

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kräftig, schmackhaft, billig

Haarbeck, Lina

Berlin, 1914

Vorwort

[urn:nbn:de:bsz:31-294694](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-294694)

Vorwort.

Etwas Gutes auf dem Teller,
Reinlichkeit in Küch' und Keller,
Und ein fröhliches Gesicht,
Dann fehlt's an Glück im Hause nicht

Da soll ich nun ein Kochbuch schreiben für das Volk, also meistens für Leute, die gern gesund und kräftig essen, die aber, wie ich, nur einen kleinen Geldbeutel haben.

Es ist ein großer Irrtum, wenn man meint, man könne nur gut kochen, wenn man reiche Mittel hat. Ganz fehlgeschossen! Mit wenigen, einfachen Mitteln läßt es sich fein und schmackhaft kochen, wenn man nur die vielen kleinen Vorteile und Kniffe kennt, die nötig sind.

Und die will ich den lieben Hausfrauen in diesem Büchlein verraten, und wer sie gewissenhaft befolgt, der wird immer „Etwas Gutes“ auf dem Teller haben.

Gewissenhaft! Ja, das ist die Sache! So viele Frauen kochen nicht gewissenhaft! Das Essen steht auf dem Herd, und derweil wird mit der Nachbarin geschwätzt, oder zum Fenster hinausgeguckt und — hast du nicht gesehen — ist die Milch übergelaufen, sind Fleisch oder Kartoffeln angebrannt. Mit dem Kopf muß einer dabei sein, wenn's was Ordentliches geben soll, einerlei, ob er Suppen kocht oder Kinder unterrichtet oder das Land regiert.

Oder aber, es fehlt an der nötigen Sorgfalt. Da läßt man die Zwiebeln zu braun, dort die Suppe zu dick werden, man salzt zu viel oder zu wenig, man ist zu bequem, alles gewissenhaft abzuschmecken, man vergißt dies

und das, weil man eben den Kopf nicht bei der Arbeit hat.

Wenn nun gar gleichgültig und unsorgfältig angerichtet wird, so daß die Suppe außen an der Schüssel herunterläuft, oder die Ränder der Schüsseln beschmutzt sind, kurz, wenn die Speisen nicht appetitlich und nett aussehen, oder wenn gar der Tisch nicht ordentlich gedeckt ist, dann — nun, dann hat die Frau eben Prügel verdient.

„Die Liebe des Mannes geht durch den Magen“, sagen viele und meinen, dem Manne dadurch einen Vorwurf machen zu können. Ich meine eher, das ist ein Lob für den Mann. Wie kann denn ein rechter Mann eine Frau lieben, die unsorgfältiges, schlechtes, unappetitliches Essen auf den Tisch bringt, kurz gesagt, eine Frau, die ihre Pflicht nicht tut?

Aber selbst wenn eine Frau auf das feinste kocht, wenn alles gut zubereitet und aufgetragen ist, dann schmeckt das Essen nicht, wenn es in schlechter Laune oder Verstimmung eingenommen wird, wenn ein „fröhliches Gesicht“ fehlt. Essen ist eine lustige Arbeit für groß und klein, darum mache jeder ein froh Gesicht dazu, das froheste aber mache die Hausfrau, die Mutter des Hauses.

Denn auch das Herz, nicht nur der Kopf, muß dabei sein, wenn's was werden soll. Nicht für uns, sondern für die andern müssen wir kochen; für den Vater, wenn er von der Arbeit heimkommt, für die Kinder, wenn sie aus der Schule nach Hause kommen und Hunger haben. Sei, da läßt sich so manches machen, das kein Geld, nicht einmal Arbeit kostet. Weil der Mann die Bratwurst ganz tiefdunkelbraun gebraten liebt, wird sie ganz besonders dunkel geschmort, und nachher bei Tisch kriegt er jaust noch das allerbraunste Stück. Oder der kleine Fritz liebt so sehr die gerösteten Brotwürfel auf der Erbsensuppe. Ei, warum denn nicht ein paar Stückchen mehr rösten, damit der kleine Kerl schwelgen kann?

So kann man bei den tagtäglichen Gerichten schon seinen Lieben eine Freude bereiten, indem man auf ihre Liebhabereien ein wenig eingeht. Falsch ist es, diesem oder jenem ein Extrawürstchen zu braten, weil er die oder jene Speise nicht mag. Das wäre zu weit gegangen. Falsch ist hauptsächlich auch die vielfach verbreitete Ansicht, der Mann bedürfe kräftigerer Kost als die Frau. Wenn auch der Mann im allgemeinen schwerer schafft, so leistet die Frau durch ihre tägliche Arbeit, durch Schwangerschaften, Wochenbetten und Kinderpflege eine Arbeit, deren Kräfteverbrauch der des Mannes mindestens gleichkommt. Mehr wird ja der Mann meistens essen als die Frau; sie darf aber bei der geringeren Menge nicht auch noch geringeres Essen zu sich nehmen. Auch das wäre zu weit gegangen in der Liebe.

Und zur rechten Zeit hat das Essen auf dem Tisch zu stehen, ja sogar auf die Minute. Schon manches unfertige Mittagessen hat den Wartenden den Appetit verdorben und Aerger und Zank in die Familie gebracht.

Wahrlich, das Glück des Hauses hängt in erster Linie von der Frau ab, wie sie schaltet und waltet, wie sie arbeitet und regiert. Schon viel, viel Ehe- und Familien- glück ist gescheitert an der Unfähigkeit der Frau, ihre Pflichten als Hausfrau zu erfüllen; und durch schlecht zubereitete Speisen ist schon mehr Unheil gestiftet worden in dieser Welt als durch Gift und Revolver.

