Süße Suppen und andere süße Speisen.

Die in Deutschland beliebten süßen Suppen, welche aus Milch mit Mehl, Mais, Grieß und den verschiedensten Obstarten hergestellt und warm oder kalt genossen werden, sind bei uns wenig bekannt. Vielleicht finden sie jetzt Anklang, wo wir viel weniger Abwechslung in den Speisezettel bringen können. Weil sie meist ohne Fett zubereitet werden, haben sie den Vorteil, billiger zu sein. Durch die Zuckerbeigabe wird das Fett ersetzt, und sie sind trotzdem nahrhaft. Um Zucker zu sparen, ist es empfehlenswert, die Speisen erst vor dem Anrichten zu zuckern.

Speisen mit Gelatine waren bisher nur auf dem feinen Tisch gebräuchlich; sie sollten jetzt, bei dem Mangel an Nahrungsmitteln, auch in einfachen Haushaltungen Eingang finden. Die Gelatine wird aus Bindegeweben, Sehnen, Knorpeln, Haut und Knochen durch Auskochen mit Wasser gewonnen. Nach Versuchen von Professor Munk sollen wir $^5/_6$ der in unserer Nahrung notwendigen Eiweißstoffe durch Gelatine ersetzen können, so daß die Gelatine vielfach als Ersatz für Fleisch empfohlen wird. Die Gelatine soll leicht vom Körper aufgenommen und im Darm vollständig ausgenützt werden. Inwieweit diese Angaben mit den praktischen Erfahrungen übereinstimmen, ist schwer zu sagen; auf alle Fälle haben die mit Gelatine hergestellten Speisen jetzt mehr denn je ihre Berechtigung. Gelatine ist, entgegen anderen Nahrungsmitteln, nicht im Preise gestiegen, und da zum Sulzen einer Speise wenig Gelatine genügt, kann sie auch im sparsamsten Haushalte Verwendung finden.

Die Speisen sind schnell und leicht herzustellen. Man spült die Gelatine gut im kalten Wasser ab und löst sie in wenig nicht zu heißer Flüssigkeit vollkommen auf, ehe sie den Speisen beigegeben wird. Da die Gelatinespeisen Zeit zum Erstarren brauchen, ist es gut, sie schon am Vortag herzustellen. Die kleinsten Fleisch- oder Fischreste ergeben mit schön geschnittenen Gemüsen oder Gurkenscheiben, in Stücke geschnittenen Tomaten, hart gekochten zerteilten Eiern, Pilzen usw. appetitliche Gerichte, die mit grünem oder Kartoffelsalat

ein vorzügliches und nicht teures Nachtessen bilden. Die Flüssigkeit stellt man aus verdünnter, etwas gesäuerter Bratensoße oder durch Auflösen eines Suppenwürfels her. Aber auch ohne Fleisch, nur aus Gemüsen hergestellte Sulzen sind vorzüglich.

Zur Ergänzung der hier angegebenen kalten Speisen sind die im Grabnerhof-Kochbuch verzeichneten Gerichte Nr. 302, 320, 321, 322, 325, 326, 502, 504, 505, 508, 509 zu empfehlen. Die meisten dieser Speisen können, ohne daß sie mißlingen, noch einfacher zubereitet werden.

Die aus Kalbsfüßen und Schweinsfüßen hergestellten Sulzen (Aspik) sind bekannt. Um diese guten Speisen mit wenig Knochen machen zu können, gibt man zuletzt einige Blatt Gelatine dazu. Die Sulze wird leichter steif, wenn man sie nicht zu lange kocht. Von den Schweinsfüßen alter Schweine wird die Sulze nicht steif, es muß da immer etwas Gelatine beigegeben werden.

---

45. Birnensuppe.

1¼ *kg* Birnen
5 *dkg* Zucker
3 *dkg* Stärkemehl
Zubehör

In 2 *l* kaltem Wasser verrührt man das Stärkemehl, bringt es mit Zimtrinde und Zitronenschale zum Sieden, gibt die geschälten geschnittenen Birnen hinein, kocht vor und stellt alles in die Kiste. Beim Anrichten wird Zimtrinde und Zitronenschale entfernt, gezuckert und die Suppe mit etwas Zitronensaft gewürzt.

Vorkochzeit 1 Minute. — Kochdauer 1 bis 6 Stunden.

46. Äpfelsuppe.

1 *kg* Äpfel
5 *dkg* Zucker
4 *dkg* Mehl
Zubehör

Die Äpfel werden geschält, geschnitten, in 1¾ *l* Wasser mit Zimtrinde und Zitronenschale aufgesotten, das in etwas kaltem Wasser versprudelte Mehl beigefügt, ein wenig gesalzen, vorgekocht und in die Kiste gestellt. Vor dem Anrichten wird die Suppe gut versprudelt, Zimtrinde und Zitronenschale entfernt, gezuckert und angerichtet. Ein Stückchen frische Butter verbessert die Speise.

