

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Haushaltungskurs**

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

**Mannheim, [ca. 1915]**

Mehlspeisen

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

Kartoffeln, Sellerie, Gelbrüben werden, jedes Gemüse für sich, in Salzwasser weich gekocht, geschält und in Würfel geschnitten. Äpfel, hartgekochte Eier, Essiggurken und Rotrüben werden ebenfalls in Würfel geschnitten und das Ganze mit der geriebenen Zwiebel, Salz, Pfeffer und Fleischbrühe gut vermenget. Dann gibt man 6 Eßl. Mayonnaise, nach Bedarf etwas Essig oder Zitronensaft dazu und mischt alles gut durcheinander. Nun häuft man den Salat in der Schüssel bergartig auf, teilt ihn mit Sardellen oder Heringsfiletstreifen in Felder ein und füllt diese abwechselungsweise mit fein verwiegten Gurken, gehacktem Eigelb, Rotrüben, Eiweiß und Kapern.

## Mehlspeisen.

Mehlspeisen kommen auf unseren Tisch als Zugabe zu Gemüse oder Salat anstelle der Fleischkost. Sie bilden auch mit Kompott einen nahrhaften Nachtisch oder ein gutes Abendessen, das insbesondere bei Kindern meist viel Anklang findet.

### Pfannkuchen (Eierkuchen).

Zutaten: 375 g Mehl, 3 Eier,  $\frac{1}{2}$  Tasse Milch, Salz, Fett.

Das Mehl wird vorsichtig mit Milch, Eigelb und Salz zu einem glatten, nicht zu dickflüssigen Teig angerührt. Zuletzt zieht man den steifen Eierschnee darunter. In einer flachen Stielpfanne erhitzt man ein nußgroßes Stück Fett, gibt einen kleinen Schöpflöffel voll Teig hinein, läßt ihn in der Pfanne gleichmäßig dünn auseinanderlaufen und bäckt den Pfannkuchen unter Rütteln hellgelb. Dann wendet man ihn vorsichtig, daß er nicht zerbricht, mit einem Pfannenmesser oder breitem Schäufelchen um und bäckt ihn auch auf der anderen Seite. Wird die Pfanne zugedeckt, so geht der Pfannkuchen schöner auf.

Gefüllte Pfannkuchen. (Resteverwertung.) Uebriggebliebene Pfannkuchen werden mit Haschee bestrichen und gerollt. Dann schneidet man sie in zwei Hälften, taucht sie in verrührtes Ei und in Weckmehl und bäckt sie in heißem Fett auf beiden Seiten hellgelb.

### Kaiserschmarren.

Zutaten: 4 Eier, 4 Eßl. Mehl, Salz, 2—3 Eßl. Zucker, 50 g Butter.  
Zum Backen 100 g Fett.

Aus Mehl, Milch, Eigelb und Salz wird ein glatter Teig angerührt. Dann gibt man die zerlassene, aber ja nicht heiße Butter und den steifen

Eierschnee darunter, gibt einen Teil der Masse in das heiße Fett, läßt sie etwas anbacken und zerreißt sie mit einem Pfannmesser oder Schöpfelchen in Stücke. Der Schmarren soll goldbraun werden. Beim Anrichten bestreut man ihn mit Zucker und bringt ihn sofort zu Tisch, da er langes Stehen nicht verträgt.

#### Spätzle.

Zutaten: 1 Pfd. Mehl,  $\frac{1}{4}$  Etr. Wasser, Salz, 3 Eier.

