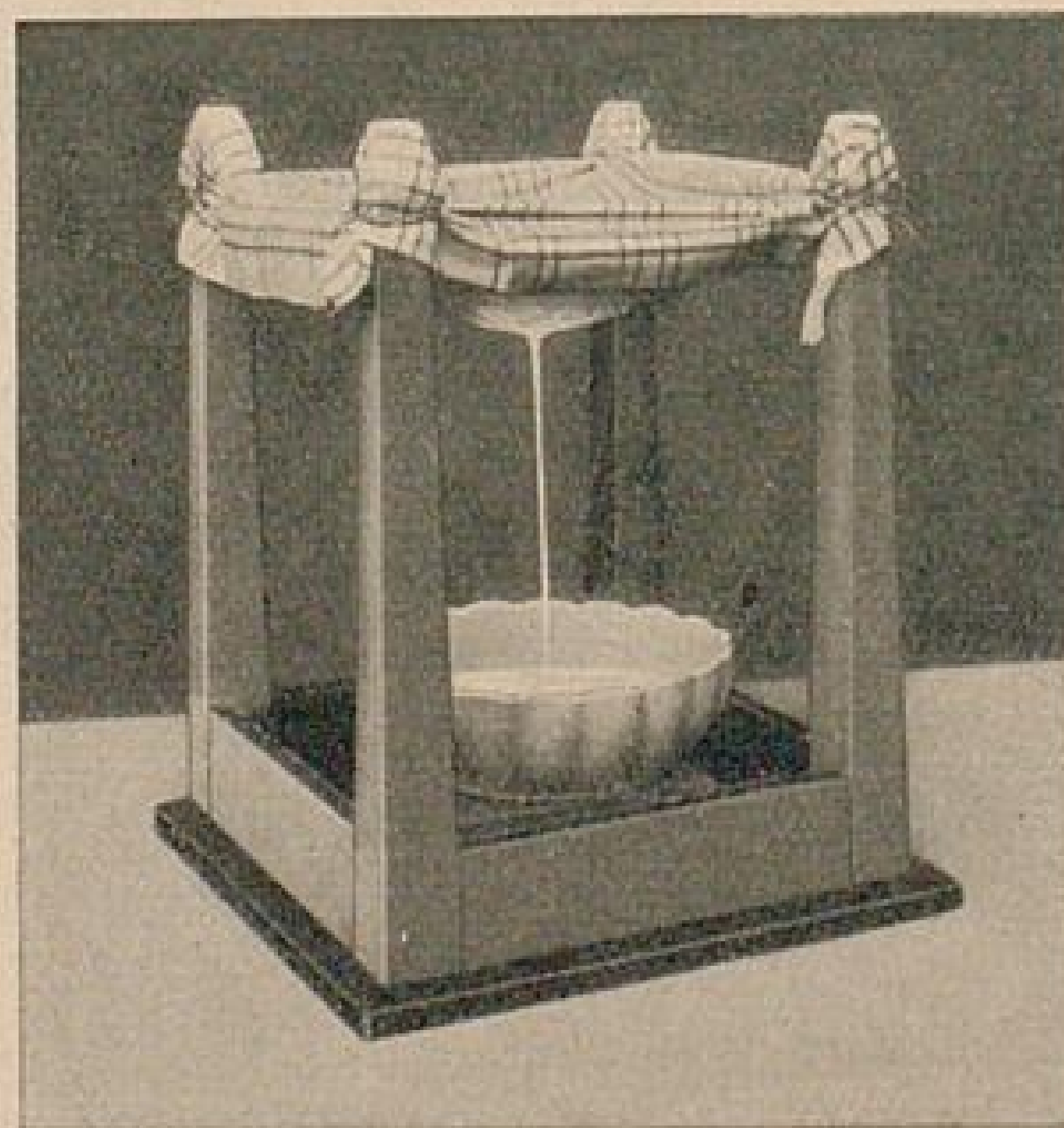
Das Aspik kann auch prächtig zur Verwendung von Resten dienen. Man gibt je nach Bedarf in eine große oder mehrere kleinere Schüsseln (Tasse, Pudding- oder Kastenform und ähnliches) zuerst etwas von dem flüssigen Aspik, läßt dieses halbsteif werden, belegt es dann mit kleinen Fleisch-, Fisch-, Eier-, Wurst- oder Gemüsestückchen (Mohrrüben, Erbsen, saure Gurken usw.), gießt wieder etwas flüssiges Aspik darüber und fährt so fort, bis die Form gefüllt ist. Das Aspik darf nur halbsteif sein, wenn