Vorkochzeit 1 Minute. — Kochdauer 1 bis 6 Stunden.

47. Äpfelsuppe mit Brot.

1 *kg* Äpfel
10 *dkg* Brotreste
7 *dkg* Zucker
Zubehör

Die Äpfel werden geschält und die Schalen in 2½ *l* Wasser gesotten. Dann wird die Masse durchgegossen, die in Stücke geschnittenen Äpfel mit dem Schwarzbrot, etwas

Zimtrinde und Zitronenschale darin vorgekocht, gesalzen und in die Kiste gestellt. Vor dem Anrichten wird Zimtrinde und Zitronenschale entfernt, die Suppe gezuckert und mit etwas Zitronensaft gewürzt.

Vorkochzeit 1 Minute. — Kochdauer 1 bis 6 Stunden.

48. Feine Äpfelsuppe.

3/4 *kg* Äpfel
6 *dkg* Reis od. Maisgrieß
5 *dkg* Zucker
2 *dkg* Butter
2 Eigelb
Zubehör

In 2 *l* Wasser wird der Reis aufgesotten, dann die geschälten, feingeschnittenen Äpfel, etwas Zimtrinde und Zitronenschale beigegeben, alles vorgekocht und in die Kiste gestellt. Vor dem Auftragen werden Butter, Eigelb und etwas Salz in der Suppenschüssel verrührt, die Suppe darüber angerichtet, gezuckert und mit Zitronensaft gewürzt. Eier und Butter können auch weggelassen werden.

Vorkochzeit 1 Minute. — Kochdauer 1 bis 6 Stunden.

49. Himbeerensuppe.

1 1/2 *l* Himbeeren
6 *dkg* Weißbrot
5 *dkg* Zucker
3 *dkg* Zwieback
Zubehör

Himbeeren und Brot werden in 2 *l* Wasser gesotten und durch ein Sieb gerührt, dann wird die Suppe gezuckert und über zerkleinertem Zwieback angerichtet.

50. Holundersuppe.

2 *l* Holunderbeeren
8 *dkg* Zucker
4 *dkg* Mehl
2 *dkg* Butter
Zubehör

Die von den Stielen gepflückten Holunderbeeren werden gewaschen und mit 2 *l* Wasser, Zimtrinde und Zitronenschale 1/2 Stunde gesotten und dann durch ein Sieb gerührt. Aus Butter und Mehl wird eine lichte Einbrenne gemacht, mit der Flüssigkeit langsam vergossen, etwas gesalzen, gut gekocht, gezuckert und die Suppe zu Semmelknödeln gereicht.

51. Schwarzbeerensuppe.

1 1/2 *l* Schwarzbeeren
10 *dkg* Weißbrot
8 *dkg* Zucker
Zubehör

Die erlesenen, gewaschenen Schwarzbeeren werden mit 1 1/2 *l* Wasser, dem würflig geschnittenen Weißbrot, Zimtrinde und Zitronenschale gesotten, gezuckert und kalt oder warm zu Tisch gegeben.

52. Kürbissuppe.

1½ *l* Kürbis
3 *dkg* Mehl
3 *dkg* Zucker
½ *l* Magermilch
Zubehör

Der Kürbis wird geschält, geschnitten und in ¾ *l* Wasser, mit Zimtrinde und Zitronenschale gesotten. Dann sprudelt man Milch und Mehl gut ab, gibt es unter fleißigem Rühren dazu, siedet alles gut auf, zuckert und richtet die Suppe über etwas kalter Milch oder Rahm an. Zucker und Zimtrinde können auch weggelassen werden.

53. Süße Maismehlsuppe.

8 *dkg* Maismehl
5 *dkg* Zucker
3 *dkg* Butter
2 Eier
2 *l* Magermilch
Zubehör

Maismehl oder Maisgrieß werden in der Milch mit einem Stückchen Zimtrinde und Zitronenschale 25 Minuten gesotten und Zucker und etwas Salz beigegeben. In der Suppenschüssel verrührt man Eigelb und Butter und schüttet die Suppe unter fleißigem Schlagen mit der Schneerute hinein. Das Eiweiß wird zu Schnee geschlagen, etwas gezuckert, davon Nockerln mit einem Löffel auf die heiße Suppe gelegt und die Speise zu Tisch gegeben. Diese Suppe ist für Kinder ein vorzügliches und gesundes Nachtessen.

