

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Wirtschaftliche Ernährung

Köln, [1927?]

Fleischspeisen

[urn:nbn:de:bsz:31-352211](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-352211)

SELLERIE-GEMÜSE

Bereitungszeit: 1½ Stunden. — 5 Personen. — Zutaten: 5 Sellerieköpfe, 80 Gramm roher Schinken in Scheiben geschnitten, ¾ Liter Wasser, darin aufgelöst 12 Gramm Liebig Fleisch-Extrakt, 70 Gramm Butter, 25 Gramm Mehl.

Man schneidet 5 kleine weiße Sellerieköpfe zu langen Streifen, läßt sie in gefalzenem, kochendem Wasser 20 Minuten ziehen und kühlt sie ab. Nun legt man auf den Boden einer Kasserolle 80 Gramm rohen Schinken, fügt den Sellerie zu und läßt das Gemüse in ¾ Liter Fleischbrühe aus Liebig Fleisch-Extrakt weich kochen. Den Fond macht man durch etwas Weißmehl feimig und gibt 70 Gramm gute Butter hinzu.

Fleischspeisen

Bei der Bereitung von Fleischspeisen können Sie durch eine kleine Menge Fleisch-Extrakt große Wirkungen erzielen. Rinder-, Kalbs- und Schweinebraten werden bedeutend zarter und wohlfechmekender, wenn Sie gleich nach dem Anbräunen einen Teelöffel Liebig Fleisch-Extrakt oder Liebig flüssig gleichmäßig über den Braten verreiben; der Extrakt zieht dann

langsam in das Fleisch ein. Hierdurch wird gleichzeitig die Soße noch kräftiger, als wenn sie erst beim Anrichten mit Liebig flüssig verfehönt wird. Besonders für kleine Stücke ist diese Zubereitung sehr vorteilhaft. Wenn Sie einen trockenen Braten saftig machen wollen, so empfiehlt es sich, ihn mit Speckstreifen zu spicken, die Sie vorher mit Fleisch-

Extrakt bestrichen haben. Einen vorzüglichen Fleischgelee zu kaltem Fleisch, der auch für Kranke geeignet ist, ergeben 1/8 Liter Wasser, 1½ Tee-



löffel Liebig flüßig und 2 Blatt weißer Gelatine lauwarm vorgelöst. Unerfreulich ist es, wenn der Braten angebrannt ist, doch Liebig-Fleisch-Extrakt kann ihn noch retten! Schaben Sie die angebrannten Stellen ab, bestreichen das Fleisch mit verdünntem Extrakt und geben es von neuem in die Pfanne. Oder stechen Sie, nachdem Sie die verbrannten Stellen entfernt haben, mit einem Messer kleine Löcher in den Braten und füllen diese mit Fleisch-Extrakt. Beim weiteren Braten zieht der Extrakt in das Fleisch ein und macht es saftig und mürbe.

KÖNIGSBERGER KLOPS

Bereitungszeit: 2 Stunden. — 4 Personen. — Zutaten: 250 Gramm Kalbfleisch, 250 Gramm Rindfleisch, 250 Gramm Schweinefleisch, 1 alte Semmel, 1 kleine Zwiebel, Pfeffer, Salz, 2 ganze Eier, 125 Gramm Butter, 60 Gramm Weizenmehl, Kapern, Sardellen, 1 Teelöffel Liebig Fleisch-Extrakt.

Das feingemahlene Fleisch vermische man tüchtig mit der im kalten Wasser geweichten, ausgedrückten Semmel, den zwei ganzen Eiern, den fein geschabten Zwiebeln, etwas Pfeffer und Salz und forme kleine runde Brötchen, die man in Bratschmalz goldgelb brät. Nun lasse man die Butter mit dem Mehl in einer Kasserolle goldgelb werden, gieße ein knappes Liter Wasser (kalt) unter stetem Rühren daran, damit die Soße feimig wird, und gebe die Kapern und die feingehackten Sardellen, sowie 1 Teelöffel Liebig Fleisch-Extrakt und das nötige Salz dazu. Wenn alles gut gekocht hat, tue man die goldbraunen Fleischbrötchen hinein und lasse sie an einer linden Stelle des Feuers noch 30 Minuten in der Soße dünsten.

TOMATENFLEISCH

Bereitungszeit: 15 Minuten. — 5 Personen. — Zutaten: 1 Pfund gekochtes Fleisch oder Bratenreste, 250 Gramm Tomaten, 2 Eßlöffel Butter, 2 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Tasse Milch, $\frac{3}{4}$ Liter Wasser, Salz, 3 Teelöffel Liebig flüßig.

