

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kriegs-Kochregeln für die Benutzung der Kochkiste

Badischer Frauenverein

Karlsruhe, 1916

I. Suppen

[urn:nbn:de:bsz:31-265022](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-265022)

I. Suppen.

1. Gerstensuppe.

Für 4 Personen:

6 Eßlöffel Gerste, $1\frac{1}{2}$ l Knochen-, Grüns- oder Fleischbrühe.

Die Gerste wird am Abend zuvor gewaschen und mit Wasser eingeweicht. Am andern Morgen stellt man sie mit dem Einweichwasser auf, läßt sie langsam 40—45 Min. kochen und stellt sie dann sofort in die Kochkiste. Beim Anrichten kann man die Suppe mit etwas Grüns-, Knochen-, Fleischbrühe oder heißem Wasser verdünnen.

Zum Vorkochen: 40—45 Min.

Zum Garwerden in der Kiste: 3—6 Stdn.

2. Grünkernsuppe.

Für 4 Personen:

6 Eßl. Grünkern, kaltes Wasser, $\frac{1}{2}$ trockenes Brötchen, 1 l heißes Wasser
1 schwacher Eßl. Salz.

Die verlesenen Grünkernerne werden in der Kaffeemühle gemahlen, mit etwa $\frac{1}{2}$ l Wasser, dem in Scheiben geschnittenen Brötchen und Salz aufgestellt. Nach und nach füllt man mit heißem Wasser auf und stellt die Suppe, nachdem sie noch 5 Min. in zugedektem Topf gekocht hat, in die Kochkiste.

Zum Vorkochen: 30—40 Min.

Zum Garwerden in der Kiste: 3—6 Stdn.

3. Hafergrühsuppe.

Für 4 Personen:

6 Eßl. Hafergrühe, allerlei Suppengrün, $1\frac{1}{2}$ l Wasser, 1 Eßl. Salz.

Die Hafergrühe wird mit wenig kaltem Wasser, dem gepuhten, fleingeschnittenen Suppengrün und Salz aufgestellt.

Man füllt nach und nach mit heißem Wasser auf, läßt die Suppe kurze Zeit kochen und bringt sie hierauf in die Kochkiste.

Zum Vorkochen: 20 Min.

Zum Garwerden in der Kiste: 1—6 Stdn.

4. Haferflockensuppe.

Für 4 Personen:

6 Eßl. Haferflocken, $1\frac{1}{4}$ l kochendes Wasser, 1 Eßl. Salz, Schnittlauch oder Petersilie.

Die Haferflocken werden in das kochende Salzwasser eingerührt und nachdem dies einige Minuten gekocht hat, in die Kochkiste gestellt. Beim Anrichten gibt man der Suppe feingeschnittenen Schnittlauch oder Petersilie zu.

Zum Vorkochen: 10 Min.

Zum Garwerden in der Kiste: 1—6 Stdn.

5. Wassergriehsuppe.

Für 4 Personen:

4 Eßl. Grieh, $1\frac{1}{4}$ l Wasser, 1 Eßl. Salz, allerlei Suppengrüns.

Man läßt den Grieh unter stetem Rühren in das kochende Salzwasser, dem man das gewaschene, feingeschnittene Suppengrün zugegeben hat, einlaufen. Sodann läßt man die Suppe noch 5 Min. kochen und stellt sie in die Kochkiste.

Zum Vorkochen: 5—10 Min.

Zum Garwerden in der Kiste: 1—6 Stdn.

6. Lauch-, Petersilien-, Sellerie-, Pilz- oder Tomatensuppe.

Für 4 Personen:

6 Eßl. Mehl, 3—4 gekochte, geriebene Kartoffeln, $1\frac{1}{2}$ l Wasser, 1 Eßl. Salz, entweder Lauch, Petersilie, Sellerie, Pilze oder Tomatenmark.

Das Mehl wird mit wenig Wasser zu einem dicken Teig angerührt. Dann gibt man die gekochten, geriebenen Kartoffeln zu, verdünnt noch mit etwas Wasser und läßt das Teiglein in 1 l kochendes Salzwasser einlaufen und gut durchkochen. Dann fügt man von einem der angegebenen gepuhten, ge-

waschenen, feingeschnittenen Gemüse 3—4 Eßl. bei und läßt die Suppe noch 5—10 Min. kochen. Sie kann zum Heizhalten in die Kochkiste gestellt werden.

7. Gemüsesuppe.

Für 4 Personen:

Gelbrüben, Kohlrabi, grüne Bohnen, Sellerie, Mirsing, Lauch, Petersilie, Tomaten und 4 Kartoffeln, $1\frac{1}{2}$ l Wasser, 1 Eßl. Salz.

Gemüse, wie sie die Jahreszeit bietet, und die Kartoffeln werden gepuht, gewaschen und in Streifen geschnitten. Hierauf stellt man sie mit Wasser und Salz auf, läßt sie 15 Min. kochen und bringt sie hierauf in die Kochkiste.

Zum Vorkochen: 15 Min.

Zum Garwerden in der Kiste: 1—6 Stdn.

8. Bohnensuppe.

Für 4 Personen:

200 g weiße Bohnen, weiches Wasser, 1 Eßl. Fett, 2 Eßl. Mehl, Zwiebel, heißes Wasser, 1 Eßl. Salz.

