

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

Sparbraten

[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