

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kochbüchlein für Soldaten

Badischer Frauenverein

Karlsruhe i.B., 1916

Mehl, Eierspeisen und Obst.

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

6. Zusammengekochtes mit Erbsmehl.

Für 4 Personen: 200 g Erbsmehl, $\frac{1}{2}$ Pfd. Gerste, 5 Pfd. Kartoffeln, 4 Stengel Lauch oder Zwiebel, 1 kleiner Kopf Wirsing, $1\frac{1}{2}$ Pfd. Dürrfleisch oder 2 Pfd. frisches Schweinefleisch, 4 l Wasser, etwa 2 Eßl. Salz, 1 Messerspitze Pfeffer.

Die Gerste wird gewaschen, mit ungefähr 1 l kaltem Wasser aufgestellt und $\frac{1}{2}$ Stde. gekocht, dann gibt man 2 l kochendes Wasser zu und läßt das mit Wasser zu einem diinnen Teig angerührte Erbsmehl hineinlaufen. Nun fügt man das gepukte, gewaschene, zerschnittene Gemüse, die geschälten, in Würfel geschnittenen Kartoffeln, sowie das würfelig geschnittene Fleisch, Salz und Pfeffer bei und kocht die Speise 3 Stdn.

Anstatt Gerste kann man auch Sago verwenden, den man mit dem Erbsmehlteig in 3 l kochendes Wasser einrührt.

Mehl-, Eierspeisen und Obst.

1. Makkaroni mit Käse.

Für 4 Personen: 2 Pfd. Makkaroni, Wasser, Salz, 200 g harter Schweizerkäse.

Die Makkaroni werden in fingerlange Stücke gebrochen, in kochendes Salzwasser gegeben und weichgekocht (30 bis 40 Min.). Dann werden sie abgeschüttet und lagenweise mit geriebenem Käse angerichtet. Man gibt grünen Salat dazu.

2. Nudeln.

Für 4 Personen gibt man 2 Pfd. Nudeln in reichlich kochendes Salzwasser und kocht sie, bis sie sich mit den Fingern leicht zerdrücken lassen. Man schüttet sie zum Abtropfen auf einen Seiber und schmälzt sie beim Anrichten mit heißem Fett ab. Dazu gibt man Dürrobst.

3. Mehlbrei (für Darmfranke).

Für 1 Person: $\frac{1}{2}$ l Milch oder Wasser, 1 Prise Salz, 1 nußgroßes Stückchen Butter, 3 Eßl. Weizenmehl.

Milch oder Wasser, Salz und Butter läßt man kochend werden. Inzwischen rührt man das Mehl zu einem glatten Teiglein an und läßt dies unter Rühren in die kochende Milch einlaufen. Der Brei muß 20 Min. kochen.

Statt Weizenmehl kann man auch Reis- oder Maismehl verwenden, doch braucht man davon nur $1\frac{1}{2}$ Eßl.

4. Grießbrei.

Für 1 Person: $\frac{1}{2}$ l Milch, 1 Prise Salz, 40 g Grieß.

Milch und Salz läßt man kochend werden, den Grieß unter Rühren einlaufen und 15—20 Min. kochen.

Die Breie können beim Anrichten mit 1 Ei abgerührt werden.

5. Weiche und harte Eier.

Die Eier werden sauber gewaschen und langsam in kochendes Wasser gegeben, damit sie nicht springen. Weiche

Eier läßt man vom Kochen ab 3 Min., harte Eier 8 Min. kochen. Hierauf legt man letztere kurze Zeit in kaltes Wasser, damit sie sich besser schälen lassen.

6. Spiegeleier.

In einer Pfanne läßt man Butter zergehen, schlägt die Eier vorsichtig hinein, überstreut das Weiße mit feinem Salz und läßt die Eier langsam backen, bis das Eiweiß fest geworden ist.

7. Rühreier.

Die Eier werden mit einer Gabel tüchtig verschlagen. Für 1 Ei rührt man 1 Kaffeel. Mehl mit wenig Wasser oder Milch zu einem Teiglein an und gibt dies nebst Salz den Eiern zu. In einer Pfanne läßt man Butter zergehen, schüttet die Eier hinein und bäckt die Masse unter ständigem Aufrühren, bis sie dick geworden ist.

8. Rührei mit Kartoffeln.

Gefochte, geschälte, in Scheiben geschnittene Kartoffeln werden mit feingeschnittener Zwiebel in heißem Fett hellgelb gebraten. Darüber gibt man verrührte Eier und Salz oder einen dünnen Pfannkuchenteig und läßt dies unter öfterem Umwenden noch backen, bis die Eier flockig sind.

9. Pfannkuchen.

Auf 1 Pfd. Mehl verwendet man 4 Eier, 1 Eßl. Salz, $\frac{3}{4}$ l Milch und so man hat 10 g Backpulver oder 1 Messerspitze Natron.

Dem Mehl gibt man das Salz und nach und nach die Milch sowie die Eier zu. Es muß ein glatter Teig sein. Das Backpulver oder Natron wird zuletzt zugegeben. Von dieser Masse bäckt man in heißem Fett 6—8 Pfannkuchen.

Unter den Pfannkuchenteig kann man auch in Stückchen geschnittenen Schinken oder gekochtes Fleisch geben.

10. Dürrobst.

Das Dürrobst wird am Abend zuvor gründlich gewaschen und mit soviel kaltem Wasser eingeweicht bis es reichlich bedeckt ist. Man stellt es mit dem Einweichwasser und Zucker auf und kocht es langsam weich. (Kochfiste.)

Getränke.

1. Bohnenkaffee.

Zutaten: 25 g Kaffee, 1 Kaffeel. Zichorie, 1 l Wasser.

Das Wasser wird mit der Zichorie zum Kochen gebracht, der gemahlene Bohnenkaffee zugegeben, rasch mit wenig kaltem Wasser abgeschreckt und zugedeckt auf die Seite des Herdes gestellt, bis er klar ist.