

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

**175 Speisezettel für gesundheitsgemäße Ernährung  
nebst Rezepten und Nährmittelwert-Tabelle nach Dr.  
med. Lahmann**

**Bieber, Amalie**

**Mannheim**\$b**Selbstverlag, [1904]**

Süße Gelees mit Agar-Agar

[urn:nbn:de:bsz:31-334519](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-334519)

### 218. Weincreme.

Zu  $\frac{1}{2}$  Liter guten Weißwein,  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser, den Saft 1 Citrone, 150 Gramm Zucker, ein kleines Stückchen Citronenschale, 3 Eier und 2 Eßlöffel voll Kartoffelmehl oder  $\frac{1}{2}$  Stange Agar-Agar. Das Agar-Agar löst man in kochendem Wasser auf, das Kartoffelmehl in lauwarmem. Man gießt den Wein in eine Messingpfanne oder Emailletopf, schlägt die 3 Eidotter hinein, gibt alles andere dazu und schlägt nun mit dem Schneebesen bis zum Kochen, gießt die Creme in eine Schüssel und mischt den Schnee der 3 Eiweiß darunter.

---

## Süße Gelees mit Agar-Agar.

### 219. Apfelgelee.

1 Kilo Äpfel werden von Stiel und Blume befreit, abgerieben und samt Schale und Kern mit etwas Muskatblüte und  $\frac{1}{8}$  Liter Wasser weichgekocht. Dann treibt man sie durch ein Sieb und stellt sie auf die Seite. 1 Stange Agar-Agar löst man in  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser auf, rührt es nebst 200 Gramm Zucker und dem Saft 1 Citrone durch das Apfelmus, gießt die Masse in eine mit Wasser bespülte Form oder Schüssel und stürzt sie nach einigen Stunden.

### 220. Chokoladengelee.

200 Gramm Chokolade,  $1\frac{1}{2}$  Stange Agar-Agar, 1 Liter halb Milch, halb Wasser, für 10 Pfg. Vanillin. Milch und Wasser gießt man in einen Topf, zerpfückt das Agar-Agar in kleine Stückchen hinein, läßt es damit zerkothen und seihet die Flüssigkeit durch ein Sieb in einen anderen Topf. Man

rührt nun die Chokolade nebst 70 Gramm Zucker und dem Vanillin in die Milch, läßt einigemal aufwallen und gießt die Masse in eine hohe Porzellanform zum Erstarren. Schlagjahne oder Vanillecreme dazu.

### 221. Früchtegelee.

Gut reife Früchte, Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen, überhaupt alle Obstsorten sind dazu verwendbar, werden gut mit Zucker bestreut, in eine tiefe Schüssel gelegt und einige Stunden vom Zucker durchziehen lassen. Kernobst entfernt man und nachdem das Innere mit Zucker bestreut ist, drückt man die Oeffnung wieder zu. Bei größeren Obstarten, wie Zwetschgen, Reineclauden, steckt man anstatt des Kerns eine geschälte Mandel, ein Stückchen Makrone oder dgl. in die Oeffnung, damit sie nicht zusammenfallen. Von diesen Früchten legt man in kleine Compotshalen und übergießt sie mit folgendem Gelee: Saft von 5 Citronen,  $\frac{3}{4}$  Liter Wasser, 450 Gramm Zucker,  $1\frac{1}{2}$  Stange Agar-Agar. Das Agar-Agar löst man in kochendem Wasser auf, gibt Citronensaft und Zucker dazu, seigt alles durch ein Haarsieb und gibt das Gelee kochend über die Früchte, stellt es in kaltes Wasser oder auch Eis zum Erstarren. Man stürzt das Gelee entweder direkt auf eine runde Servierplatte oder man macht Zuckerplätz, die man ja auch vom Conditior haben kann und stürzt die Geleeschüsseln auf das Gebäck. Ein sehr fein aussehendes Gericht und von äußerst angenehmen Geschmack. Bei größeren Früchten ist es ratsam, sie vorher etwas zu dünsten, jedoch nicht zu weich, da sie sonst wegen des schnellen Erstarrens des Agar-Agar nicht vollständig gar werden möchten.

### 222. Himbeergelee.

Ein ausgezeichnet schmeckendes Gelee bereitet man mit dem frischen Saft der Himbeeren.  $\frac{3}{4}$  Liter reiner Saft,  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser, den Saft einer  $\frac{1}{2}$  Citrone, 375 Gramm

Zucker und 1 Stange Agar-Agar. Der Himbeersaft wird mit dem Citronensaft und dem Zucker eine  $\frac{1}{2}$  Stunde ununterbrochen gerührt, das Agar-Agar mit dem Wasser aufgelöst, zu dem Saft gegossen und noch eine Weile mitgerührt. Dann schüttet man das Gelee in eine entsprechende Schüssel und läßt's erstarren. Auf Eis gestellt und dann gestürzt schmeckt das Gelee wie Fruchtis. Auf dieselbe Weise kann man auch Johannisbeer- und Erdbeergelee bereiten. Bei letzterem jedoch mit dem Unterschiede, daß man die Erdbeeren entweder roh zerdrückt mit dem Agar-Agar vermischt oder sie tags zuvor mit geläutertem Zucker übergießt, nächsten Tag durch ein Sieb treibt und dann mit dem Agar-Agar vermischt. Man braucht bei Erdbeeren 100 Gramm Zucker weniger. Bei Johannisbeergelee lasse man den Citronensaft fehlen.

