

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Kochanleitung für den BBC-Elektro-Haushalterd mit Kochbeispielen**

**Brown, Boveri und Cie.**

**Mannheim, [1950]**

Fleischgerichte

[urn:nbn:de:bsz:31-294669](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-294669)

## Fleischgerichte:

### Herz-Ragout.

**Herz-Ragout** Zutaten: 400—500 g Herz, 1 große Zwiebel, etwa 2 Eßlöffel kleingehacktes Suppengrün, Salz, Paprika, 1 Eßlöffel Tomatenmark, 1 Gewürzgurke, 1—2 Eßlöffel Mehl, 1 bis 2 Eßlöffel Fett.

Zubereitung: Schweine- oder Kalbsherzen werden frisch verwendet, Rinderherz legt man am besten in Sauermilch-, Buttermilch- oder Essigbeize, mit den üblichen Gewürzen. Das Herz waschen, aufschneiden — die Blutadern entfernen — und zu Ragout in kleine Würfel schneiden. Diese Würfel mit dem kleingehackten Suppengrün und der Zwiebel in heißem Fett auf Stufe 3 anschmoren, das Tomatenmark zugeben und später das Mehl überstäuben. Würzen, mit wenig Flüssigkeit aufgießen, die kleingeschnittene Gurke zugeben und alles zusammen auf Stufe 1 weichdünsten. Erst gegen Ende wird die Soße auf die gewünschte Menge aufgefüllt.

### Rindfleisch mit Graupen.

**Rindfleisch mit Graupen** Zutaten: 200—250 g gekochtes Rindfleisch oder Fleischreste, 1 Eßlöffel Fett, 2 Zwiebeln, 10 g getrocknete Steinpilze, 200 bis 250 g Graupen, 1 Eßlöffel gehacktes Suppengrün,  $\frac{1}{4}$  Liter Milch, 1 Eßlöffel geriebenen Käse, Salz, gehackte Petersilie, Paprika.

Zubereitung: Die feingehackten Zwiebeln und die eingeweichten, grob gehackten Steinpilze in Fett andünsten. Das Fleisch grob hacken oder durch den Wolf geben. Die Graupen mit dem gehackten Suppengrün, Salz und etwa  $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$  Liter Wasser quellen lassen. Mit gehackter Petersilie, Zwiebeln und dem Fleisch mischen, gut abschmecken, in eine gefettete Auflaufform füllen, die Milch darübergießen, Käse darüberstreuen und abbacken, Oberhitze 3 und Unterhitze 3 etwa 30—45 Minuten. Dazu reicht man Tomaten- oder Kapernsoße und Kartoffeln.

### Saure Nieren.

**Saure Nieren** Zutaten: 300—400 g Nieren, 1—2 Eßlöffel Fett, 1 Zwiebel, 1 bis 2 Eßlöffel Mehl,  $\frac{3}{4}$  Liter Wasser, Salz, Zitronensaft oder Essig, 1 Prise Zucker,  $\frac{1}{8}$  Liter entrahmte Sauermilch.

Zubereitung: Die Nieren waschen, häuten, der Länge nach aufschneiden, alle Sehnen und Häute entfernen, nochmals gründlich waschen, dann in feine Scheibchen schneiden. Die feingeschnittene Zwiebel in heißem Fett auf Stufe 3 andünsten, bis sie glasig ist, die Nieren zugeben und, wenn sie grau sind, Mehl darüberstreuen. Kurze Zeit mitdünsten, mit heißem Wasser auffüllen, 5 Minuten auf Stufe 1 dünsten, dann salzen und würzen und sofort zu Tisch geben, da sie sonst hart werden.