man es belegt. Ist es zu steif geworden, so teilt sich die Speise beim Stürzen. Wenn das Aspik völlig erstarrt ist, wird es gestürzt und mit Petersilie, Zitronenscheibchen und dergleichen auf hübscher Platte angerichtet.

Aspik aus Kalbsfüßen.

Zutaten: 2 Kalbsfüße, $\frac{1}{2}$ Pfd. Knochen, 1 Pfd. Ochsenfleisch, 5 Etr. Wasser, 1 Gelbrübe (Möhre), 1 Zwiebel, 3 Nelken, 5 Pfefferkörner, 1 Selleriewurzel, 3 Eßl. Essig, $\frac{1}{4}$ Etr. Wein, 2 Eßl. Salz, $\frac{1}{2}$ Teel. Fleischextrakt, 3 Eiweiß.

Knochen und Fleisch werden zerkleinert, gewaschen und mit kaltem Wasser und den übrigen Zutaten (außer Salz, Essig, Wein, Eiern und Fleischextrakt) beige stellt. Die Brühe muß auf mäßigem Feuer etwa 3 Stunden kochen, dann gibt man die übrigen Gewürze zu und läßt nochmals 1 bis 2 Stunden langsam ziehen. Jetzt wird die Brühe durch ein Sieb gegeben und bis zum nächsten Tage kaltgestellt. Die Fettschicht, die sich oben gebildet hat, wird nun sorgfältig abgenommen und die Brühe erhitzt. Um sie zu klären, werden die 3 Eiweiß schaumig gerührt, mit 2 bis 3 Eßl. Wasser vermischt in die heiße Brühe gegeben. Diese wird mit dem Schneebesen solange geschlagen, bis sie steigt, dann wird der Topf zugedeckt und die Brühe bei gelinder Hitze ganz langsam 10 Minuten gekocht. Nun wird das Aspik durch ein Tuch gegossen. Man legt ein weißes Tuch über die Füße eines umgekehrten Küchensockers, bindet es fest und stellt auf das Sitzbrett eine Schüssel. Das Aspik wird langsam auf das Tuch gegossen und fließt vollkommen klar in die Schüssel.



Das Aspik wird durch ein Tuch gegossen.

Belegte Brötchen.

Sie sind sehr beliebt, wenn sie nett gerichtet sind. Sie sollen möglichst klein sein und dürfen nicht dicker als 1 cm geschnitten werden. Man verwendet gutes Weißbrot vom vorhergehenden Tage dazu, weil dieses sich besser schneiden läßt. Für jeden Gast rechnet man etwa 3 Stück, die man auf Kristall- oder hübschen Glastellerchen anrichtet. Sie werden zunächst gut mit Butter bestrichen und dann je nach den verfügbaren Mitteln mit Wurst, Schinken, Tomaten, Eiern und Sardellenstreifchen, Radieschenscheiben oder auch mit Lachs, Kaviar, Oelsardinen und ähnlichen Leckerbissen belegt oder mit Sardellen- oder Kräuterbutter bestrichen.

Pikante Käsebrötchen.

Kräuterkäse wird fein gerieben und mit soviel Butter verrührt, daß sich die Masse gut streichen läßt. Weißbrotschnitten werden zuerst dünn mit feinem Tafelsenf und dann dick mit der Käsemasse bestrichen, in heißer Butter goldbraun geröstet und auf erwärmter Platte angerichtet. Auf die Käseseite darf keine heiße Butter kommen.

