

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Haushaltungskurs

Sunlicht-Institut für Haushaltungskunde <Mannheim>

Mannheim, [ca. 1915]

Kartoffelgerichte

urn:nbn:de:bsz:31-106241

es darin schön weiß bleibt. Ist es sehr sauer, so wird es rasch durch kaltes Wasser gezogen; am besten wird es jedoch nicht gewaschen, sondern nur mit der Gabel aufgelockert. Man gibt die Apfelscheibchen dazwischen, legt das Schweinefett darauf, gießt das heiße Wasser zu und läßt das Kraut aufkochen. Dann wird die glasig gedünstete Zwiebel beigegefügt und der Topf fest zugedeckt. Sauerkraut ist in 2 Stunden weichgekocht. Falls noch etwas Salz nötig ist, wird es nebst einer Prise Zucker beigegeben. Nach Belieben kann auch mit etwas Kümmel oder einigen Wacholderbeeren gewürzt werden. 1 Stunde vor dem Garsein kann man eine rohe Kartoffel in das Kraut reiben oder kurz vor dem Anrichten einen halben Eßl. Mehl darüber stäuben, um das Kraut geschmeidig zu machen. Die Zugabe eines Gläschens Weißwein oder Apfelwein verbessert den Geschmack. Sehr gut kann man im Sauerkraut frisches oder gesalzenes Schweinefleisch mitkochen. Ist dieses sehr fett, so erübrigt sich die Zugabe von Fett an das Kraut. Das Mitkochen von Rauchfleisch verdirbt die Farbe des Krautes, gibt ihm aber einen kräftigen Geschmack und ist daher in manchen Gegenden sehr beliebt.

Sauerkraut ergibt mit Erbsenbrei zusammen ohne Fleisch eine sättigende und nahrhafte Mahlzeit. Als Beilage wird es zu Würstchen, Schweinebraten und Leberflößen gegeben.

Kartoffelgerichte.

Die Kartoffel ist das in allen Bevölkerungsschichten verbreitetste Nahrungsmittel, da sie für jeden Geldbeutel erschwinglich ist. Ihre Beliebtheit verdankt sie hauptsächlich dem Umstand, daß sie sich auf mannigfache Art zubereiten läßt.

Man unterscheidet nach der Reifezeit Früh- und Spätkartoffeln. Bei Verwendung von Frühkartoffeln muß man darauf sehen, daß sie ausgereift sind, da unreife Frühkartoffeln durch ihren, wenn auch noch so geringen Gehalt an Solanin (einem Giftstoff) auf manche Menschen giftig wirken können. Nur die vollständig ausgereiften Kartoffeln sind frei von dem Giftstoff. Die Keime der Kartoffeln im Frühjahr enthalten ebenfalls Solanin, deshalb muß man die Keimstellen gut herauschneiden.

Zu Salat verwendet man am besten sog. Salatkartoffeln, auch „Wurstkartoffeln“ oder „Mäusle“ genannt, die beim Kochen nicht zerfallen.

Die Kartoffeln sind frisch gekocht leicht verdaulich, und man kann sie daher, zerdrückt oder als Brei zubereitet, Kranken und Kindern sehr gut geben. Um mehligere Kartoffeln auf den Tisch zu bringen, muß man darauf achten, daß sie sich langsam und gleichmäßig erhitzen, damit das Stärke-

mehl gut aufquillt. Das Kochen der Kartoffeln darf nicht unterbrochen werden, da sich bei der Abkühlung das aufgequollene Stärkemehl wieder verdickt und verkleistert, was ein gleichmäßiges Garwerden verhindert.

Kartoffeln in der Schale gebacken.

Die Kartoffeln sollten, namentlich solange sie jung sind, möglichst mit der Schale, unter der unmittelbar die wertvollen Bestandteile sitzen, genossen werden. Man wäscht und bürstet ziemlich gleichmäßige, nicht allzu große Kartoffeln gut sauber, legt sie auf ein gebuttertes Blech oder den Einschieberost und bäckt sie 25 bis 30 Minuten in gut heißem Backofen. Auf diese Art zubereitete Kartoffeln sind sehr schmackhaft und bekömmlich. Sie eignen sich besonders als Zulage zu fettem Braten. Nach Weihnachten dürfen aber die Kartoffeln nicht mehr in dieser Weise zubereitet werden.