54. Zwetschensuppe.

2 *kg* Zwetschen
8 *dkg* Zucker
3 *dkg* Stärkemehl
Zubehör

Die Zwetschen werden entsteint, die Kerne in 2 *l* Wasser gesotten und alles durch ein Sieb gegossen. Inzwischen schneidet man die Früchte fein oder dreht sie durch die Fleischhackmaschine, löst das Stärkemehl in 2 Löffel kaltem Wasser auf, gibt es mit den Früchten und dem Zucker in die Flüssigkeit, salzt ein wenig, kocht alles gut auf und reicht die Suppe kalt oder warm zu Tisch. Durch eine Beigabe von in Fett gerösteten Semmelwürfeln wird die Suppe noch feiner. Im Winter können Zwetschenrester oder gedörrte Zwetschen verwendet werden.

55. Birnen mit Klößen.

2 *kg* Birnen
8 *dkg* Zucker
2 *dkg* Stärkemehl
Zubehör

Gute, saftige Birnen werden geschält und in Viertel geschnitten. Die Schalen kocht man in 1 *l* Wasser mit Zimtrinde und Zitronenschale und gießt alles durch ein Sieb. Darauf zuckert man die Flüssigkeit, kocht die Birnen darin, rührt das Stärke-

mehl mit 2 Löffel kaltem Wasser an, gibt es dazu und siedet alles, bis die Birnen weich sind. Kleine Semmelknödel werden in leichtem Salzwasser gesotten, zu den Birnen gelegt und das Gericht warm zu Tisch gegeben.

56. Apfelspeise mit Maisgrieß.

1¾ *kg* Apfelmus
15 *dkg* Maisgrieß
10 *dkg* Zucker
2 *dkg* Stärkemehl
Zubehör

Dickes Apfelmus verrührt man mit Zucker, Stärkemehl, etwas Zitronengelb und bringt es zum Sieden. Der Maisgrieß wird langsam hineingestreut und unter fortwährendem Rühren 30 Minuten gekocht. Dann gibt man die Masse in eine gut mit kaltem Wasser ausgespülte Schüssel, stürzt sie nach dem Erkalten und reicht gesüßte Milch oder gebrannte Zuckersoße dazu. Zu dieser Speise können auch Erdbeeren, Schwarzbeeren, Holunder, Stachelbeeren, Rhabarber und Johannisbeeren verwendet werden.

57. Apfelspeise.

1¼ *kg* Apfel
20 *dkg* Zucker
3 *dkg* rote Gelatine
½ Zitrone
Zubehör

Die Äpfel werden geschnitten und in 1 *l* Wasser mit Zitronenschale gekocht und durch ein Sieb gerührt. Aufgelöste Gelatine und Zitronensaft werden gut darunter gemischt und die Masse in eine mit kaltem Wasser ausgespülte Glasschüssel gegeben. Die Speise wird am nächsten Tag mit gesüßter Milch oder Vanillensoße kalt zu Tisch gegeben.

58. Eiweißspeise.

½ *l* eingekochten Himbeersaft
2 *dkg* rote Gelatine
9 Eiweiß
Zubehör

Das Eiweiß wird zu Schnee geschlagen, der eingekochte Himbeersaft und die aufgelöste Gelatine unter fortwährendem Schlagen beigegeben, die Masse in eine Glasschüssel gefüllt, kaltgestellt und mit gesüßter Milch oder Vanillensoße zu Tisch gegeben.

59. Rote Grütze.

⅜ *l* eingekochten Obstsaft
10 *dkg* Zucker
7 *dkg* Stärkemehl
Zubehör

Der Obstsaft wird mit der gleichen Menge Wasser zum Sieden gebracht, das Stärkemehl in etwas kaltem Wasser aufgelöst, unter fortwährendem Rühren darin eingekocht und der Zucker beigegeben. Darauf spült man eine Schüssel mit kaltem Wasser aus, schüttet die Masse hinein, stürzt sie erkaltet und gibt gesüßte

Milch dazu. Rote Grütze kann auch mit Weizenmehl bereitet werden, und werden zu 1 *l* Flüssigkeit 10 *dkg* Weizen- oder Maismehl gebraucht.

60. Milchspeise.

12 *dkg* Zucker
10 *dkg* Stärkemehl
2 Eier
3/4 *l* Vollmilch
Zubehör

Milch, Zucker, Vanille oder etwas Zitronenschale bringt man zum Sieden, salzt und gibt das in einigen Löffeln kalter Milch aufgelöste Mehl unter fortwährendem Rühren bei. Nachdem das Ganze 10 Minuten gesotten hat, zieht man die Masse vom Feuer, rührt die Eidotter hinein, zieht das zu Schnee geschlagene Eiweiß darunter und schüttet sie in eine mit kaltem Wasser gut ausgespülte Form. Nach dem Erkalten wird die Speise gestürzt und, mit gedünstetem Obst verziert, zu Tisch gegeben.