Die kalte Platte.

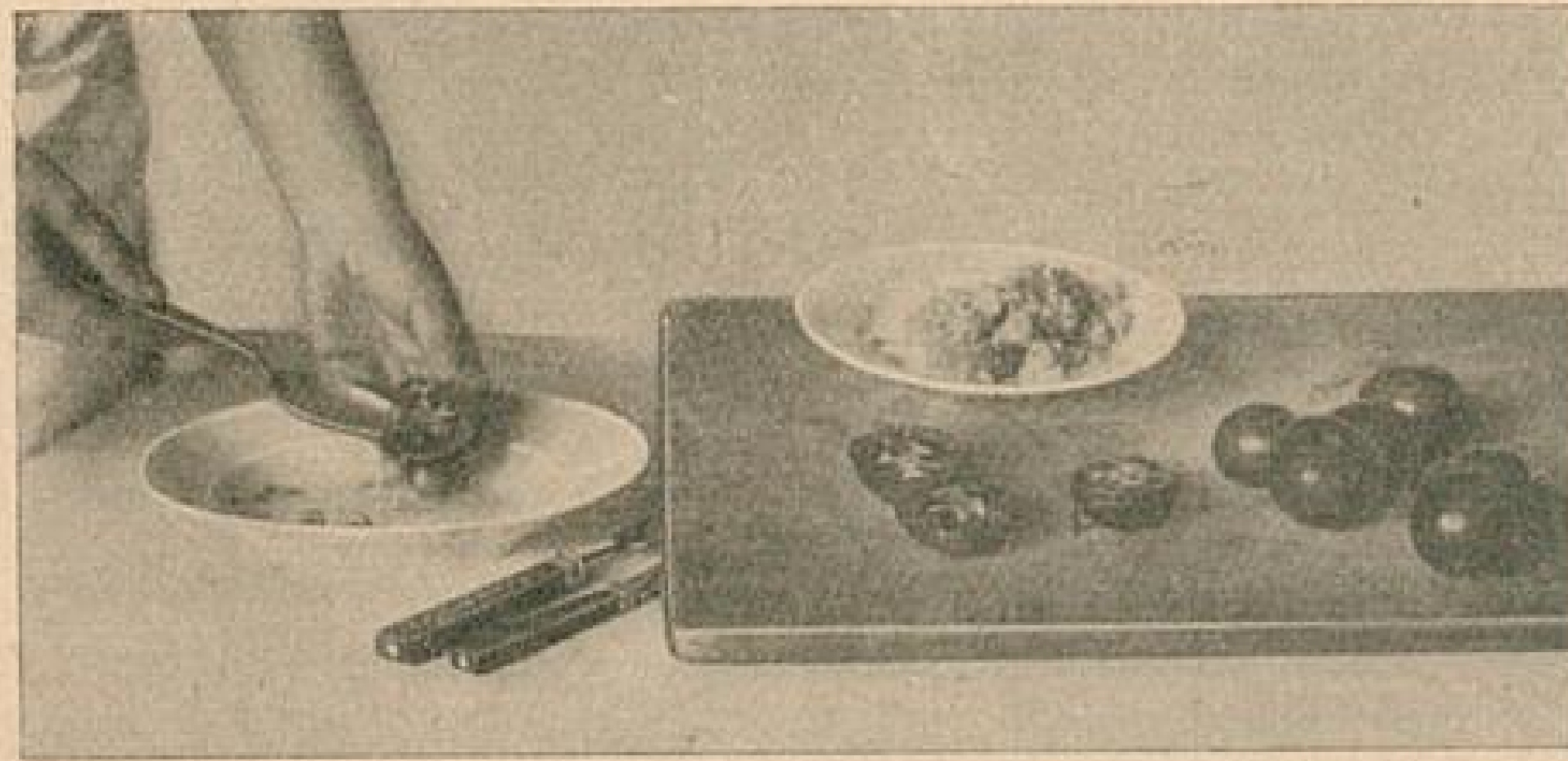
Die kalte Platte ist die Vorspeise, die neben den belegten Brötchen am raschesten gerichtet, aber auch am teuersten ist. Verschiedene pikante Leckerbissen, wie Lachs, Oelsardinen, Hummer in Mayonnaise, Aal in Gelee, Oliven und dergleichen werden auf schöner Kristallplatte zierlich angeordnet und zwar so, daß die einzelnen Farben recht gut aufeinander abgestimmt sind. Bei vornehmerm Essen muß die Auswahl auf der Platte recht groß sein, doch dürfen von keiner der Delikatessen große Mengen aufgetürmt sein. Man reicht hübsch gerichtete frische Butter und geröstetes Brot dazu.