Gekochte Kartoffeln.

Zutaten: 2 Pfd. Kartoffeln, $\frac{3}{4}$ Etr. Wasser, 1 Eßl. Salz.

Die Kartoffeln, möglichst gleicher Sorte, werden dünn geschält, in gleichmäßige Stücke geschnitten und mit Salz und soviel kaltem Wasser beigestellt, daß sie eben davon bedeckt sind, und zum Kochen gebracht. Wenn sie weich sind, gießt man das Wasser ab, schüttelt die Kartoffeln in dem Topf gut um und läßt sie rasch auf dem Feuer ausdampfen. Man kann sie auch im Dampf kochen und zwar ist dies die empfehlenswerteste Zubereitungsart, da hierbei alle wertvollen Bestandteile erhalten bleiben. Beim Anrichten bestreut man sie mit gewiegter Petersilie.

Alte Kartoffeln setzt man im Frühjahr in kochendem Salzwasser bei, sie bleiben dadurch weiß und werden mehlig.

Kartoffelschnee.

Zutaten: 2 Pfd. Kartoffeln, 1 Eßl. verwiegte Petersilie, Salz.

Die frisch gekochten, recht mehligten Salzkartoffeln drückt man möglichst heiß durch die Kartoffelpresse, die zuvor in kochendes Wasser gelegt wird, sodaß sie gut heiß ist. Die herabfallenden Kartoffelflöckchen fängt man auf einer heißen Schüssel auf und bestreut sie vor dem Auftragen mit fein verwiegter Petersilie.

Man kann die Kartoffeln auch durch die vorher erhitzte Fleischhackmaschine treiben und die länglichen Würstchen auf der Platte auffangen und nach Geschmack Verzierungen damit bilden.

Bratkartoffeln.

Zutaten: 2 Pfd. Kartoffeln, 2 bis 3 Eßl. Fett oder Butter, Salz.

Die gekochten Kartoffeln werden geschält und in reichlich Fett unter öfterem Umwenden hellbraun gebraten.

Geröstete Kartoffeln werden ebenso zubereitet, nur schneidet man sie in dünne Scheiben und röstet in dem heißen Fett zuvor eine fein geschnittene Zwiebel an.

Gedämpfte Kartoffeln.

Zutaten: 2 Pfd. Kartoffeln, 80 g Butter oder Fett, 1 Zwiebel, 1 Tasse warmes Wasser.

Die rohen Kartoffeln werden geschält, in Würfel geschnitten und, am besten in eine Eisenkasserole, in das heiße Fett gegeben, in dem man die geschnittene Zwiebel hellgelb geröstet hat. Dann gibt man Salz und das warme Wasser zu, deckt die Kasserole zu und läßt die Kartoffeln langsam weich dämpfen. Sie dürfen nur einmal gewendet werden und die untere Schicht soll eine Kruste haben. Beim Anrichten achte man darauf, daß die Kruste obenauf liegt.

Braune Kartoffelblättchen.

Zutaten: 2 Pfd. Kartoffeln, 2 Eßl. Fett, 2 Eßl. Mehl, 2 Tassen Wasser oder Fleischbrühe, Salz und Pfeffer, 1 Lorbeerblatt, 1 Zwiebel mit 2 Nelken besteckt, 3 bis 5 Eßl. Essig oder Zitronensaft, nach Belieben etwas Zitronenschale.

Gekochte Kartoffeln werden geschält und in feine Blättchen geschnitten. Aus Mehl, Fett und Brühe oder Wasser wird ein brauner Beigug bereitet, den man, wie angegeben, würzt und $\frac{1}{2}$ Stunde durchkochen läßt. Dann legt man die Kartoffelscheibchen ein, läßt das Ganze nochmals kurze Zeit durchkochen und schmeckt nach Belieben mit Soja ab.

