

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

Petersilienkartoffeln

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

Gurkenbeiguß.

Eine ausgewachsene, gelbe Gurke wird geschält, halbiert und nach Entfernung der Kerne in kleine Würfel geschnitten; dann in Kräuterbrühe oder Fleischbrühe mit etwas Essig, Zwiebel und Lorbeerblatt weich gekocht. Unterdessen rührt man das nötige Mehl mit Wasser oder Milch an, nimmt das Lorbeerblatt heraus, gibt das Mehlteiglein zu und läßt den Beiguß noch kurz aufkochen. Nach Belieben kann ein Stückchen Butter kurz vor dem Anrichten zugefügt werden.

Heringsbeiguß.

Ein gut gewässerter Hering wird geputzt und fein verwiegt. Man rührt mit 2—3 Eßlöffel Mehl ein Teiglein an, gibt es in die kochende Fleisch- oder Kräuterbrühe und läßt den Beiguß mit Pfefferkörnern, Lorbeerblatt und 1—2 Eßlöffel Essig gut durchkochen. Unterdessen werden fein geschnittene Zwiebeln in etwas Butter gedämpft, der Beiguß durch ein Sieb geseiht und die Zwiebeln, Hering und nach Belieben etwas Maggiwürze zugegeben. Die Heringsmilch wird durch ein Sieb gestrichen, mit einigen Tropfen Milch verrührt und in den Beiguß gegeben.

5. Teil:

Kartoffelgerichte

Außer Fett brauchen wir Stärkemehl und Zucker. Das Stärkemehl ist hauptsächlich in den pflanzlichen Nahrungsmitteln enthalten, und zwar sind Kartoffeln, Hülsenfrüchte und Getreide sehr reich an Stärkemehl. Ähnlich wie das Fett tragen auch Stärkemehl und Zucker zur Körperwärme bei. Den Zucker gewinnen wir aus dem Saft des Zuckerrohrs und aus der Zuckerrübe. Auch Gelberüben enthalten Zuckerstoff. Ebenso finden wir in reifem Obst viel Zucker vor. Das Stärkemehl hat für die Ernährung die gleiche Bedeutung wie der Zucker. Das Stärkemehl ist schwerer und langsamer zu verdauen wie reiner Zucker; darin liegt die große Bedeutung, welche das Stärkemehl als Bestandteil der Nahrung hat.

Petersilienkartoffeln.

Die Kartoffeln werden gewaschen und dünn geschält, da sich das Eiweiß direkt unter der Schale befindet. Dann legt man die Kartoffeln in frisches Wasser, weil sie an der Luft rasch braun werden. 2—3 Eßlöffel Mehl werden zu einem Teiglein angerührt und in kochende

Kräuterbrühe einlaufen lassen; man läßt dies gut durchkochen. Unterdessen schneidet man die Kartoffeln in 1 cm große Würfel, gibt sie in den Beiß und läßt sie gar werden. Eine Handvoll Petersilie wird fein verwiagt und, in Butter gedämpft, kurz vor dem Anrichten zugegeben. Man kann auch in der Schale gekochte, geschälte Kartoffeln in nicht zu dünne Scheiben schneiden, dem fertigen Beiß zugeben und alles noch einmal kurz aufkochen. Etwas Petersilie gibt man roh dem fertigen Beiß beim Anrichten zu.

Kartoffeln in braunem Beiß.

Mit 2—3 Eßlöffeln Braunmehl rührt man ein Mehleteiglein an, gibt dies in kochende Fleisch- oder Kräuterbrühe, würzt mit Lorbeerblatt, Zwiebeln mit Nelken besteckt, etwas Majoran, einigen Tropfen Essig und läßt den Beiß gut durchkochen. Die in der Schale im Dampf gekochten Kartoffeln werden geschält, in nicht zu dünne Scheiben geschnitten und in einen Topf gegeben. Der Beiß wird darüber geseiht und nochmals aufgekocht. Man kann auch rohe Kartoffeln in Scheiben oder 1 cm große Würfel schneiden und im Beiß weich kochen.

Gewürzkartoffeln.

Die Kartoffeln werden gewaschen, geschält, nochmals gewaschen und in 2 cm große Würfel geschnitten. Man stellt sie mit Wasser, Salz, Zwiebeln mit Nelken besteckt und Pfefferkörnern bei und kocht sie vorsichtig weich. Zuletzt wird fein verwiagte Petersilie zugegeben; die Gewürze werden entfernt und nach Belieben ein Stückchen Butter zugefügt.

Kartoffeln in Kräuterbrühe.

Die gewaschenen, geschälten, in Würfel geschnittenen Kartoffeln kocht man in Kräuterbrühe oder Wasser weich. Alsdann werden sie mit der übrigen Brühe auf eine erwärmte Platte angerichtet, fein verwiagte Petersilie und nach Belieben etwas zerlassene Butter darüber gegeben.

Kartoffelschnee.

Die wie oben vorbereiteten Kartoffeln werden, nachdem sie garkocht sind, abgeschüttet, durch die heiße Kartoffelpresse auf eine erwärmte Platte gegeben und etwas zerlassene Butter zugefügt.

Kartoffelbrei.

Die gewaschenen, geschälten Kartoffeln werden in Stücke geschnitten, nochmals gewaschen und mit wenig Wasser am besten im Dampf weich gekocht, rasch abgeschüttet und durch die Kartoffelpresse gedrückt. Man gibt nach und nach die nötige heiße Milch oder Fleischbrühe hinzu und schlägt die Masse mit dem Schneebesen gut schau-