Tomaten-Vorspeisen.

Kalte, gefüllte Tomaten.

Zutaten: 8 Tomaten, Reste von Fleisch- oder Gemüsesalat, oder 1 Sellerieknolle, etwas Petersilie, Mayonnaise, 3 bis 4 Pfeffergurken.

Schöne, große Tomaten, die gut ausgereift, jedoch nicht zu weich sein sollen, werden mit einem Tuch gut abgewischt, in der Mitte durchgeschnitten, vorsichtig ausgehöhlt und auf eine mit grünen Blättern ausgelegte Platte gesetzt. Die ausgehöhlten Hälften werden mit Fleisch- oder feinem Gemüsesalat gefüllt. Oder man bestreut sie innen mit etwas Salz und Pfeffer.



Phot. A. Mahdorff, Berlin

Die Tomaten werden ausgehöhlt.

Die abgekochte Sellerieknolle wird nach dem Erkalten geschält, in kleine Würfel geschnitten, mit Zitronensaft beträufelt, mit etwas feinverwiegter Petersilie vermengt und in die Tomatenhälften gefüllt. Die Tomaten werden sodann mit einer dicken Mayonnaise überzogen. Das Gericht kann sowohl als Vorspeise wie auch zu kaltem Braten gegeben werden.

Fliegenpilze aus Tomaten.

Man belegt eine runde Glasplatte mit einer dicken Mayonnaise und gibt außen herum einen Kranz gelber Salatblätter oder in deren Ermangelung Petersilienblätter. Von hartgekochten, geschälten Eiern schneidet man auf der breiten Seite die Rundung ab und setzt die Eier in regelmäßigen Abständen in die Mayonnaise. Kleine, feste Tomaten werden halbiert; dann nimmt man mit dem Löffel das Kernhaus heraus, setzt die Tomatenhälften als Hütchen auf die Eier und bespritzt sie mit fester Mayonnaise, sodaß sie wie



Fliegenpilze aus Tomaten. Das Ausspritzen der Mayonnaise.

Fliegenpilze aussehen. Zum Spritzen der Mayonnaise richtet man sich aus Pergamentpapier ein kleines Tütchen, dessen Spitze man unten abschneidet. Die Tüte wird mit wenig Mayonnaise gefüllt, die unter leichtem Druck durch die untere Oeffnung herausgespritzt wird.

Gebackene Tomaten mit Fleischfülle.

Zutaten: 8 Tomaten, Fülle: 20 g Butter, 1 Eßl. verwiegte Zwiebel und Petersilie, 200 g Fleischreste, 3—4 Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt.

Von schönen, gleichmäßig großen Tomaten schneidet man vorsichtig ein kleines Deckelchen ab, nimmt das Kernhaus und den Saft heraus, bestreut sie mit etwas Salz und Pfeffer und setzt sie in eine gut gebutterte Auflaufform, in der man sie auch zu Tisch bringen kann. Die fein verwiegten Fleischreste, Zwiebel und Petersilie werden in Butter gedämpft. Das mit dem Lorbeerblatt und den Pfefferkörnern weichgekochte Tomatenmark wird durchpassiert, mit 1 bis 2 Eßl. geriebenem Schweizer Käse unter die Fleischfülle gemengt und die Masse mit etwas Bratentunke, Soja oder dergleichen gewürzt. Sodann füllt man die Masse in die ausgehöhlten Tomaten, gibt das Deckelchen darauf, bestreut mit Butterflöckchen und bäckt sie in heißem Ofen 30 Minuten.