Aus Mehl, Salz und den Eiern rührt man unter allmählicher Zugabe von ungefähr  $\frac{1}{4}$  Etr. lauwarmem Wasser einen glatten, zähen Teig, der solange mit dem Kochlöffel geschlagen wird, bis er Blasen wirft. Hierauf läßt man ihn eine Zeit lang ruhen, nimmt dann einen Teil des Teiges auf ein nassgemachtes Brettchen, streicht ihn auseinander, schabt mit einem breiten Messer dünne, lange Streifen in das kochende Salzwasser und läßt sie aufkochen. Sobald sie an die Oberfläche kommen, werden sie mit einem Schaumlöffel herausgenommen, kurze Zeit in heißes Wasser gelegt und auf einer heißen Platte angerichtet. Nach Belieben kann man sie mit in Butter geröstetem Weckmehl abschmelzen. Sie müssen sofort aufgetragen werden.

Die im Handel befindlichen Spatzemühlen sind sehr zu empfehlen. Gibt man den Teig durch die Mühle, so darf er nicht geschlagen werden und auch nicht ruhen. Damit die Spätzle nicht zu kurz werden, darf der Trichter der Maschine nur 2 cm über dem kochenden Wasser liegen.

#### Gebackene Griesßschnitten.

Zutaten: 1 Etr. Milch, 250 g Griesß, 20 g Butter, Salz, 1 Ei, geriebenes Brot, Backfett.

Der Griesß wird langsam in die siedende Milch mit Butter und Salz einlaufen lassen und unter beständigem Rühren zu einem dicken Brei gekocht. Dieser wird auf ein nasses Brett aufgestrichen, erkaltet in Vierecke geschnitten, die in dem gut verrührten Ei und Weckmehl umgewendet und in heißem Fett gebacken werden.

#### Reis Kroquetten.

Zutaten: 300 g Naturreis, 20 g Kochbutter, Salz, 1 verwięte Zwiebel,  $1\frac{1}{4}$  Etr. Knochen- oder Grünsbrühe, 30 g geriebener Käse, 1 Ei, Weckmehl und Backfett.

Der Reis wird mit der Zwiebel in der Butter etwas angeröstet und mit Brühe weichgekocht. Aus der noch warmen Masse werden Klöße ausgestochen und mit nassen Händen auf einem Brettchen zu länglichen Röll-

chen geformt, die man in dem verrührten Ei und dem Weckmehl umwendet und in heißem Fett hellbraun bäckt. Tomatenbeiguß paßt dazu.

Man kann die Speise auch süß zubereiten. Zwiebel und Käse bleiben weg. Der Reis wird in Milch gekocht und die fertigen Kroquetten mit Zucker und Zimt bestreut. Als Beilage gibt man gekochtes Obst.

#### Reis mit Tomaten.

Zutaten:  $\frac{1}{2}$  Pfd. Reis, 20 g Butter, 1 Etr. Fleisch- oder Grünbrühe,  $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$  Pfd. Tomaten, 1 Zwiebel, Salz, Muskatnuß, 2 Eßl. geriebener Käse.

Der Reis wird verlesen, gewaschen, in Butter gedämpft, mit der Brühe abgelöscht und weichgekocht. Inzwischen hat man die in Scheiben geschnittenen Tomaten in etwas Fett weichgedämpft und durch ein Sieb gestrichen. Der Reis wird nun mit dem Käse und den Tomaten — man kann auch Tomatenmark verwenden — vermischt, mit Salz und Muskatnuß gewürzt und in eine mit Butter bestrichene Ringform gefüllt, die man  $\frac{1}{2}$  Stunde in heißes Wasser stellt. Beim Anrichten stürzt man den Reis auf eine erwärmte Schüssel.

#### Schinkennudeln.

Zutaten:  $\frac{3}{4}$  Pfd. Nudeln, Abkochwasser, Salz, 125 g Schinken, 60 g geriebener Schweizer- oder Parmesankäse,  $\frac{1}{2}$  Tasse saurer Rahm oder Milch, 40 g Butter.

