

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kochbuch für bürgerliche Küche

Haushaltungsschule St. Elisabeth

Freiburg i. Br., [nach 1891]

A. Rindfleisch

[urn:nbn:de:bsz:31-294702](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-294702)



III. Fleischspeisen.

A. Rindfleisch.

Gutes Mastochsenfleisch ist unter allen Fleischsorten das nahrhafteste und wohlschmeckendste: Die Güte des Schmal- oder Rindfleischs hängt wesentlich vom Alter und dem Ernährungszustand der Schlachtthiere ab. Das Fleisch von jüngeren, gut genährten Rindern und Kühen ist zarter und wohlschmeckender als das von älteren, mageren Tieren. Auch die einzelnen Stücke von ein und demselben Tiere sind von verschiedenem Nährwert. Das beste Fleisch ist das Schwanzstück, dann das Lendenstück, die Vorderrippe, das Hüft- und Hinterschenkelstück.

111. Gesottenes Ochsen- oder Rindfleisch.

1 $\frac{1}{2}$ —2 Pfund Ochsenfleisch wird geklopft, gewaschen und mit 4—5 Liter Wasser auf's Feuer gesetzt. Will man jedoch kräftiges Fleisch haben, so stellt man die Knochen und wenn man übrige Bratenknochen hat auch diese, mit kaltem Wasser bei, tut Salz und die gewöhnlichen Suppenkräuter hinein und das Fleisch erst, wenn die Knochen eine Zeit lang gekocht haben und läßt es 2—3 Stunden langsam kochen. Setzt man das Fleisch mit kaltem Wasser bei, so wird es trocken und kraftlos, weil der größte Teil des Fleischsaftes in die Kochbrühe übergeht.

112. Rindsbraten.

Rindfleisch, vom Schwanzstück wird gut geklopft, mit einem Tuche sauber abgerieben, mit Salz und Pfeffer bestreut und auf offenem Feuer in heißem Fett mit Speckwürfel, Gelberübe, Brotrinde und Zwiebeln auf beiden Seiten angebraten. Dann löscht man den Braten mit Fleischbrühe oder Wasser ab, stellt ihn in einen Ofen oder deckt die Pfanne gut zu und läßt ihn unter fleißigem Begießen, je nach der Größe, 2—4 Stunden dämpfen. Die eingedunstete Flüssigkeit muß durch Nachgießen von heißer Fleischbrühe immer wieder ersetzt werden. Beim Anrichten wird die Sauce aufgekocht und durchgeseiht.

113. Gespickter Rindsbraten.

Ein zartes Stück Ochsenfleisch (Schwanzstück) wird nach dem Mürbeklopfen mit fingerlangen und kleinfingerdicken Speckschnitten, eine halbe Hand breit auseinander, der Fleischfaser nach durchzogen, sauber abgeputzt und mit Salz und Pfeffer eingerieben. Inzwischen macht man in einer Pfanne Fett heiß, bratet darin das Fleisch nebst Speckschnitten, einer Zwiebel gespickt, Gelberübe und Brotrinde an, löscht den Braten mit 1 Glas Wein und etwas Wasser ab und läßt ihn unter fleißigem Begießen 3—4 Stunden langsam dämpfen.

114. Sauerbraten.

Mageres Ochsenfleisch (Schwanzstück), wird gut geklopft, mit Salz eingerieben und in nicht zu starken, oder mit Wein verdünnten Essig gelegt, nebst Pfefferkörnern, einer mit Nelken besteckten Zwiebel, Lorbeerblatt und Wachholderbeeren. Man läßt das Fleisch im Sommer 2—3 Tage, im Winter 4—5 Tage in der Beize und wendet es öfters um. Bei der Zubereitung wird es in heißem Fett mit den üblichen Zutaten gelb angebraten, der Braten mit der Beize abgelöscht und 2—3 Stunden gedämpft.

Die Sauce wird mit Rahm aufgekocht. Man kann auch 1 Löffel Mehl in Fett gelbbraun rösten, mit Wasser ablöschen und mit dem Fleisch aufkochen.