Einfaches Muschelragout.

Zutaten: 1 kleines Brieschen, $\frac{1}{2}$ Hirn, 2 Eßl. Mehl, 40 g Butter, 2 Eßl. geriebener Käse, 1 Eßl. geriebener Zwieback, 1 Teel. Salz.

Ein kleines Brieschen wird gewaschen, mit kaltem Wasser beige stellt und weich gekocht. Aus Mehl und Butter wird ein dicker Butterbeiguß hergestellt, das klein geschnittene Brieschen nebst dem rohen, verwiegten Hirn hinzugegeben und das Ganze kurz aufgekocht. Die Muscheln werden mit Butter, oder, wenn man sie besonders pikant haben will, mit Sardellenbutter ausgestrichen, das Ragout eingefüllt, geriebenes Brot und geriebener Käse darüber gestreut und auf einem mit Salz bestreuten Blech in mäßiger Hitze 15 bis 20 Minuten gebacken.

Feines Ragout

Zutaten: $\frac{1}{4}$ Pfd. Kalbfleisch, $\frac{1}{4}$ Pfd. Schweinefleisch, $\frac{1}{2}$ Kalbszunge, $\frac{1}{2}$ Hirn, $\frac{1}{2}$ kleines Brieschen, 1 Etr. Fleischbrühe, 2 bis 3 Eßl. Mehl, 60 g Butter, 3 bis 4 Eßl. Wein, 1 Eigelb, $\frac{1}{2}$ Tasse Rahm, 2 Eßl. geriebener Käse, 1 Eßl. Kapern, 1 Eßl. Weckmehl, Salz.

Kalbfleisch, Schweinefleisch, Kalbszunge, Hirn und Brieschen werden in Fleischbrühe weichgekocht und in kleine Würfel geschnitten. Das Mehl wird

in Butter hellgelb gedünstet, mit kaltem Wasser abgelöscht, mit Fleischbrühe verdünnt und mit etwas Wein abgeschmeckt, das Fleisch beigefügt und das Ganze aufgekocht. Dann rührt man mit Eigelb und Rahm ab, füllt die Masse in die gut gebutterten Muscheln, gibt den geriebenen Käse, Weckmehl (Semmelmehl), Kapern und Butterstückchen darauf, stellt die Muscheln auf ein mit Salz bestreutes Blech und bäckt sie in mäßiger Hitze 15 bis 20 Minuten. Zu dem Ragout kann man auch übriggebliebene Bratenreste verwenden und evtl. die Kalbszunge weglassen. Man kann die Masse auch zum Füllen der runden Blätterteigpastetchen verwenden.

Eierspeisen.

Gekochte Eier.

Zum Kochen kann man nur tadellos frische Eier verwenden. Sie müssen, gegen das Licht gehalten, durchsichtig erscheinen, und wenn man sie in eine Salzwasserlösung ($\frac{1}{2}$ Etr. Wasser, 60 g Salz) legt, sollen sie unter sinken.

Die Eier werden zum Kochen am besten mit kaltem Wasser beige stellt, weil dadurch die Schalen nicht so leicht platzen.

Weiche Eier läßt man je nach der Größe 2 bis 3 Minuten, wachsweiße Eier (Salateier), bei denen das Eiweiß fest, das Eigelb noch etwas flüssig sein soll, 5 bis 6 Minuten und harte Eier 10 Minuten kochen. Dann läßt man kurz einen Strahl kaltes Wasser darüber laufen, damit sich nachher die Schale gut löst.

Weichgekochte Eier sind am leichtesten verdaulich und spielen daher in der Krankenkost eine große Rolle. Harte Eier sind schwer verdaulich, jedoch kann durch Zugabe von Gewürzen, wie Salz, Pfeffer, Senf, Essig und dergleichen ihre Verdaulichkeit wesentlich gefördert werden.