### Schwedische Beefsteaks.

**Schwedische Beefsteaks** Zutaten: 250 g gehacktes Rindfleisch, 1 Tasse entrahmte Frischmilch, 1 Eßlöffel feingehackte Zwiebel,  $1\frac{1}{4}$  Tasse gekochte, geriebene Kartoffeln,  $\frac{1}{2}$  Tasse Rote Beete (rote

Rüben), 1½ Eßlöffel Essig (Roter Rübensaft), Salz, etwas Paprika oder Ingwer, 1 Ei oder Milet, nach Bedarf Semmelbrösel, Ausbackfett.

**Zubereitung:** Das zweimal durch den Fleischwolf gedrehte Fleisch mit der Milch und den Gewürzen schaumig schlagen. Die etwas angedünstete Zwiebel, geriebene Kartoffeln und die in ganz kleine Würfel geschnittenen roten Rüben, die vorher in etwas Essigbeize gelegen haben, mischen. Nach Bedarf Semmelbrösel zufügen und runde Bratlinge formen, in heißem Fett auf der Stielpfanne ausbacken. Nach dem Wenden kann die Kochplatte schon ausgeschaltet werden.

### Fleischküchlein (Hackbraten).

**Zutaten:** 200 g Rindfleisch, 3 Brötchen, Paprika, 1 gehackte Zwiebel, Muskat oder Majoran, Salz, ½ Teelöffel Fett. **Fleischküchlein**

**Zubereitung:** Das Fleisch wird durch die Maschine gedreht, Brötchen eingeweicht und gut ausgedrückt, mit Gewürz vermenget und zuletzt das Fleisch und die gedünstete Zwiebel dazugegeben. Aus der Masse werden nach Belieben größere oder kleinere Küchlein geformt und abgebacken.

### Speckbohnen.

**Zutaten:** 1 kg weiße Bohnen, 1½ kg Kartoffeln, 80—125 g Speck, 2 Zwiebeln, Suppengrün, Salz, Paprika, gehackte Petersilie. **Speckbohnen**

**Zubereitung:** Die Bohnen in abgekochtem Wasser (etwa 2 Liter) über Nacht einweichen. Mit dem kleingeschnittenen Suppengrün auf Stufe 1 langsam zum Kochen bringen und, wenn sie beinahe weich sind, die geschälten, in Würfel geschnittenen Kartoffeln zufügen. Den kleingeschnittenen Speck auf Stufe 3 andünsten, die kleingeschnittenen Zwiebeln darin goldgelb rösten und mit den Gewürzen zu den fertigen Bohnen geben. Nach Belieben mit Mehl binden. Die Bohnen können auch auf Stufe 3 und vor dem Aufkochen auf Stufe 1 geschaltet werden. Auf Stufe 1 angekocht quellen sie besser.

### Wurst-Ragout.

**Zutaten:** 150—200 g Knackwurst, Frankfurter, dicke Bockwurst usw., 4 gekochte Kartoffeln, 2 Essiggürkchen, 1—2 gekochte Möhren (Karotten), etwas grüne Petersilie, Salz, Paprika, Majoran. — Zur Soße: 1 Eßlöffel Fett, ½ kleine Zwiebel, 40 g Mehl, ¼ Liter entrahmte Frischmilch, 1 Eßlöffel Tomatenmark, Wasser nach Bedarf, gehackter Schnittlauch. **Wurst-Ragout**

**Zubereitung:** Die feingehackte Zwiebel in einem Eßlöffel Fett bei Stufe 3 andünsten, gehackte Petersilie zufügen, dann das Mehl anschwitzen, mit Milch auffüllen und gut durchkochen. Die in kleine Würfel geschnittenen Kartoffeln, Essiggurken und Karotten dazugeben, würzen, auf Stufe 1 geschaltet kurz durchdünsten. Dann Tomatenmark und die abgezogene, in Würfel geschnittene Wurst zufügen. Wasser nach Bedarf nachfüllen. Nach dem Aufkochen noch etwa 10 Minuten auf ausgeschalteter Platte gut durchziehen lassen und mit Schnittlauch zu Tisch geben. Dazu reicht man Kartoffeln, Knödel, Spätzle und dergleichen.