115. Cornbeef.

Ein mageres Stück Rindfleisch, am besten Backenspiz, wird mit Salpeter eingerieben, dick mit Salz bestreut, gut zugedeckt an einem kühlen Ort 6—7 Tage stehen gelassen und alle 2 Tage umgewendet. Beim Gebrauch wird das Fleisch mit kaltem Wasser beigelegt, während des Kochens gut abgeschäumt und wenn es eine Zeit lang gekocht hat, verschiedene Gemüse dazu gelegt, je nach der Zeit, welche sie brauchen, um gar zu werden. Man nimmt nach der Jahreszeit Gelberüben, weiße Rüben, Kohlraben, Bohnen, Kohl oder Weißkraut, Sellerie und Kartoffeln. Rosenkohl, Blumenkohl und Erbsen werden besonders gekocht. Beim Anrichten werden die Gemüse im Kranze um das Fleisch gelegt und das Ganze mit Rosenkohl, Blumenkohl und Erbsen garniert. Es kann eine Buttersauce mit Kapern dazu serviert werden. In die Brühe kann man eine Einlage von Gerste geben.

116. Roastbeef.

Ein gut abgelegenes Stück Ochsenfleisch, Hochrippe, wird ausgebeint, tüchtig geklopft, mit scharfem Messer gut abgekratz und Salz und Pfeffer eingerieben. Dann macht man in einer Pfanne Fett heiß, bratet das Fleisch mit den üblichen Bratenzutaten auf dem Feuer von allen Seiten rasch an, löst es mit Wein ab und dämpft den Braten in einem recht heißen Ofen unter öfterem Begießen weich. Vor dem Anrichten wird die Sauce abgefettet, ein Teiglein von Mehl und Wasser oder Rahm eingerührt, und gut damit aufgekocht. Diese wird besser, wenn statt des Teigleins 2 Löffel Tomatenpüre $\frac{1}{2}$ Stunde damit gekocht werden. Hat man ein größeres Stück Fleisch,

So kann man es rollen, sodaß die Haut nach außen sieht und der dicke Teil vom dünnen überschlagen wird. Der Braten wird dann viel saftiger.

117. Kleiner Kostbraten.

Von einem gut abgelegenen Hochrippenstück werden die stärksten Knochen abgelöst; die Rippenknochen können bleiben. Dann schneidet man es in schöne Scheiben, klopft sie tüchtig, bestreut sie mit Salz und Pfeffer, wendet sie in zerlassener Butter um und läßt sie 2 Stunden aufeinander liegen, damit sie mürbe werden. Kurze Zeit vor dem Anrichten bratet man sie auf einem mit Speck bestrichenen Kost unter stetem Beträufeln mit Butter oder gibt sie in eine Pfanne in heißes Fett, bratet sie mit Zwiebeln gut zugedeckt auf beiden Seiten schön gelb und kocht den zurückgebliebenen Saft mit Fleischbrühe auf. Auf dem Kost gebraten muß beim Anrichten auf jede Schnitte ein Stück Butter kommen.

118. Einfacher Kostbraten.

Ein Rippenstück wird ausgebeint, tüchtig geklopft und mit Salz und Pfeffer eingerieben. Unterdessen hat man in einer Pfanne Wasser kochend gemacht, gibt das Fleisch, Gelberübe, Zwiebel, Brotrinde, nach Belieben 1—2 Löffel Essig dazu und läßt es 3—4 Stunden gut zugedeckt damit dämpfen. Das Wasser muß gut eindämpfen, damit das Fleisch Farbe bekommt, worauf man wieder Wasser nachgießt.

119. Schmorbraten.

Um von Rindfleisch Suppe und Braten zu haben, stellt man es, wenn es gut geklopft und gewaschen ist, mit kaltem Wasser, Salz und Suppenkraut aufs Feuer und kocht es langsam zwei Drittel gar. Alsdann nimmt man das Fleisch heraus, läßt es gut abtropfen, bratet es in heißem Fett mit Zwiebel, Gelberübe, Brotrinde auf beiden

Seiten schön gelb, löscht es mit Bratensauce oder Fleischbrühe ab, und läßt es mit reichlich Sauce noch vollends weich dämpfen.