Ei im Glas.

Man kocht ein tadellos frisches Ei vorsichtig 3 Minuten — das Weiße darf noch nicht ganz fest sein —, schreckt es ab, schlägt es in ein vorher erwärmtes, breites Glas (es sind besondere Gläser hierfür im Handel), würzt es mit Salz und serviert es sofort, da es rasch erkaltet. Auf diese Weise werden häufig die Frühstückseier serviert. Auch Kranken ist diese Art der Darreichung angenehm.

Rührei.

Zutaten: 8 Eier, 2 Eßl. Milch, 2 Prisen Salz, 50 g Butter.

Die Eier werden mit der Milch und Salz tüchtig verrührt und in die heiße Butter gegeben. Man läßt sie leicht dick werden und verrührt sie

dann mit der Gabel. Am schönsten werden sie in einer feuerfesten Porzellanpfanne. In einer Eisen- oder Emailpfanne bereitet man sie besser nicht auf offener Gasflamme, sondern legt einen Asbeststeller unter. Die Zubereitung dauert zwar dann etwas länger, das Rührei wird aber besonders schön. Sie müssen auf einer erwärmten Schüssel angerichtet und sofort aufgetragen werden. Niemals dürfen Rühreier lange stehen bleiben. Nach Belieben kann man auch 1 Eßl. feingeschnittenen Schnittlauch oder geriebenen Käse darunter geben. Rührei ist eine gute Krankenspeise.

Rührei mit Butaten.

Das Rührei wird zubereitet wie oben beschrieben, nur mischt man etwas fein gewiegten Schinken darunter, ehe das Ei ganz dick wird. Anstatt Schinken kann man auch etwas fein verwiegten Lachs oder Spargelspitzen oder Tomatenmark beifügen, sei dann aber sehr sparsam mit der Zugabe von Salz. Will man Bücking hinzufügen, so werden die Bückinge sorgfältig gepuht, die Filets in heißer Butter zuerst angebraten und dann die Eier darüber gegossen. Mit grünem Salat ist die Speise ein gutes, einfaches Abendessen.

Spiegeleier.

In einer flachen Pfanne oder in einer sogenannten Eierpfanne, die für jedes Ei eine Vertiefung hat, läßt man Butter heiß werden, schlägt die Eier vorsichtig hinein, sodaß sie nicht auseinanderfließen, streut etwas Salz darüber und bäckt sie langsam, bis das Eiweiß fest ist. Legt man besonderen Wert auf ein schönes Aussehen, z. B. wenn sie zum Verzieren von Beefsteaks und dergleichen dienen sollen, so sticht man sie mit einem Pastetenring oder Weinglas schön rund aus. Man kann auch in der Pfanne geräucherten Speck oder gekochten Schinken kurz anbraten und darüber die Spiegeleier zubereiten.

Eierschnitten.

Man röstet Weißbrotscheiben in Butter und bestreicht sie mit dickem Tomatenmark, das man mit Sherry, 1 Teel. Worcestersauce oder Soja würzt. Hartgekochte Eier werden quer in Scheiben geschnitten und jedes Brot je nach Größe mit 3 bis 4 Scheiben schuppenartig belegt. Auf die Eier kann man der Länge nach abwechselnd Streifen von Essiggurken, Sardellen und Lachs legen.

Verlorene Eier.

Zutaten: 8 Eier, 2 Ltr. Wasser, 3 Eßl. Salz, 3 Eßl. Essig.