Die verlesenen, gewaschenen Bohnen werden von morgens bis abends (8—12 Stdn.) in weiches Wasser gelegt. Sodann stellt man sie mit neuem, weichem Wasser auf, schüttet dasselbe ab, wenn es heiß ist, füllt mit heißem Wasser nach und läßt die Bohnen darin ungefähr $\frac{1}{2}$ Stde. kochen. Hierauf stellt man sie über Nacht in die Kochkiste. Am andern Morgen treibt man die Bohnen durch ein Sieb, rührt eine aus heißem Fett, Mehl und feingeschnittener Zwiebel bereitete Mehlschwitze darunter, füllt mit dem nötigen heißen Wasser auf und salzt die Suppe. Nachdem sie noch gut durchgekocht hat, stellt man sie wieder bis zum Gebrauch in die Kochkiste. — Hat man kein Mehl, so läßt man die Mehlschwitze weg und schmälzt die Suppe beim Anrichten mit in Fett gerösteten Zwiebeln ab.

Zum Vorkochen: $\frac{1}{2}$ Stde.

Linsen-, Bohnen- und Erbsensuppe

aus ungeschälten Samen bereitet man auf gleiche Weise zu. Geschälte Erbsen stellt man zum Weichkochen mit dem Einweichwasser auf.

9. Kartoffelsuppe.

Für 4 Personen:

1½ Pfund Kartoffeln, 1 Stück Lauch, Sellerie, Gelbrübe, 1 Egl. Fett, 1 Stück Zwiebel, 2 l Wasser, 1½ Egl. Salz, 1 Stück Brot.

Die gewaschenen Kartoffeln werden dünn geschält, in Stücke geschnitten und mit dem gepuhten, geschnittenen Suppengrün und Brot mit Wasser und Salz aufgestellt. Nach 10 Min. stellt man die Suppe in die Kochkiste. Kurz vor dem Anrichten holt man sie heraus, schüttet die Brühe ab, verrührt die Masse gut, gibt die Brühe wieder zu und kocht die Suppe noch einmal auf. Hierauf schmälzt man sie mit in Fett gerösteten Zwiebeln ab.

Zum Vorkochen: 10—15 Min.

Zum Garwerden in der Kiste: 2—4 Stdn.

10. Restesuppe.

Brot-, Kartoffel- und Gemüsereste stellt man mit dem nötigen Wasser und Salz auf und läßt sie gut durchkochen. Sodann schüttet man die Brühe ab, zerstampft die Masse und füllt die Suppe mit der abgeschütteten Brühe und dem nötigen heißen Wasser auf. Man läßt sie noch einmal aufkochen und gibt, wenn nötig, ein Mehlteiglein zu. Man stellt die Suppe zum Heißhalten in die Kochkiste.

11. Braunmehl für den Vorrat.

Das Mehl wird in einer eisernen Pfanne oder auf einem Blech auf dem Herd oder im Backofen unter öfterem Umdrehen ohne Fett gelb geröstet, noch heiß durch ein Sieb gestrichen und dann beliebig verwendet.

12. Gebrannte Mehlsuppe.

Für 4 Personen:

10 Egl. Braunmehl, 1¼ l Wasser, 1 Egl. Salz, 1 Maggi-Bouillon-Würfel.

Das Braunmehl wird mit wenig kaltem Wasser zu einem glatten Teiglein angerührt. Dieses läßt man unter Rühren in 1¼ l kochendes Salzwasser einlaufen und 10 Min.

kochen. Dann stellt man den Topf in die Kochkiste. Beim Anrichten rührt man den Bouillon-Würfel mit wenig heißer Suppe an und fügt dies der Suppe bei.

Zum Vorkochen: 10 Min.

Zum Garwerden in der Kiste: 2—6 Stdn.

II. Fleischspeisen.

1. Gefochtes Rindfleisch.

½ Pfund Rindfleisch, getrocknete Lauch- und Selleriewürzelchen, Erbsenschoten, 1 Stück Gelbrübe, $1\frac{1}{4}$ l Wasser, 1 Ehl. Salz.

Die sauber gewaschenen Knochen werden zerkleinert und mit dem kalten Wasser aufgesetzt. Wenn dasselbe heiß ist, gibt man das gewaschene Suppengrün, und wenn die Brühe kocht, Salz und das geklopfte, rasch gewaschene Fleisch zu. Nachdem das Fleisch 20 Min. gefocht hat, bringt man es in die Kochkiste.

Lamm- und Schweinefleisch kann auf dieselbe Weise gefocht werden.

Zum Vorkochen: 20 Min.

Zum Garwerden in der Kiste: 2—4 Stdn.

2. Dürrfleisch.

Das Dürrfleisch wird sauber gewaschen, einige Stunden in kaltes Wasser gelegt, mit dem Einweichwasser aufgestellt und ungefähr $\frac{1}{2}$ Stde. ganz langsam gefocht. Sodann stellt man es einige Stunden in die Kochkiste. Die Brühe wird zu Suppe verwendet.

Zum Vorkochen: $\frac{1}{2}$ Stde.

Zum Garwerden in der Kiste: 2—4 Stdn.