

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

Bechamelbeiguß oder Grundsauce

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

Kräuterbeiguß.

Verschiedene Kräuter wie Schnittlauch, Kresse, Sauerampfer, Boretsch, Estragon, Thymian, Dill, etwas Zitronenmelisse werden gewaschen, auf ein Tuch zum Trocknen gelegt und fein verwiegt. In $\frac{3}{4}$ l kochende Kräuterbrühe rührt man ein Mehlteiglein ein und läßt es gut durchkochen. Unterdessen werden die vorbereiteten Kräuter in einem Stückchen Butter gedämpft und zugegeben. Man kann auch die Kräuter roh in den Beiguß geben und die Butter darunter rühren, wodurch die Vitamine erhalten bleiben. Auch hierzu lassen sich frisch gekochte, geriebene Kartoffeln mitverwenden.

Bechamelbeiguß oder Grundsauce.

2—3 Eßlöffel Mehl werden mit kalter Flüssigkeit, Wasser, Milch oder Kräuterbrühe angerührt. Man gibt dies in die kochende Gemüsebrühe und läßt den Beiguß gut durchkochen. Kurz vor dem Anrichten fügt man ein Stückchen Butter zu. Dieser Beiguß kann zu allen gekochten Gemüsen, wie Blumenkohl, Spargeln usw., gegeben werden. Man nimmt jeweils von dem Abkochwasser des betreffenden Gemüses.

Korianderbeiguß.

Man bereitet mit etwas Butter, Mehl und fein geschnittener Zwiebel eine helle Mehlschwitze, löscht mit Kräuterbrühe oder Wasser ab, läßt den Beiguß gut durchkochen und würzt mit Salz und 2—3 Messerspitzen Korianderpulver. Um Butter einzusparen, kann auch ein Mehlteiglein zugefügt werden. Wird der Beiguß mit Wasser zubereitet, so kann man nach Belieben mit einigen Tropfen Maggi würzen.

Kümmelbeiguß (zu verschiedenen Gemüsen).

Er wird auf gleiche Weise wie Korianderbeiguß zubereitet. Man kann Butter einsparen, wenn man ein Mehlteiglein in die betreffende Gemüsebrühe, wie z. B. bei Weißkraut, einrührt. Das Ganze wird mit einem Kaffeelöffel Kümmel gewürzt. Nach Belieben kann man auch Kümmelpulver verwenden, wenn man den Beiguß zu Kartoffeln gibt.

Brauner Senfbeiguß.

2—3 Eßlöffel Braunmehl werden mit kalter Flüssigkeit zu einem Teiglein angerührt und in die kochende Fleisch- oder Knochenbrühe einlaufen lassen. Nachdem der Beiguß gut durchgekocht hat, rührt man 1—2 Kaffeelöffel Senf und nach Belieben ein Stückchen Butter darunter.