#### 223. Rhabarbergelee 1.

Zu 1 Pfund Rhabarber 1 Stange Agar-Agar, etwas Citronenschale oder Muskatblüte, 250 Gramm Zucker. Der Rhabarber wird gekocht, durch ein Sieb gestrichen und mit dem Zucker versüßt. Das Agar-Agar löst man in  $\frac{1}{4}$  Liter kochendem Wasser auf, mischt es mit dem Rhabarbercompot und gießt die Masse in eine Porzellan- oder Glasschüssel, stellt sie in kaltes Wasser, das aber öfter erneuert werden muß oder auf Eis und stürzt das Gelee kurz vor dem Gebrauche.

#### 224. Rhabarbergelee 2.

$1\frac{1}{2}$  Kilo Rhabarber wird mit  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser und etwas Muskatblüte weichgekocht, in ein Sieb geschüttet und den Saft in einer Schüssel aufgefangen. Der Rhabarber darf nicht gepreßt werden, sonst wird der Saft trübe. Zu 1 Liter Saft, 1 Kilo Zucker und 1 Stange Agar-Agar. Dieses wird in einem Teil des Saftes, den man aufkocht,

aufgelöst, dann der übrige Saft nebst dem Zucker zugegeben, einige Male aufwallen lassen und zum Ersteren in eine tiefe Schüssel gegossen, die man auf Eis oder in kaltes Wasser stellt.

### 225. Vanillegelee, anstatt Eis.

1 Liter Milch, 150 Gramm Zucker, 3 Eier, 1 Stange Agar-Agar, bei sehr großen Eier etwas weniger Agar-Agar und für 10 Pfg. Vanille.  $\frac{3}{4}$  Liter Milch mit dem Zucker, Eiern und Vanille rührt man auf dem Feuer bis zum Kochen und zieht dann den Topf zurück. Das Agar-Agar löst man in  $\frac{1}{4}$  Liter kochender Milch, mit etwas Wasser verdünnt, auf, fügt es zu der andern Milch, gießt's in eine Schüssel oder Form und stellt es zum Erkalten an einen kühlen Ort und dann auf Eis.

Ein sehr einfaches Verfahren vorstehende Gelees, anstatt Eis zu verwenden, will ich den verehrten Hausfrauen nicht vorenthalten.

Man verschafft sich zu den Gelees einen hohen Topf aus Emaille, Porzellan oder Bunzlauer Thonerde mit Deckel, der 4 cm im Durchmesser weniger hat, als der größte Topf, den man gewöhnlich bei der Kochkiste verwendet. Den kleinen Topf füllt man mit der bestimmten Geleemasse und stellt ihn wohlzugedeckt in den größeren Topf, dessen Boden 4 cm hoch mit kleingeschlagenen Eisbröckelchen und einer starken Hand voll Salz belegt ist. Dann füllt man den Raum um den kleinen Topf mit Eisbröckelchen aus, indem man noch tüchtig Salz durchstreut. Zum Schluß legt man Eis auf den Deckel des kleinen Topfes, bedeckt den größeren Topf ebenfalls, packt das Rissen fest auf und schließt die Kiste. Das Eis hält sich so 12 Stunden lang. Um die Gelees schön stürzen zu können, taucht man den Topf einen Moment in kochendes Wasser und das Gelee fällt tabellos heraus.

### 226. Gemischtes Gelee.

Mandelgelee, Vanillegelee und festes Johannisbeer- oder Himbeergelee. Man bestreicht einen Topf wie in Nr. 225

vorbeschrieben mit zerlassener Butter oder Mandelöl, gibt das noch warme, aber nicht mehr heiße Mandelgelee 2 cm hoch in den Topf, nach dem das warme Vanillegelee, dann das kalte Johannisbeergelee und so weiter bis die Form gefüllt ist. Die Form oder der Topf wird bedeckt zum Erfalten in kaltes Wasser gestellt. Nachdem die Form sich von außen erkaltet anfühlt, stellt man sie auf Eis in die Kochkiste.

---

## Getränke.

### 227. Apfelthee (stärkend und schleimlösend).

Zu 1 Liter Wasser 2 ziemlich große Äpfel. Diese bereitet man vom Stiel und Blume, zerschneidet sie mit der Schale, läßt auch das Kerngehäuse daran, kocht sie mit dem Wasser ganz weich, seigt durch und versüßt nach Geschmack mit Zucker oder Honig.

### 228. Apfelimonade.

Die Äpfel werden wie zu Apfelgelee, samt Schale und Kerngehäuse weichgekocht, der Saft durch ein Sieb ablaufen lassen, den Rest etwas gepreßt und den abgelaufenen Saft in einem Porzellangefäß 2 Tage stehen lassen. Von diesem Saft rechnet man auf  $\frac{1}{2}$  Liter 375 Gramm Zucker und eine Kleinigkeit Muskatblüte. Der Zucker wird geläutert, auf 500 Gramm Zucker  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser, das Blaue des Zuckers abgeschäumt und denselben solange kochen lassen bis er breit und langsam vom Löffel läuft. Nun gießt man den Apfelsaft dazu und läßt ihn unter stetem Abschäumen  $\frac{1}{4}$  Stunde kochen. Etwas abgekühlt füllt man ihn in Flaschen verkorkt und versiegelt sie und stellt sie zum späteren Gebrauch in