61. Gestürzte Maizenaspeise.

9 *dkg* Maizena
7 *dkg* Zucker
1 *l* Vollmilch
Zubehör

Milch, Zucker, Vanille oder etwas Zitronenschale bringt man zum Sieden, salzt und gibt das in einigen Löffeln kalter Milch aufgelöste Maizena unter fortwährendem Rühren bei. Nachdem das Ganze etwa 3 Minuten gesotten hat, zieht man die Masse vom Feuer und gibt sie in eine mit kaltem Wasser gut ausgespülte Schüssel. Nach dem Erkalten wird die Speise gestürzt und mit Obst oder einer Obstsoße zu Tisch gegeben.

62. Gestürzter Mais.

24 *dkg* Maisgrieß
6 *dkg* Zucker
2 *l* Magermilch
Zubehör

Milch, Zucker, eine Prise Salz, etwas Zitronenschale oder Vanille läßt man aufsieden, fügt den Mais unter stetem Rühren langsam bei und kocht ihn 30 bis 40 Minuten. Dann wird die Masse in eine mit kaltem Wasser ausgespülte Schüssel gefüllt, nach dem Erkalten gestürzt und mit gedünstetem Obst oder Obstsoßen zu Tisch gegeben.

63. Gestürztes Milchkoch.

30 *dkg* Weizenmehl
10 *dkg* Zucker
2 *l* Magermilch
Zubehör

1/2 *l* Milch wird mit dem Zucker, etwas Salz und Zitronenschale zum Sieden gebracht. Unterdessen wird der Rest der Milch mit dem Mehl glatt angerührt und unter fortwährendem Rühren langsam in die siedende Milch gegossen. Das Milchkoch muß 20 Minuten am Rande des Herdes unter sorgsamem Rühren sieden,

wird dann in eine mit kaltem Wasser ausgespülte Schüssel gegeben, erkaltet, gestürzt und mit gedünstetem Obst oder Obstsoße zu Tisch gegeben.

64. Erdbeersulz.

1 *kg* Erdbeeren
10 *dkg* Zucker
2 *dkg* rote Gelatine
Zubehör

Erdbeeren, Himbeeren, Johannisbeeren oder Schwarzbeeren werden durch ein Sieb gerührt. Die in kaltem Wasser abgespülte Gelatine wird in $^1/_2$ *l* siedendem Wasser aufgelöst und die Erdbeeren und der Zucker darunter gerührt. Darauf gibt man die Masse in eine Glasschüssel und reicht sie erkaltet mit gesüßter Milch, Eiermilch oder Vanillensoße.

65. Gebrannte Zuckersoße.

6 *dkg* Zucker
3 *dkg* Stärkemehl
1 Ei
$^1/_2$ *l* Vollmilch
Zubehör

Der Zucker wird in einer Messingpfanne braun geröstet, dann mit der kalten Milch vergossen, in der man zuvor das Stärkemehl glatt gerührt und Zitronenschalen oder Vanille beigegeben hat. Hierauf vermengt man die Flüssigkeit langsam mit dem gut versprudelten Ei und schlägt weiter, bis sie erkaltet ist.

66. Eiermilch.

2 *dkg* Zucker
1 Ei
$^1/_4$ *l* Vollmilch
Zubehör

Der Zucker wird mit 3 Löffel kalter Milch aufgelöst und der Dotter dazugerührt. Darauf siedet man die Milch, schüttet sie unter starkem Rühren zum Dotter und gibt sie warm oder kalt für Kranke oder als Soße zu Obstspeisen.

67. Holundermilch.

10 *dkg* Zucker
2 *dkg* Stärkemehl
1 Ei
1 *l* Vollmilch
Zubehör

Man legt 5 Holunderblüten durch einige Stunden in die Milch, gießt sie durch ein Sieb und bringt sie mit 6 *dkg* Zucker zum Sieden. Das mit einigen Löffeln kalter Milch angerührte Stärkemehl wird hineingegeben und unter fleißigem Schlagen einige Minuten darin gesotten. Der Rest des Zuckers wird mit dem Eigelb verrührt, die siedende Flüssigkeit unter beständigem Schlagen mit dem Schneebesen langsam unter die Masse gegeben und alles noch weiter geschlagen, bis es ein wenig abgekühlt ist. Die Holundermilch kann erkaltet allein oder zu Maiskuchen und zu anderem trockenen Gebäck gereicht werden.