

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

**Einfach und gut**

**Trunk-Kälble, Lina**

**Karlsruhe, 1947**

Gespickter Lummel oder Lenden

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

### Garnierte Fleischplatte.

Dazu verwendet man Roastbeef oder Lummel. Zu Roastbeef wird ein schönes Mittelstück von Rind- oder Ochsensoß, das gut abgehängt sein muß, abgerieben, mit Salz und Pfeffer bestreut und in heißem Fett nebst den Bratenzutaten, wie Zwiebel, Gelberübe und Brotrinde braun angebraten. Nun stellt man das Fleisch in die Bratröhre und läßt es unter öfterem Begießen etwa 30—40 Min. braten. Das Roastbeef soll beim Aufschneiden rosa sein. Der Beiguß wird mit etwas angerührtem Braunmehl sämig gemacht. Man nimmt das Fleisch heraus und gibt 1—2 Schöpfer Fleischbrühe zu. Beim Anrichten wird der Beiguß durchgeseiht. Das gebratene Fleisch wird mit verschiedenen Gemüsen auf eine Platte angerichtet. Man nimmt hierzu Gelberüben, Erbsen, Bohnen und gekochte Kartoffeln, die man zuvor entweder in gleichmäßige Stäbchen geschnitten, oder von welchen man mit dem Kartoffelbohrer runde Kugeln geformt hat. Rosen- und Blumenkohl werden zuvor in wenig Wasser gargesocht. Die Gemüse kommen abwechselnd der Farbe nach um das in schöne, dünne Scheiben geschnittene Fleisch.

### Gespickter Lummel oder Lenden.

Die Lende wird gehäutet, gespickt, mit wenig Salz und Gewürzpulver bestreut und mit den Bratenzutaten in heißem Fett schön angebraten. Es wird entweder nur Fleischbrühe zugegeben oder der Beiguß mit Mehl sämig gemacht. Nach Belieben kann man etwas Wein zufügen; man sieht den Beiguß durch. Zubereitungszeit: 1—1<sup>1</sup>/<sub>4</sub> Std.

### Gefüllte Kalbsbrust.

Die Knochen werden vom Fleisch gelöst und das Fleisch mit einem Tuch abgerieben. Man bereitet folgende Fülle: 2 abgeriebene Brötchen oder ebensoviel Schwarzbrot werden eingeweicht, gut ausgedrückt und fein verzipft. Fein verwiegte Zwiebeln und Petersilie werden in etwas Butter gedämpft, das Brot nebst Salz, Gewürz und ein Eiweiß, zu Schnee geschlagen, oder 1 Eßlöffel Milei, mit einigen Tropfen Wasser angerührt, zugegeben und gut vermengt. Die Kalbsbrust reibt man innen mit etwas Salz ein, füllt die Masse ein und näht die Öffnung gut zu. Das Fleisch wird vorher etwa 3 Min. in kochendes Wasser gelegt, da es dann weniger platzt. Weitere Zubereitung wie Kalbsbraten.

### Kalbsbraten.

Ein Stückchen Kalbfleisch vom Schlegel oder Bug wird abgerieben und einen Augenblick in kochendes Wasser getaucht, damit sich die Poren schließen und der Saft im Fleisch erhalten bleibt. Man bestreut es mit etwas Salz und Gewürzpulver und brät es mit Zwiebeln, Gelberüben und Brotrinde in heißem Fett schön an. Alsdann wird das