Darum, ihr lieben Haus- und Landfrauen, lernt kochen, lernt denken und einteilen, d. h. sparen; erzieht euch selbst dazu, alles ordentlich und pünktlich und mit Liebe zu tun, dann wird es schon gehen. Wenn ihr die Anweisungen und Rezepte dieses Büchleins gewissenhaft und genau befolgt, dann werdet ihr euch wundern, was man mit kleinen Mitteln alles erreichen kann.

Je kleiner die Mittel sind, desto nötiger ist es, eine Uebersicht zu haben über das, was man einnimmt und ausgibt. Weil ich aber die lieben Frauen kenne, und weil es mich selbst sehr viel Mühe gekostet hat, bis ich

es konnte, will ich hier nicht kommandieren: es muß alles aufgeschrieben werden, was eingenommen und ausgegeben wird. Die lieben Frauen tun es ja doch nicht.

Aber gesagt muß es hier werden: Um richtig wirtschaften zu können, sollte jede Einnahme und Ausgabe gebucht werden.

Richtig wirtschaften, ja, das ist so ein Kapitelchen. Wenn ich davon anfangen wollte, dann fände ich kein Ende. Wirtschaften sagen sie in Norddeutschland, in Süddeutschland haben sie das viel schönere Wort „hausen“. Eine Frau, die gut hausen kann, ist mehr wert als ein großes Vermögen. Wer gut hausen will mit kleinen Mitteln und sich nicht entschließen kann, alles genau aufzuschreiben, der esse und kleide sich immer etwas einfacher, als er denkt, es sich erlauben zu können. Dann macht er wenigstens keine Schulden. Denn Schulden sind der Anfang vom Ende. Unbezahltes Essen liegt schwer im Magen. Lieber an einer Brotkruste nagen, als für einen geliebten Groschen Wurst kaufen. Darum:

Borge nie, und bezahle immer bar!

Und nun mal hinein in die Küche! Wie sieht es denn da aus? Ist alles rein und ordentlich? Hat jedes Ding, auch das kleinste, seinen bestimmten Platz? Oder muß man die ganze Küche aussuchen, wenn man einen Kochlöffel oder ein Sieb haben will? Muß man erst zehn andere Tüten öffnen, um endlich den gewünschten Reis aus dem Tütenwust herauszufinden? Das wäre eine Lotterwirtschaft und eine große Zeitverschwendung. Die Küche muß immer rein und ordentlich sein, und niemals stelle man einen Gegenstand „schnell mal nebenhin“. Hat man z. B. Kartoffeln geschält, dann entferne man gleich die Schalen und lasse sie nicht liegen. Man schneide auch die Schalen gleich in eine Schüssel oder in einen tiefen Teller, nicht in den Schoß oder auf den Küchentisch! Warum das? Weil erstens Tisch oder Küchenschürze durch die Schalen schmutzig werden, und

zweitens, weil man, wenn man sie vom Tisch zum Abfalleimer tragen will, doch auch in ein Gefäß tun muß. Diese Zeit und die Zeit des Putzens von Tisch und Schürze kann man dadurch sparen.

So wie hier beim Kartoffelschälen, so müssen wir bei jeder Arbeit darüber nachdenken, wie wir sie am besten, am schnellsten und am vorteilhaftesten machen. Dazu ist keine Heßjagd und keine Aufregung nötig, im Gegenteil. Dadurch, daß wir viele, kleine, unnötige Arbeiten vermeiden, können wir die Arbeit auch ruhiger tun, und kommen dann nicht an den Tisch mit einem Kopf wie eine Pfingstrose, sondern mit einem „fröhlichen Gesicht“. Mehr Arbeit als nötig braucht sich doch kein Mensch zu machen.

Das Hauptmöbel in der Küche ist der Herd. Und da lasse man sich nie durch falsche Sparsamkeit verleiten, einen billigen, oder auch einen zu kleinen Herd zu kaufen. Später sieht man dann ein, daß der billige Herd ein sehr teurer war. Mit den zwanzig Mark, die man beim guten Herd mehr ausgibt, kann man im Laufe der Zeit 100 Mark sparen. Unentbehrlich an einem Herd ist der Wasserkessel, der Bad- und Holztrodenofen und endlich die Klappvorrichtung, die es ermöglicht, die Hitze zu dämmen oder zum Badofen überzuleiten. Wer aber vergißt, den Wasserkessel täglich zu füllen, oder zu bequem ist, Holz in den Trodenofen zu tun, der wird bald einen verbrannten, rinnenden Kessel haben und wird die kostbare Zeit des Vormittags verzweifelt vor dem Herd sitzen und — kein Feuer anbringen.

Kochet auch nicht gar zu viel! Kochet aber auch keine zu kleinen Portionen! Die Rezepte dieses Büchleins sind immer für etwa 3—4 Personen berechnet. Niemand verlasse sich aber blindlings darauf! Es ist ganz unmöglich, zu sagen, wieviel 3—4 Personen essen. Eine Familie, die aus drei Mannsleuten und einer Frau besteht, wird mehr brauchen, als wenn Vater, Mutter und zwei Kinder da sind. Und Leute, die eine sitzende Tätig-

keit haben, werden weniger essen als solche, die draußen im Feld schaffen.

Darum muß eben die Köchin und besonders die Anfängerin, sorgfältig auf die Portionen achten und ausprobieren. Es gibt eben kein Kochbuch, das die Arbeit des Gehirns unnötig macht. Das wäre auch gar nicht gut, denn der Mensch ist keine Maschine, sondern ein denkendes Wesen, oder doch ein Wesen, das denken soll.

Lina Haarbeck.