120. Lendenbraten (Lummel oder Filet).

Er wird vom Fett und den größten Häuten befreit, mittelst einer Spicknadel mit länglich geschnittenem Speck in 2 Reihen gespickt und mit Salz und Pfeffer eingerieben. Unterdessen hat man in einer Pfanne Butter heiß gemacht, gibt das Fleisch mit Speckwürfel, Zwiebel, Gelberübe und Brotrinde dazu, bratet es schön gelb an, löscht den Braten mit Fleischbrühe ab und läßt ihn unter fleißigem Begießen im Ofen weichdämpfen. Er sollte nicht ganz durchgebraten sein und braucht dann bei guter Hitze $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Stunden. Beim Anrichten werden allerlei junge Gemüse, jedes für sich zubereitet, in hübscher Zusammenstellung um den Braten gelegt.

121. Gebeizter Lendenbraten.

Der Lummel wird entfettet, abgehäutet, gespickt und mit Salz eingerieben. Dann kocht man von halb Wein, halb Essig, einer mit Nelken gespickten Zwiebel, Gelberübe, Lauch, Zitronenscheibe, Lorbeerblätter, Wachholderbeeren und ein wenig Muskatblüte eine Beize, welche man lauwarm über das Fleisch gießt. Es bleibt unter öfterem Umdrehen 2—3 Tage darin liegen. Beim Zubereiten läßt man reichlich Fett heiß werden, bratet darin das Fleisch mit den üblichen Bratenzutaten gelb an, löscht es mit der Beize ab und bratet es schön weich. Vor dem Anrichten wird die Sauce abgefettet, und mit saurem Rahm aufgekocht. Nach Belieben kann auch ein Löffel Mehl in Fett gelbbraun geröstet an die Sauce gegeben werden.

122. Hackbraten.

Für 8 Personen rechnet man $1\frac{1}{2}$ Pfund Fleisch. Man nimmt gleiche Teile Rind-, Kalb- und Schweinefleisch,

Dazu gibt man noch 2 Weck und 3 Eier. Das Fleisch wird fein gehackt oder vermiegt und mit Salz, Pfeffer, Muskatnuß und fein gewiegten, in Butter gedämpften Zwiebeln und Petersilie gewürzt. Die Wecke werden in lauwarmes Wasser eingeweicht, wobei darauf zu achten ist, daß sie nicht zu weich werden, dann fest ausgedrückt, gut verrührt, mit den 3 Eiern zu dem vermiegtten Fleisch getan und das Ganze gut geschafft, bis sich der Teig von den Händen löst. Dann formt man einen länglichen Braten daraus (man taucht die Hände vorher in kaltes Wasser), bestreut ihn mit Weckmehl, gibt ihn nebst Zwiebel, Gelberübe und Brotrinde in heißes Fett, begießt ihn damit, um das Aufspringen zu vermeiden, und läßt ihn im Ofen 1—1½ Stunde braten. Sollte der Braten zu weich sein, so kann man mit Weckmehl oder weißem Mehl nachhelfen.

Bei großen Portionen ist es besser, den Braten in ein Kalbs- oder Schweinsnez zu füllen.

123. Beessteaks.

Fleisch vom Lummel wird entfettet, abgehäutet, der Quere nach in fingerdicke Stücke geschnitten, diese dann geklopft, gesalzen und in einer flachen Pfanne in heißer Butter unter öfterem Begießen und Umdrehen schnell gebraten. Es ist besser, die Beessteaks erst beim Umdrehen zu salzen. Auch können Zwiebeln mitgebraten und Zitronensaft daran gegeben werden.

124. Geschabte Beessteaks.

Rindfleisch vom Schwanzstück wird in Stücke geschnitten, geklopft, geschabt, damit alle Fasern herauskommen, nach Belieben mit feingewiegten Zwiebeln, Pfeffer und Muskatnuß gut verarbeitet, schön geformt, auf die Portion je 100—200 Gramm, mit Mehl bestäubt und in heißer Butter, wie oben angegeben, gebraten. Wenn die Bees-

steaks angerichtet sind, gibt man auf jedes 1 Kaffeelöffel schaumig gerührte Butter und feingehackte Petersilie. Man kann sie auch mit in Butter gebackenem Ei belegen.

