

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

Garniertes, gekochtes Rindfleisch

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

Leberspätzle.

$\frac{1}{2}$ Pfd. Rindsleber wird gehäutet und nebst einem Stückchen Lunge durch die Fleischmaschine gedreht, ebenso 120 g eingeweichtes, ausgedrücktes Brot nebst 1—2 gekochten, geschälten Kartoffeln. Unter diese Masse mengt man 2 Eßlöffel Mehl, fein verwiegte, gedämpfte Zwiebeln und Petersilie, Salz, Gewürz, Majoran, 1 Eiweiß zu Schnee geschlagen oder 1 Eßlöffel Milei. Die Leberspätzle werden durch ein groblöcheriges Sieb in kochendes Salzwasser gegeben. Man läßt sie etwa 5 Min. kochen, nimmt sie mit dem Schaumlöffel heraus und überschmälzt sie mit etwas Butter. Das Abkochwasser verwendet man zum Auffüllen der Suppe. Die Masse kann auch zu Leberklößen verwendet werden. Man macht zuerst einen Probekloß, hält dieser nicht zusammen, so gibt man noch etwas Mehl oder Grieß zu.

Saure Sülze.

Man wäscht die Sülze, läßt sie gut abtropfen und schneidet sie in feine Streifen. 2—3 Eßlöffel Braunmehl rührt man mit kalter Flüssigkeit an und rührt diese in die kochende Fleisch- oder Kräuterbrühe ein, gibt Zwiebel mit Nelken besteckt, Lorbeerblatt, etwas Salz und Essig zu und läßt den Beiguß gut durchkochen. In etwas Fett dämpft man fein geschnittene Zwiebeln, gibt die Sülze zu, läßt sie kurze Zeit dämpfen und seht den Beiguß darüber.

Sparbraten.

Zu Sparbraten wird das Fleisch erst gekocht und dann wie jeder andere Braten zubereitet. Man nimmt ein Stück fettes Fleisch wie Brustkern oder Schwanzstück, gibt es nebst Suppengrüns in das kochende Wasser und läßt es $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Std. kochen. Dann brät man das Fleisch in heißem Fett an, gibt Bratengemüse wie Zwiebel, Gelberübe und etwas Brotrinde zu. Wenn das Fleisch gebräunt ist, wird ein Schöpfer Fleischbrühe zugegeben und das Fleisch noch $\frac{1}{2}$ Std. gebraten. Der Beiguß wird mit 1 Eßlöffel angerührtem Braunmehl sämig gemacht und vor dem Anrichten durchgeseiht.

Garniertes, gekochtes Rindfleisch.

Zutaten: 1 Stückchen fettes Rindfleisch, Weißkraut oder Wirsing, einige Gelberüben, Kartoffeln, Wasser, Salz.

In einer weiten Kasserolle läßt man das Wasser zum Kochen kommen, gibt das Fleisch nebst etwas Salz zu und läßt es kochen. Unterdessen werden die geputzten und gewaschenen Gemüse etwas zerkleinert; man gibt sie abwechselnd um das Fleisch. Die in Würfel geschnittenen Kartoffeln fügt man zuletzt zu und läßt das Ganze noch etwa $\frac{3}{4}$ —1 Std. dämpfen. Beim Anrichten wird das Fleisch in Scheiben geschnitten, man gibt es auf eine erwärmte Platte und legt die

Gemüse abwechselnd darum. Der Jahreszeit entsprechend kann man auch Bohnen, Tomaten, Blumenkohl oder Erbsen verwenden. Diese Gemüse lassen sich auch mit Schweinefleisch zubereiten.

Saure Leber oder Nieren.

Die Leber wird kurze Zeit in lauwarmes Wasser gelegt, gehäutet und in feine Scheiben geschnitten. Mit etwas Fett dünstet man feingeschnittene Zwiebeln, gibt die Leber zu und dämpft sie unter Umdrehen solange, bis sie nicht mehr rot ist. Dann streut man 1—2 Eßlöffel Braunmehl darüber, läßt die Leber noch einige Minuten dämpfen und löscht mit Fleischbrühe oder Kräuterbrühe ab. Kurz vor dem Anrichten werden etwas Salz, Gewürz und Essig zugegeben. Zubereitungszeit: $\frac{1}{2}$ Std. Saure Nieren werden ebenso zubereitet. Leber und Nieren dürfen erst kurz vor dem Anrichten gesalzen werden, da sie sonst hart werden.

Gebackene Leber.

Nachdem die Leber gehäutet ist, wird sie in 1 cm dicke Scheiben geschnitten und kurze Zeit in Milch gelegt, wodurch sie zart wird. Die Leberschnitten werden in Mehl umgewendet und schnell in heißem Fett gebacken. Beim Anrichten streut man etwas feines Salz darüber und kocht den Bodensatz mit Fleischbrühe oder Wasser auf. Zubereitungszeit: $\frac{1}{2}$ Std.

Kalbsgekröse.

Das Kalbsgekröse wird gewässert, wenn nötig mit Salz gereinigt und mit Sellerie, Lauch, Zwiebel, Gelberübe, Gewürz (Thymian), etwas Essig oder Wein und Salz in der Brühe weich gekocht. Dann bereitet man einen weißen Beiguß und gibt das kleingeschnittene Gekröse zu.

Kalbsgoulasch schnell zu bereiten.

Ausgebratenes Goulasch wird in eine Schüssel gegeben; in dem zurückbleibenden Bodensatz dämpft man etwas Mehl; dann wird fein verwiegte Zwiebel, Petersilie mit Fleischbrühe durchgekocht, Tomatenmark und Fleisch zugegeben und dies noch kurze Zeit gedämpft.

Gebackene Kalbsbrust.

Die Kalbsbrust wird entbeint, gewaschen und in die kochende Brühe gegeben, der man etwas Salz und Suppengrün zugegeben hat. Man läßt das Fleisch etwa 30—40 Min. kochen, nimmt es aus der Brühe und läßt es erkalten. Zum Panieren wird Mehl mit etwas Wasser angerührt. Das Fleisch wird in fingerdicke Scheiben geschnitten, zuerst in Mehl, dann in Mehl und zuletzt in Weckmehl umgewendet und in heißem Fett knusperig gebacken.