

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

Rohkostplatte

[urn:nbn:de:bsz:31-305205](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-305205)

Rohkostplatte.

Zutaten: 1 Gurke, 1 Pfd. Tomaten, 1 Kopfsalat, 1 Endivien.

Die grünen Salate werden je nach ihrer Art vorbereitet. Die Gurke wird geschält und in feine Scheiben geschnitten, ebenso schneidet man die gewaschenen Tomaten in dünne Scheiben. Man bereitet einen Salatbeiguß, gibt Zwiebeln, fein geschnittenen Schnittlauch oder Petersilie zu, legt die Tomaten und Gurken hübsch reihenweise auf eine Platte und gießt von dem Salatbeiguß darüber. Die übrigen Salate werden angemacht und zwischen die Gurken und Tomaten angerichtet.

Rohkostplatte, 2. Art.

Sellerie, Rettiche, Rotrüben und Karotten werden geschält und auf der Rohkostraffel gerieben, Tomaten und die geschälten Gurken in feine Scheiben geschnitten. Dann bereitet man den Beiguß und gibt ihn über die verschiedenen Salate. Sie werden der Farbe entsprechend auf eine Platte angerichtet, der Rand mit in Streifen geschnittenem Spinat, Endivien-, Weißkraut- oder Rotkrautsalat verziert und fein verwegte Kräuter darüber gegeben.

Orientalischer Salat.

Frische Gurken werden geschält, halbiert, mit einem silbernen Löffel von den Kernen befreit und in 4 cm lange Stücke geschnitten. Über diese Gurkenstücke gießt man einen Salatbeiguß und läßt sie einige Zeit ziehen. Geriebene Karotten oder Rettiche werden ebenfalls mit Salatbeiguß vermengt. Diese geriebenen Salate dienen als Fülle der Gurken. Tomaten werden, nachdem man einen Deckel entfernt hat, ausgehöhlt und mit Endivien-, fein geschnittenem Spinat- oder Sauerampfersalat gefüllt. Auf eine längliche Platte werden nun die gefüllten Gurken und Tomaten abwechselnd angerichtet und der Rand mit Kresse oder Kopfsalat garniert und mit dem Kaffeelöffel kleine Mengen geriebener Rotrübensalat aufgesetzt.

Italienischer Salat.

Hierzu verwendet man gleiche Teile Kartoffeln, Rotrüben, Gelberüben und Sellerie, von jeder Sorte etwa 1 Tasse. Kartoffeln, Rotrüben, Gelberüben und Sellerie werden, nachdem man sie im Dampf gar gemacht hat, geschält und in kleine Würfel geschnitten. Sehr gut lassen sich kleingeschnittene Essigurken mit verwenden. Man vermengt den Salat mit falscher Mayonnaise, reichlich fein verwegter Zwiebel oder Zwiebelessig und feinen Kräutern. Es empfiehlt sich, den Salat einige Stunden vor Gebrauch anzumachen, damit alles gut durchziehen kann.