Die Nudeln werden in kochendes Salzwasser gegeben, weichgekocht (10 bis 20 Minuten) und zum Abtropfen auf ein Sieb geschüttet. In eine gut gebutterte Auflaufform gibt man lagenweise Nudeln, fein verwiegten Schinken und geriebenen Käse. Man schließt stets mit einer Lage Nudeln ab, gibt den sauren Rahm oder Milch und kleine Butterflöckchen darüber und läßt die Nudeln in mäßig heißem Ofen  $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$  Stunde aufziehen.

Auf die gleiche Weise werden Schinkenmakkaroni zubereitet.

Das Gericht kann auch mit Fischresten, zerlegten Bücklingen (2—3 Stück) oder getrocknetem Fisch statt des Schinkens zubereitet werden.

#### Apfelfüchlein.

(Vierteig).

Zutaten:  $1\frac{1}{2}$  Pfd. mürbe Äpfel, 1 große Tasse Mehl, Salz, 4 Eigelb, 1 Glas Bier, 1—2 Eßl. Zucker, Backfett.

Die Äpfel werden geschält, in Scheiben geschnitten und gezuckert. Aus Mehl, Salz, Eigelb und Bier rührt man einen dicken Teig, zieht den steifen Eierschnee darunter, wendet die Apfelscheiben darin um, bäckt sie

in heißem Fett schwimmend schön gelb und bestreut sie beim Anrichten mit Zucker. Will man die Küchlein besonders fein haben, so beträufelt man die gezuckerten Apfelscheiben mit etwas Kirchwasser oder Arrak.

## Süßspeisen.

### Puddings und Aufläufe.

Eine beliebte Nachspeise ist der warme oder kalte Pudding, der meist mit einem Beiguß aufgetragen wird. Damit ein schöner Pudding auf den Tisch kommt, muß der dazu verwendete Eierschnee möglichst steif geschlagen und ganz zuletzt leicht unter die Masse gemischt werden. Man trennt Eiweiß und Dotter vorsichtig voneinander. Das Eiweiß schlägt man in einer Schüssel unter Zugabe einer Prise Salz mit einer Gabel oder einem Schneebesen so lange, bis der Schnee ganz trocken und so steif ist, daß man ihn mit dem Messer schneiden könnte.

Die Puddingform muß sehr reichlich mit Butter oder Öl in allen Rillen und Kanten ausgestrichen und mit geriebenem Zwieback oder Weckmehl bestreut werden. Bei mangelhaftem Bestreichen hängt der Pudding an und zerfällt beim Stürzen. Die Form darf nur zu  $\frac{3}{4}$  gefüllt werden, damit die Masse beim Kochen sich ausdehnen kann, und muß sorgfältig verschlossen werden. Man vergesse nicht, auch den Deckel mit Butter auszustreichen, damit der aufsteigende Pudding nicht anhängt. In dem Topf, in den man die Form stellt, soll das Wasser nur bis zur Hälfte der Form gehen, damit diese durch die Bewegung des Wassers nicht umfällt. Der Topf muß gut verschlossen werden, damit die Wasserdämpfe nicht entweichen können und zum Garwerden des Puddings dienen. Das Kochwasser soll nur langsam kochen, nicht strudeln. Es darf aber auch nicht aus dem Kochen kommen. Ist das Wasser trotz langsamem Kochen verdampft, so gieße man nur kochendes Wasser nach. Wenn der Pudding die nötige Zeit gekocht hat, so stelle man ihn einige Augenblicke in kaltes Wasser, er läßt sich dann leichter stürzen. Einen warmen Pudding stellt man nach dem Kochen noch aufgedeckt  $\frac{1}{4}$  Stunde in den heißen Backofen.

### Schokoladenpudding.

Zutaten: 100 g Butter, 100 g Zucker, 100 g Mandeln, 100 g Schokolade, 30 g Zitronat, 30 g Pomeranzenschale, 4 Eier, Weckmehl.

In die schaumig gerührte Butter wird der Zucker, die geriebenen Mandeln, Schokolade, Eigelb, die feingeschnittene Pomeranzenschale und