Das Fleisch wird in gleichmäßige Würfel geschnitten. Die Tomaten,

welche man in Scheiben schneidet, läßt man in der Butter dämpfen. Hierin verrührt man das Mehl und gibt unter Umrühren nach und nach die Milch und das Wasser hinzu. Nachdem sich die Tunke glatt gekocht hat, streicht man sie durch einen Durchschlag und bringt sie nochmals ins Kochen. Nun schmeckt man mit Salz und Liebig flüssig ab und gibt die Fleischwürfel hinein, ohne weiter kochen zu lassen.

SPARGELGULASCH

Bereitungszeit: 2 Stunden. — 5 Personen. — Zutaten: 1 Pfund Rindfleisch, 1 Pfund Spargel, 1 Eßlöffel Speckwürfel, 1 Eßlöffel Butter, 2 Eßlöffel Weizenmehl, 1 Tasse saure Sahne oder Dickmilch, 1 Teelöffel Salz, Wasser, 1 Prife Paprika, 2 Teelöffel Liebig flüssig, 2 Zwiebel.

Das Fleisch wird in Würfel geschnitten. Dann röstet man die Speckwürfel hellgelb, läßt die Butter und die Zwiebelwürfel darin hellgelb anlaufen, gibt die Fleischwürfel hinein und rührt sie in dem Fett gut durch. Hierüber verstreut man das Mehl und läßt es langsam verschmoren. Nach einer kurzen Weile verstreut man eine Prife Salz und gibt soviel kochendes Wasser hinzu, daß das Fleisch bedeckt ist. Inzwischen läßt man auch die fingergliedlang geschnittenen Spargel in wenig Salzwasser gar kochen. Man schüttet sie zu dem gar gewordenen Fleisch und verkocht die Tunke mit der aufgewirbelten Sahne. Der Gulasch wird mit Salz, Paprika und Liebig flüssig abgeschmeckt.

MOCK-TURTLE-RAGOUT VON SCHWEINEZUNGEN, OHREN UND SCHNAUZEN

Bereitungszeit: 3 Stunden. — 10 Personen. — Zutaten: 3 Schweinezungen, 3 Schnauzen, 2 Ohren, 250 Gramm feingehacktes Schweinefleisch zu kleinen Klößchen, 1 Ei, 10 Gramm geriebene Semmel, 2 Teelöffel Liebig Fleisch-Extrakt, allerlei Wurzelwerk (Sellerie, Peterfilienwurzel, gelbe Wurzel), Pfeffer, Nelken, Kapern, Morcheln, Zitronen, Soja, etwas Madeira, 80 Gramm Butter, 60 Gramm Mehl.

Zungen, Schnauzen und Ohren werden in Wasser, dem man Lorbeerblatt, Zwiebel und engl. Gewürz zulegt, gar gekocht, bis sich das Fleisch

leicht von den Knorpeln löst. Dann nimmt man heiß alle harten Teile davon ab und schneidet das Fleisch in nicht zu kleine Würfel. Gelbe Wurzel, Zwiebel, Sellerie und Petersilienwurzel schneidet man in große Scheiben, dämpft diese mit einer Scheibe Schinken in 80 Gramm Butter gar und fügt 60 Gramm Mehl hinzu. Wenn sich dieses gebräunt hat, verkocht man die Masse mit der zu $\frac{3}{4}$ Liter eingekochten Fleischbrühe, gibt 2 Teelöffel Liebig Fleisch-Extrakt und 2 Eßlöffel Zitronensaft hinein, treibt das Ganze durch ein Sieb, schmeckt die Soße mit einem Glase Madeira ab und fügt 50 Gramm fertig zubereitete Morcheln hinzu. Von dem gehackten Schweinefleisch und der Eierlöse werden inzwischen kleine Klößchen gemacht und vorher in der Brühe gargekocht. Kurz vor dem Anrichten wird nun das würfelige Fleisch mit der Soße, die dick und glatt eingekocht sein muß, vermischt, einmal aufgekocht und dann die Klößchen dazugetan.

FALSCHER HASE VON FLEISCHRESTEN

Bereitungszeit: 2 Stunden. - 5 Personen. - Zutaten: 1 Pfund Reste von gekochtem Suppenfleisch und Braten, 1 Zwiebel, 1 Ei, 2 alte Weißbrötchen, 1 Teelöffel Salz, 2 Teelöffel Liebig flüssig, 1 Prise Pfeffer, $\frac{1}{4}$ Pfund gehacktes Schweinemett, 1 Liebig Fleischbrüh=Würfel, 1 Eßlöffel Butter, 1 Eßlöffel Weizenmehl.

