

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kochanleitung und Anleitung für Aufstellung und Wartung der BBC-Elektro-Haushalterde

Brown, Boveri und Cie.

Mannheim, [circa 1950]

Turmkochen

[urn:nbn:de:bsz:31-294658](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-294658)

Das Arbeiten auf den Kochplatten

Zum Ankochen ist der Schalter immer auf Stufe 3 zu stellen. Je nach Art und Menge des Kochgutes ist schon vor oder nach Einleitung des eigentlichen Kochvorgangs auf Stufe 1 oder 0 zu schalten, weil sich der Kochvorgang durch erhöhte Wärmezufuhr, also längere Benutzung der Schalterstellung 3, nicht verkürzen läßt, sondern nur nutzlos Kochgut verdampft wird. *Starke Dampfentwicklung ist immer auf falsche Schalterstellung zurückzuführen* und unbedingt zu vermeiden; hierbei wird nur unnütz Strom verbraucht. Beim Kochen ist *möglichst wenig Wasser* zu nehmen; Gemüse z. B. wird durch viel Wasserzusatz stark ausgelaugt und verliert an Nährwert. Meistens wird doch die Brühe oder ein Teil davon mit den gelösten Nährsalzen weggeschüttet.



Abb. 16

Turmkochen

Will die Hausfrau Arbeit und Strom sparen, so wird sie in übereinandergestellten Töpfen kochen. Die meisten Gerichte müssen dann erst angekocht werden; hierauf werden die Töpfe aufeinander gestellt.

Suppenfleisch, Gemüse und Salzkartoffeln

Das Gemüse wird angekocht. Über den Topf setzt man schon einen zweiten mit dem Wasser für die Suppe; er wird von der abstrahlenden Wärme des Gemüsetopfes erwärmt. Ist das Gemüse halb fertig, kommt die Suppe auf die Kochplatte. Die Kartoffeln werden mit ganz wenig Salzwasser über den Suppentopf gestellt und das angekochte Gemüse im dritten Topf über den Kartoffeltopf. Die Kartoffeln werden infolge der Länge der Kochzeit der Fleischbrühe meistens fertig, ohne angekocht zu werden.

Fisch im eigenen Saft und Salzkartoffeln

Bei diesem Gericht braucht man für den Fisch überhaupt keinen Strom. Er wird beim Kochen der Kartoffeln infolge der abstrahlenden Wärme im zweiten Topf gar.

Die in den Beispielen und Rezepten angegebenen Mengen sind für 3 bis 4 Personen berechnet.

1. Beispiel

2. Beispiel



Turmkochen

Sind keine aufeinanderpassenden Töpfe vorhanden, so verwendet man Zwischenringe von entsprechender Größe, so daß am Topfrand kein Dampf entweichen kann. Auf den Zwischenring kann man dann einen Topf beliebiger Größe stellen (Abb. 17).

Um die in den Kochplatten gespeicherte Wärme auszunutzen, stellt man nach dem Kochen Töpfe mit Wasser auf, das sich dann noch ohne Stromzufuhr bis zu einem gewissen Grad erwärmt. Auch während des Kochens kann, soweit Platz vorhanden, auf die einzelnen Töpfe noch je ein Topf mit Wasser zum Spülen aufgesetzt werden. Ebenfalls kann man nach dem Braten oder Backen in das noch heiße Backrohr einen Topf mit Wasser schieben, um die Nachwärme auszunutzen.

Abb. 17

5. Beispiel

5 Pfund geschälte Kartoffeln

Nach dem Einfüllen der Kartoffeln gießt man 1 Tasse Salzwasser zu und kocht bei Schalterstellung 3 an, bis zwischen Topf und Deckel Dampf entweicht (nach etwa 10 Minuten) (Abb. 18). Dann kocht man etwa 10 Minuten bei Schalterstellung 1 weiter und ebenso lange bei Schalterstellung 0. Der Deckel soll während der ganzen Zeit nicht gehoben werden, weil die Kartoffeln hart bleiben, wenn Dampf entweicht. Schalkartoffeln sowie neue Kartoffeln und größere Mengen (mehr Wasser zugeben) kocht man bei Schalterstellung 1 gar. Bei kleinen Mengen Kartoffeln ist nur soviel Wasser aufzufüllen, daß der Boden gut bedeckt ist.

Bei Obst, Reis und allen leicht gar werdenden Speisen muß, sobald die Kochtemperatur erreicht ist, sofort auf 0 geschaltet werden, damit die in der Kochplatte und dem Kochgut gespeicherte Wärme richtig ausgenutzt wird. Die gespeicherte Wärme genügt, um den Garzustand zu erreichen (etwa 20 Minuten).

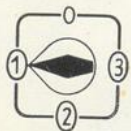
Wasserfüllung nur $\frac{1}{8}$ der Kartoffelfüllung



Abb. 18



Ankochen 10 Min.



Fortkochen 10 Min.



Fertigkochen 10 Min.

4. Beispiel

2 Liter Fleischbrühe

1 Pfund Fleisch, 2 Liter Wasser (Zutaten nach Gewohnheit).

Schaltzeiten: Schalterstellung 3 bis zum Kochen

1 etwa 50 bis 60 Minuten

0 etwa 20 Minuten

Achtung! Nur wenig mehr Wasser zusetzen, als man Suppe zu erhalten wünscht, weil bei richtiger Schalterstellung nicht viel Wasser verdampft.

Milch

Schaltzeiten: Schalterstellung 3, bis die Milch Haut zieht; dann läßt man bei Schalterstellung 0 die Milch zum Kochen kommen. Der Topf ist vor dem Einfüllen der Milch kalt auszuspülen.

Richtlinien für das Knödelkochen

Zum Knödelkochen kann man auf dem Elektroherd auch einen hohen Topf verwenden; die Knödel werden genau so gut wie im flachen Topf. Im allgemeinen schaltet man bei Knödeln folgendermaßen: Schalterstellung 3, bis das Wasser tüchtig sprudelt; nach dem Einlegen der Knödel behält man Schalterstellung 3 bei, bis das Wasser wiederum wallt, dann schaltet man auf 1 und läßt langsam kochen, bis die Knödel nach oben steigen.

Dünsten auf den Kochplatten

Das Dämpfen oder Dünsten zieht man im allgemeinen dem Garkochen mit Wasser vor, weil das Kochgut nahrhafter und bekömmlicher wird. Die wichtigsten Nährstoffe bleiben hierbei den Speisen erhalten, während sie beim Kochen durch das Wasser aus den Speisen herausgezogen und in vielen Fällen dann weggeschüttet werden. Man soll deshalb zum Dämpfen oder Dünsten nur wenig Wasser zugeben. Die Speisen werden während des Kochens nicht umgerührt.

Bedingung für das Dünsten ist gleichmäßige und milde Wärmezufuhr, die gerade bei dem Elektroherd ohne besondere Beobachtung möglich ist. *Besonders geeignet sind* grüne Erbsen, Bohnen, Karotten, Rot- und Weißkraut, Äpfel.

Bei Schalterstufe 3 wird das zerkleinerte Gemüse mit geringem Fettzusatz und wenig Wasser angedünstet, dann bei Schaltung 1 oder 0 (je nach Gemüsesorte) fertig gedünstet.

Vermeiden Sie möglichst das Öffnen des Deckels, weil mit dem entweichenden Dampf dem Gemüse zuviel Feuchtigkeit und Geschmacksstoffe entzogen werden. Achten Sie beim Dünsten besonders darauf, daß die Topfdeckel gut schließen.

5. Beispiel

13

6. Beispiel