Kartoffelklöße.

Zutaten: 2 Pfd. Kartoffeln, 50 g Butter, 1—2 Eier, 6—8 Eßl. Mehl, Salz, Muskatnuß, $\frac{1}{2}$ Brötchen, 1 Zwiebel, 1 Stückchen Butter, 1 Prise Majoran, 1 Eßl. verweigte Petersilie.

Die Kartoffeln werden am Abend zuvor gekocht, geschält und kalt gerieben (Fleischhackmaschine oder Mandelreibe). Man kann auch frisch gekochte Kartoffeln verwenden, die man heiß durch die Kartoffelpresse treibt oder mit dem Wellholz zerdrückt. Nun gibt man das in feine Würfel geschnittene und in Butter geröstete Brötchen, Eier, Mehl, Salz, Muskatnuß, Majoran und die gedämpfte Zwiebel und Petersilie zu, mengt alles gut

durcheinander und formt gleichmäßige Klöße. (Probekloß.) Diese legt man in kochendes Salzwasser ein und kocht sie zugedeckt langsam je nach der Größe 10 bis 15 Minuten; sie sind gar, wenn sie nach oben schwimmen. Beim Anrichten schmelzt man sie mit in Butter geröstetem Weckmehl (Sammelbrösel) ab.

Kartoffelkugeln.

Zutaten: 2 Pfd. Kartoffeln, 50 g Butter, 1 Ei und 1 Eigelb, Salz, Muskatnuß, 2—3 Eßl. Mehl, 1 Eßl. Weckmehl, Backfett.

Die gekochten, geschälten und heiß durchgetriebenen Kartoffeln werden mit der schaumig gerührten Butter, Eigelb, Salz und Mehl vermengt und gut verarbeitet. Man formt gleichmäßige mittelgroße Kugeln, taucht sie in das verrührte Eiweiß, wendet sie in Weckmehl um und bäckt sie in heißem Fett schwimmend hellgelb. Sie eignen sich besonders zur Verzierung von Fleisch- und Gemüseplatten.

Salate.

Man kann Salat mit einfachem Salatbeiguß — 2 Eßl. Öl, 1—2 Eßl. Essig oder besser $\frac{1}{2}$ Zitrone, Salz und Pfeffer und nach Belieben fein geschnittene Kräuter und Zwiebel — oder mit Mayonnaise anmachen. Zutraglicher sind Salate, wenn man statt Essig Zitronensaft nimmt. Man rührt aus den angegebenen Zutaten den Salatbeiguß, gießt ihn über den Salat und mengt ihn vorsichtig darunter, daß die Salatblätter nicht zusammengedrückt werden. Grüne Salate müssen nach dem Anmachen sofort zu Tisch gebracht werden, Gemüse-, Fleisch- und Kartoffelsalate sind besser, wenn sie ein paar Stunden durchziehen.

Grüner Salat.

Endivien Salat. Zutaten: 2 Endivienstöcke, Salz, 1 Prise Zucker, 1—2 Eßl. Essig, 2 Eßl. Öl, 1 Zehe Knoblauch, nach Belieben 1 Teel. fein geriebene Zwiebeln.

Gebleichter, gelber Endivie wird gut gepuht, in feine Streifen geschnitten, gewaschen und zum Abtropfen auf ein reines Tuch gelegt. Die Salatschüssel wird mit der aufgeschnittenen Knoblauchzehe gut ausgerieben und der Salat darin mit den Zutaten gut vermengt.

Kressesalat. Zutaten: 1 Suppenteller Kresse, 2 Eßl. Öl, 2 Eßl. Essig, 2 Büschelchen Radieschen, 1 Teel. Senf, nach Belieben Zucker oder Salz.

Die Kresse wird verlesen, gut gewaschen und auf einem Sieb tüchtig geschwenkt, bis kein Wasser mehr darin ist. Dann vermischt man die Kresse