Die Fleischreste werden fein gewiegt und mit dem Schweinemett, dem Ei, gewiegener Zwiebel, den in Wasser eingeweichten und fest ausgedrückten Brötchen, Salz, Liebig flüssig, sowie dem Pfeffer vermischt. Hieraus formt man mit feuchten Händen ein langes Brot. In der Bratenpfanne läßt man die Butter braun werden und das Fleisch unter öfterem Begießen langsam braten. Während der Bratzeit füllt man häufiger heiße Fleischbrühe, welche man mit Wasser und den Fleischbrüh=Würfeln bereitet hat, nach. In etwa 45 Minuten ist das Fleisch gar, man nimmt es heraus, macht die Tunke mit dem aufgelösten Weizenmehl bündig und schmeckt mit Salz ab.

HAMMELFLEISCH IN PIKANTER TUNKE

Bereitungszeit: 2 Stunden. — 5 Personen. — Zutaten: 2 Pfund Hammel-
keule, 2 Eßlöffel Butter, $\frac{1}{4}$ Liter saure Sahne, 1 Prife Paprika, 1 Eßlöffel Weizen-
mehl, 2 Liebig Fleischbrüh-Würfel, 1 Prife Salz, 1 Liter Wasser.

Das Fleisch wird geklopft und mit wenig Salz und pulverisiertem Paprika
engerieben. Man läßt die Butter braun werden und bratet unter öfterem
Begießen das Fleisch hellbraun. Kurz zuvor es gar wird, gießt man nach
und nach von der aus den Fleischbrüh-Würfeln bereiteten Fleischbrühe
hinzu. Zuletzt macht man die Tunke mit dem in der Sahne aufgelösten
Weizenmehl bündig und schmeckt mit Salz ab.

HASCHEE

Bereitungszeit: 30 Minuten. — 5 Personen. — Zutaten: $\frac{1}{2}$ Pfund Braten-
reste, 3 Zwiebel, 2 Scheiben Speck, 3 Liebig Fleischbrüh-Würfel, $\frac{1}{2}$ Eßlöffel Weizen-
mehl, 1 Prife Zucker, Essig nach Geschmack, $\frac{3}{4}$ Liter Wasser.

Die Fleischreste werden fein gewiegt. Der Speck wird in Würfel ge-
schnitten und mit den Zwiebelwürfeln zusammen hellbraun gedämpft.
In diesem Zwiebel fett läßt man das Mehl hellbraun anlaufen, löscht
es mit der Brühe ab, welche man aus den Fleischbrüh-Würfeln bereitet
hat und verkocht eine bündige Tunke. Das gewiegte Fleisch wird hinein-
getan und mit Essig, Pfeffer und Salz abgeschmeckt. Das Haschee muß
mild süßsauer schmecken. Es mündet vorzüglich zu Pellkartoffeln.

FLEISCHPUDDING MIT MORCHELTUNKE

Bereitungszeit: 2 $\frac{1}{2}$ Stunden. — 5 Personen. — Zutaten: $\frac{1}{2}$ Pfund ge-
hacktes Rinder- und Schweinemett, 1 Zwiebel, 1 Ei, 1 Teelöffel Salz, 2 alte Weiß-
brötchen, 2 Eßlöffel Zwiebackkrumen, 1 Prife Pfeffer, 2 Teelöffel Liebig flüssig, 1 Eß-
löffel Butter.

Zur Tunke: 2 Eßlöffel Butter, 2 Liebig Fleischbrüh-Würfel, 1 Liter Wasser, $\frac{1}{4}$ Dose
eingemachte Morcheln oder auch frische, Pfeffer.

Das gemischte Mett wird mit den eingeweichten, aber ausgedrückten
Weißbrötchen, der geriebenen Zwiebel, dem Ei, Pfeffer, Salz, Liebig

flüssig sowie Zwiebackkrumen verknetet. Eine Puddingform wird mit Butter angefettet und die Fleischmasse fest hineingedrückt. Man schließt die Form und läßt den Pudding etwa $\frac{1}{2}$ Stunde im Wasserbade kochen. Nun läßt man die Butter leicht bräunen und röstet darin das Weizen-



mehl hellgelb. Diese helle Einbrenne löscht man mit der Brühe ab, welche man aus den Fleischbrüh-Würfeln bereitet hat und läßt sie zu einer bündigen Tunke verkochen. Man gibt die in Stücke geschnittenen Morcheln hinein und schmeckt mit Salz ab. Das sich in der Form ansammelnde Fett wird zur Tunke gegossen und der Pudding gestürzt. Die Tunke wird besonders angerichtet.