125. Falsche Beefsteaks.

500 Gramm mageres Rindfleisch wird mit 125 Gramm Nierenfett oder Speck, Zwiebeln und Petersilien fein gewiegt, mit 2 in lauwarme Milch eingeweichten, gut ausgedrückten Weißbrötchen, Salz, Pfeffer, Muskatnuß, $\frac{1}{2}$ Liter süße Milch und 2 Eier gut verarbeitet, in nicht zu dicke Beefsteaks geformt und in heißem Fett $\frac{1}{4}$ Stunde gebraten. Sie können auch von Schweinefleisch gemacht werden und bleiben auf diese Art zubereitet saftiger als die echten Beefsteak.

126. Rinds-Ragout.

Zartes mageres Rindfleisch wird nach Nr. 112 eingebeizt oder in Stücke geschnitten und mit kochendem Essig übergossen. Dann brätet man es in heißem Fett mit Speckwürfel gelb an, nimmt es heraus, röstet in dem zurückgebliebenen Fett auf die Person 1 Kaffeelöffel Mehl, gibt, wenn dieses fast braun ist, feingewiegte Zwiebeln dazu, dämpft sie etwas mit, löscht mit der Beize ab, verdünnt mit Fleischbrühe oder Wasser zu Sauce, würzt diese mit Salz, Pfefferkörner, einer mit Nelken besteckten Zwiebel, Lorbeerblatt und etwas Zitrone und kocht darin das Fleisch recht weich. Vor dem Anrichten wird die Sauce durch ein Sieb gegeben. Man kann sie auch mit Wein aufkochen und gehackte Kapern oder Trüffeln beifügen.

127. Rindsrouladen oder Fleischbügel.

Gutes mageres Rindfleisch wird in längliche, handbreite, ziemlich dünne Stücke geschnitten, diese gut geklopft, mit Salz und Pfeffer bestreut, die innere Seite mit feingewiegtem Speck oder Schinken, Zwiebeln und Petersilie, nach Belieben auch Trüffel, bestrichen, fest aufgerollt, mit

einem spitzen Hölzchen zusammengeheftet oder mit einem Faden umwickelt und in Mehl gewälzt. Dann bratet man sie in heißem Fett schön braun, wobei man sie achtsam wenden muß, damit sie nicht ansetzen. Die Fertigen werden immer wieder herausgenommen, bis alle braun angebraten sind; dann gibt man sie wieder in die Pfanne zurück, gießt soviel Wasser oder Fleischbrühe dazu, daß sie damit bedeckt sind und dämpft sie dann gut zugedeckt mit Zwiebeln, Lorbeerblatt und Zitronenscheibe langsam weich. Während des Kochens müssen sie hin und wieder geschüttelt werden, um das Ansetzen zu vermeiden.

Die Kouladen können auch mit einer Fülle von Sardellen, Speck, Fleischresten, Zwiebeln und Petersilie, welches man zusammen fein verwiegt, belegt, wie die obigen angebraten und unter Zuguß von Wein gedämpft werden.

128. Büdel- oder Salzfleisch.

Dazu wird Rindfleisch vom Schwanzstück verwendet, welches noch ganz frisch sein soll. Für 1½ Kilogramm Fleisch wird aus 250 Gramm Salz, 25 Gramm Zucker, 5 Gramm Salpeter, Wasser, Pfefferkörner, einer mit Nelken besteckten Zwiebel, Lorbeerblatt und Petersilie eine Laxe gekocht, diese nach dem Erkalten über das Fleisch gegossen, so daß dasselbe ganz davon bedeckt ist und gut beschwert 8—10 Tage darin liegen gelassen. Bei der Zubereitung wird es mit kaltem Wasser beigelegt, ohne Zutaten gekocht und kalt oder warm serviert.