Hierzu können nur ganz frische Eier verwendet werden, sonst geraten sie nicht. In einem Kochtopf läßt man Wasser, Salz und Essig zum Kochen

kommen. Die Eier hält man vor dem Aufschlagen auf einem Schaumlöffel einen Augenblick in das kochende Wasser, zieht sie jedoch sofort zurück. Durch dieses Verfahren halten die Eier besser zusammen und zerlaufen nicht. Die Eier werden vorsichtig in einen Schöpflöffel aufgeschlagen. Dann legt man sie sorgfältig in das schwach kochende (nicht strudelnde) Wasser ein. Nach 3 bis 4 Minuten nimmt man sie mit dem Schaumlöffel heraus, schneidet sie rund und hält sie in heißem, gesalzenem Wasser bis zum Gebrauch warm. Doch sollen sie nur kurz darin liegen bleiben, da sonst das Eigelb fest wird. Es soll vollständig weich bleiben. Die verlorenen Eier werden als selbständige Speise auf gerösteten Weckschnitten oder mit Senfbeiguß aufgetragen oder zu Gemüse, Ragouts, in Suppen und dergleichen angerichtet, oder auf eine erwärmte tiefe Schüssel gelegt und mit einer schmackhaften braunen Tunke übergossen.

Verlorene Eier auf Tomaten.

Zutaten: 8 Eier, 4 große Tomaten, 30 g Butter, Salz, Pfeffer, 3 bis 4 Sardellen, Tomatenbeiguß (siehe unter Beigüssen).

Die Tomaten schneidet man in der Mitte durch, entfernt vorsichtig das Wasser und die Kerne, würzt die Tomatenhälften mit Salz und Pfeffer, dämpft sie vorsichtig, damit sie nicht zerfallen, einige Minuten in heißer Butter, legt sie auf eine erwärmte Schüssel, gibt auf jede Tomatenhälfte ein verlorenes Ei und übergießt die Eier mit einem dicklichen Tomatenbeiguß. Nach Belieben kann man jedes Ei mit in feine Streifen geschnittenen Sardellen belegen.

Gefüllte Eier.

Zutaten: 8 Eier, 1 Eßl. Sardellenbutter, 1 Eßl. Senf, 1 Eßl. fein gehackter Schnittlauch.

Hartgekochte Eier werden nach dem Erkalten geschält, der Länge nach vorsichtig auseinandergeschnitten und das Eigelb herausgenommen. Das Gelbe wird mit Senf (Mostrich), Sardellenbutter und Schnittlauch gut verrührt. Diese Masse wird gehäuft in die Eiweißhälften gefüllt. Dann richtet man sie auf einer flachen, mit Petersilie verzierten Platte an und reicht geröstete Brotschnitten dazu.

Russische Eier.

Zutaten: 8 Eier, Mayonnaise, fein verwegte Kräuter (Estragon, Dimpinelle, Boretsch, Petersilie, Schnittlauch), 4 Sardellen oder etwas Lachs, Salatblätter, Essiggurken oder 1 bis 2 Eßl. Kaviar.

Die hartgekochten Eier werden geschält, der Länge nach halbiert und auf eine Platte gelegt. Dann gibt man eine dicke Mayonnaise, die man

