

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Kochbüchlein für Soldaten**

**Badischer Frauenverein**

**Karlsruhe i.B., 1916**

1.Spinat, Mangold, Melde, Winterkohl.

[urn:nbn:de:bsz:31-126220](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-126220)

## Gemüse.

### 1. Spinat, Mangold, Melde, Winterkohl.

Für 4 Personen: 6 Pfd. Gemüse, Abkochwasser, Salz, 3 Eßl. Fett, 6 Eßl. Mehl, Salz, Pfeffer, Muskat, 2 Zwiebeln, etwa 1½ l Milch oder Fleischbrühe.

Das gepuzte, mehrmals gewaschene Gemüse wird in kochendem Salzwasser, in offenem Topfe weichgekocht. Alsdann wird es abgeschüttet, mit kaltem Wasser übergossen, ausgedrückt und fein gehackt oder durch die Fleischmaschine getrieben. Das Fett läßt man heiß werden, dämpft darin Mehl und die feingeschnittenen Zwiebeln gelb, gibt das Gemüse zu und läßt es noch kurze Zeit mitdämpfen. Hierauf verdünnt man es mit der heißen Milch oder Fleischbrühe, läßt das Gemüse mit dem nötigen Salz und Pfeffer nochmals aufkochen und richtet es sofort an.

### 2. Bayriſch- oder Rotkraut.

Für 4 Personen: 6 Pfd. Weiß- oder Rotkraut, 4 Eßl. Fett, 2 Zwiebeln, 2 Eßl. Salz, Pfeffer, 5 Eßl. Essig oder ¼ l Wein, 2 Äpfel, etwa 1 l Wasser, 3 Eßl. Mehl.

Das Kraut wird am Abend zuvor von den schlechten Blättern, den harten Rippen und dem Strunk befreit, fein gehobelt, mit Salz und Essig vermengt und gut beschwert. In dem heißen Fett dämpft man die feingeschnittenen Zwiebeln, gibt das Kraut, Wasser, in Stücke geschnittene Äpfel zu und kocht das Kraut 2½—3 Stdn. Kurz vor dem Anrichten streut man das Mehl darüber.