129. Gebeizte Zunge.

Eine Rindzunge wird zuerst mit etwas Salpeter und dann mit Salz tüchtig eingerieben und in einem Geschirr mit passendem Deckel gut beschwert, je nach ihrer Größe 2—3 Tage gebeizt, wobei man sie täglich umwendet. Beim Gebrauch stellt man sie mit kaltem Wasser bei, gibt Zwiebel, Gelberübe und Sellerie dazu und kocht sie gut weich. Dann läßt man sie in ihrem Sud halb erkalten.

zieht ihr mittelst eines Tuches die Haut ab, schneidet sie der Quere nach in schiefer Richtung in 2 messerrückendicke Scheiben und serviert sie warm oder kalt.

Man kann sie auch nach Nr. 114 einbeizen und nur mit frischem Wasser abkochen.

Will man sie füllen, so wird die frische Zunge in kaltem Wasser mehrmals gut gewaschen, mit Salz einge-rieben, nochmals gewaschen und dann mit Wasser und Salz weichgekocht. Bilden sich auf der rauhen Haut Blasen, so ist die Zunge weich, was 3—4 Stunden dauern kann. Sie wird dann geschält und in Scheiben geschnitten. Inzwischen wird folgendes Fülle zugerichtet: 1 Pfund rohes Kalbfleisch oder Schweinefleisch wird durch die Fleischhackmaschine getrieben bis es fein ist, dann 1 ganzes Ei und $\frac{1}{2}$ Liter Milch gut darunter gerührt und die Masse 2 messerrückendick auf die Scheiben gestrichen. Diese werden nur mit Butter $\frac{1}{2}$ Stunde gedämpft und während der Zeit öfters begossen, damit sie saftig werden.

130. Zungen-Ragouts.

Ist die Zunge auf vorige Art zubereitet, so wird sie in einer Madeiresauce Nr. 282 oder einer gewöhnlichen Braten sauce gut aufgekocht. In die Braten sauce wird etwas guter Wein gegeben.

131. Gebratenes Ochsenherz.

Ein Ochsenherz wird in der Mitte durchgeschnitten, nach Nr. 114 zwei Tage gebeizt und gespießt. Dann bratet man es in heißem Fett mit den Zutaten, auf beiden Seiten gelb an, läßt es mit Beize ab und dämpft es unter fleißigem Begießen ungefähr 3 Stunden. Die Sauce wird vor dem Anrichten mit saurem Rahm aufgekocht.

132. Gulasch.

Man schneidet mageres Ochsen-, Kalb- und Schweinefleisch, von jeder Art 125 Gramm, in Würfel. Dann

löst man in einer breiten Pfanne Fett heiß werden, röstet darin fein geschnittene Zwiebel gelblich, gibt das Fleisch dazu hinein, bratet es auf schwachem Feuer zugedeckt, bis der Fleischsaft eingedämpft ist, streut etwas Mehl darüber, läßt es eine Weile mitdämpfen, indem man es öfters umwendet. Dann würzt man mit Salz und Pfeffer, gibt die nötige Fleischbrühe dazu und läßt das Fleisch vollends weich dämpfen. Eine Weile vor dem Anrichten gibt man 1 Glas Wein und nach Belieben auch Worcester'shire'sauce dazu. Man kann auch nur Rindfleisch am besten vom Lenden oder Lummel nehmen und feingewürfelten Speck oder Speckstreifen mit den Zwiebeln rösten. Wenn letztere glasig sind, gibt man das Fleisch dazu und behandelt es wie oben weiter.

133. Sulz.

Dieselbe wird gewaschen und fein geschnitten. Dann dämpft man feingeschnittene Zwiebeln in heißem Fett schön gelb, röstet die Sulz noch etwas mit, gibt Salz, Pfeffer, Fleischbrühe und ein wenig Wein nach Belieben auch etwas Mehl dazu, läßt es noch einigemal aufstochen und serviert gleich nach dem Anrichten.

B. Kalbfleisch.

Kalbfleisch hat weniger Nährwert als Rindfleisch. Das Fleisch von älteren, gut genährten Kälbern ist wohl-
schmeckender, nahrhafter und leichter verdaulich als das von ganz jungen oder mageren Tieren.