

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

Kümmelkraut

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

10 Min. gut durchkochen läßt. Ist das Schweinefleisch sehr fett, so kann das Braunmehl mit kalter Flüssigkeit angerührt werden, um Fett zu sparen.

Weißkohl in braunem Beiguß. Norddeutsches Gericht.

Ein Krautkopf wird geputzt, gewaschen, in Stücke zerlegt, wobei man die dicken Rippen entfernt, in Salzwasser weich gekocht und zum Abtropfen auf ein Sieb gegeben. Mit Fett und 2—3 Eßlöffeln Mehl bereitet man eine braune Mehlschwitze und gibt das Gemüse nebst etwas Maggiwürze zu. Man läßt es noch kurz aufkochen.

Kümmelkraut.

Hierzu verwendet man Weißkraut oder Wirsing. Das geputzte Kraut wird von den dicken Rippen befreit, in Stücke zerlegt, gut gewaschen und in Kräuterbrühe oder Wasser weich gekocht. Dann wird es abgeschüttet und im Seiher etwas zerschnitten. Man bereitet mit einem Stückchen Butter, fein geschnittener Zwiebel und 1—2 Eßlöffeln Mehl eine helle Mehlschwitze, löscht mit Gemüsebrühe ab, gibt das Kraut nebst etwas Salz und Kümmel zu und läßt es noch kurze Zeit dämpfen. Will man den Beiguß etwas dicker haben, so rührt man noch 1—2 Eßlöffel Mehl mit kalter Flüssigkeit an, gibt das Mehlteiglein unter beständigem Rühren dem Gemüse zu und läßt es noch einmal aufkochen.

Bayrisch Kraut.

Nachdem die äußeren schlechten Blätter und der Strunk vom Kraut entfernt sind, wird es gewaschen, fein geschnitten oder gehobelt, etwas Essig, Salz und Zucker zugefügt und einige Stunden beschwert. Fein geschnittene Zwiebeln werden in heißem Fett leicht angedünstet, das Kraut nebst einem geschälten, in Stücke geschnittenen Apfel, nach Belieben etwas Kümmel und 1 Schöpfer heißes Wasser zugegeben und $1\frac{1}{4}$ — $1\frac{1}{2}$ Std. dämpfen lassen. Man kann auch ein Glas alkoholfreien Apfelsaft, Wein oder Most zufügen, was den Geschmack verbessert.

Strunkgemüse.

Beim Einschneiden von Weißkraut lassen sich die Strünke sehr gut als Gemüse verwenden. Diese werden von den holzigen Teilen befreit und in Stäbchen geschnitten. In wenig gesalzenem Wasser läßt man sie gar werden. Unterdessen wird eine helle Mehlschwitze hergestellt. Die Butter läßt man zergehen, gibt das nötige Mehl, nach Belieben auch etwas fein geschnittene Zwiebel zu, löscht mit Gemüsebrühe ab und gibt dies über das Gemüse. Will man den Beiguß dicker haben, so gibt man noch ein Mehlteiglein zu. Auf diese Weise benötigt man weniger Fett.