

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Kochrezepte mit Liebig Fleischextrakt-Erzeugnissen

Köln-Bayenthal, [ca. 1955]

Vorbemerkung

[urn:nbn:de:bsz:31-352220](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-352220)

Vorbemerkung

1. Die Rezepte sind im allgemeinen für vier Personen berechnet. Die Fleischspeisen reichen jedoch teilweise für 6—8 Personen, da zu kleine Fleischstücke unvorteilhaft in der Zubereitung sind. Z. B. kleine Braten von ca. 500 g würden zu sehr austrocknen und nicht gut schmecken. Man kann Bratenreste ja stets aufgewärmt oder als Aufschnitt reichen. Die Sofzenrezepte sind sehr reichlich bemessen, sie reichen für 6 Personen, da die Ansprüche in Bezug auf Sofzenmenge sehr verschieden sind. Die Krankenkostrezepte wurden aus praktischen Gründen für 1—2 Personen aufgestellt.

2. Die Mengen sind in Gewichten angegeben, weil diese Art größere Genauigkeit verbürgt; erfahrene Hausfrauen sind in der Lage, die angegebenen Gewichtsmengen in Löffel, Tassen usw. umzurechnen.

3. Die Zutaten wurden in der Reihenfolge der Verwendung aufgeführt. Schon die junge Hausfrau wird so beim Ueberlesen der Zutaten die Zubereitung vor Augen haben, ohne erst den Text zu lesen. Auch ist diese Art beim praktischen Kochen übersichtlicher, es wird beim Zusammentragen der Zutaten nicht so leicht etwas vergessen.

Angaben über Gewichte und Maße

1 gestrichener Eßlöffel Fett wiegt	20 g
1 gehäufter Eßlöffel Fett wiegt	50 g
1 gestrichener Eßlöffel Mehl, Salz, Zucker wiegt	10 g
1 gestrichener Eßlöffel Suppeneinlagen wiegt	10 g
8 Eßlöffel	= $\frac{1}{8}$ Liter Flüssigkeit
1 Suppenteller	= $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{3}$ Liter Flüssigkeit
1 Tasse	= $\frac{1}{4}$ Liter Flüssigkeit

Legieren

= Abziehen mit Eigelb: Man verrührt das Eigelb löffelweise mit der heißen Flüssigkeit bis zu $\frac{1}{4}$ Liter und fügt es zu den Speisen.

Abwellen:

Reis, Graupen setzt man eben bedeckt mit kaltem Wasser auf und bringt sie zum Kochen, danach gießt man das Wasser ab. — Gemüse gibt man in viel kochendes Salzwasser, läßt einige Minuten bei offenem Topf kochen und gießt ab.