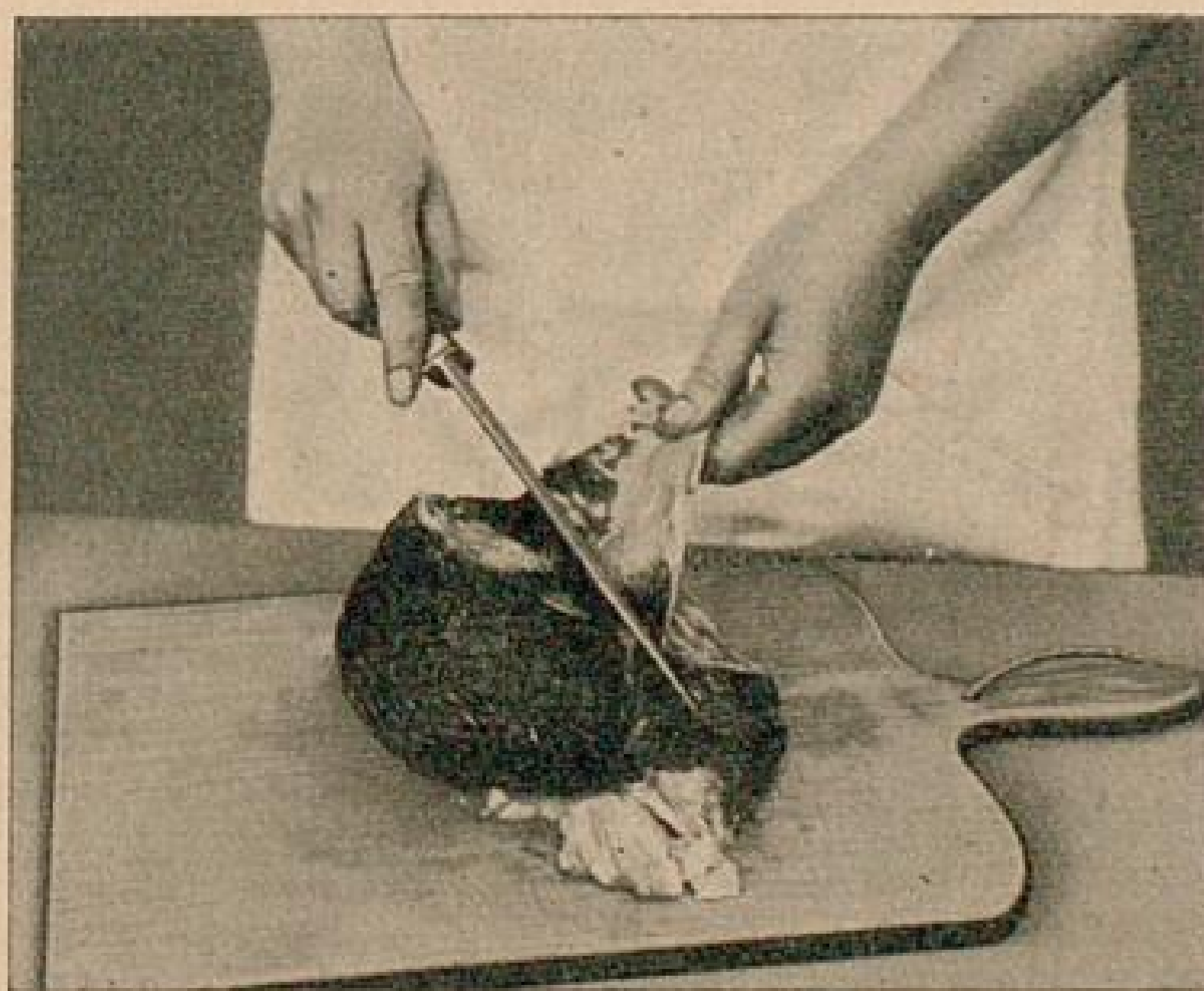
mit den fein verwiegten Kräutern gewürzt hat, über die Eierhälften und verziert mit Salatblättern, Sardellen oder Lachsstückchen und Essiggurken. Nach Belieben kann man auch nur 1 bis 2 Eßl. Kaviar über die Mayonnaise geben.

Kaviareier.

Hartgekochte Eier werden der Länge nach halbiert und soviel Eigelb herausgenommen, daß nur noch ein gelber Rand bleibt. Nun füllt man die Höhlung mit Kaviar und verziert die Eier mit Petersilie.

Fleischspeisen.

Das Fleisch gehört zwar zu den wertvollen, aber auch zu den teuren Nahrungsmitteln, deshalb müssen wir bei der Zubereitung doppelt sorgfältig darauf achten, daß keine Nährstoffe verloren gehen.



Sehnen und Häute am Fleisch werden abgelöst.

Wenn möglich, waschen wir das Fleisch gar nicht, sondern reiben es nur mit einem reinen Tuch gut ab, damit keine Nährsalze ausgelaugt werden. Dies muß immer geschehen, wenn wir das Fleisch braten, denn es entsteht keine Kruste, wenn das Fleischstück naß in das Fett eingelegt wird. Unter gar keinen Umständen aber darf das Fleisch längere Zeit im Wasser liegen bleiben.