

Kochdauer der einzelnen Speisen bei ihrer Zubereitung in der Kochkiste.

Über die Kochdauer und Kochzeiten herrschen verschiedene Ansichten, ohne daß man die oder jene für richtig oder falsch erklären kann. Hier wird, wie bei den verschiedenen, je nach Geschmack zubereiteten Speisen, auch zu individualisieren und in der Praxis das für den Einzelnen Richtige zu erproben sein. Denn der eine ißt alles gerne recht weich, sowohl Fleisch als Reis, Nudeln, Gemüse ic. Da werden etwas längere Kochzeiten für die Gerichte nötig sein. Andere wieder mögen alles „zu Weiche“ nicht, da wird es dann nach einem ersten Versuch feststellen heißen, welche Kochzeit das gewünschte Resultat ergibt. Die von mir angegebenen Zeiten sind die mir normal scheinenden für gut zubereitete Speisen, so wie sie sein sollen, wobei ich vielleicht, wie ich gerne zugebe, dem Wohlgeschmack mehr Rechnung trage als der Hygiene, denn mein Reis, meine Nudeln, mein Gemüse müssen wohl weich, aber körnig sein, ja nicht „verköcht“! Unter „Kochdauer“ versteht man die Zeit vom Augenblick an, wo das Gericht wirklich zu kochen beginnt, also nicht der Zeitpunkt, da man es auf die Flamme stellte! Das muß wohl beachtet werden!

Gedünstetes Rindfleisch, Gulasch, Wildfleisch, kurz alle jene Fleischsorten, die an sich eine

längere Bereitungsdauer erfordern, müssen, wenn sie zugerichtet sind, erst $\frac{1}{2}$ Stunde, je nach der Qualität, nach der größeren oder kleineren Gerichtsmenge aber auch länger auf der Gas- oder Herdflamme regelrecht dünsten und dürfen dann erst in die Kochkiste gegeben werden, wo sie, je nach dem, drei oder vier Stunden bleiben, und, wie ich schon vorher betonte, immerzu weiter dünsten müssen, ohne daß der Kochprozeß unterbrochen werden darf. Geschieht dies doch, so ist ein neuerliches starkes Aufkochen nötig, ehe die Fleischspeise wieder in die Kiste gestellt wird.

Gedünstetes oder mit irgend einer Soße zubereitetes Kalb- oder Schweinefleisch, Eingemachtes oder Geflügel erfordern eine Aufkochzeit von einer halben bis dreiviertel Stunde und eine Kochzeit von ein bis zwei Stunden.

Hülsenfrüchte müssen über Nacht, jetzt, wenn älteren Datums, noch besser zwei Tage, in Wasser weichen, dem man eine Messerspitze Natron zusetzt. Dann schüttet man das Einweichwasser weg, besonders wenn es sich um nicht frische Hülsenfrüchte handelt. Ich troste dem Enttäuschungsschrei jener, die von vertanenenen Nährwerten sprechen, was ja seine Richtigkeit hat, aber die Hülsenfrüchte schmecken jetzt vielfach so muffig und unangenehm, daß ich sie lieber schmackhaft und mit weniger Nährwert als mit mehr Nährwerten, aber schlecht riechend, genieße! Also mit frischem, aber gekochtem Wasser ohne Natron aufkochen, eine halbe bis eine ganze Stunde kochen und — wenn möglich — insbe-

sondere Erbsen, weiße Fisolen und dicke Graupen über Nacht — sonst drei bis vier Stunden mindestens in der Kochkiste lassen.

Sauerkraut und Kohl, wenn es sich um Wintergemüse handelt, eine halbe Stunde ankochen, dann zwei bis drei Stunden in der Kochkiste lassen. Ebenso alle Arten Dörrgemüse, die auch über Nacht geweicht und genau so wie Hülsenfrüchte behandelt werden sollen.

Junges, frisches Gemüse (junge Fisolen, grüne Erbsen, Kohlrüben, Karotten, Spinat) etwa eine Viertelstunde Ankochzeit und dann eine Stunde Kochkiste. Bei allem, was immer man zubereitet, darf man sich natürlich nicht sflavisch genau nach den gegebenen Durchschnittsmaßen und Zeiten richten, die ja nur Anhaltspunkte geben sollen. Manches Gemüse ist von besonderer Beschaffenheit und erfordert eine etwas längere Kochdauer, manches ist sehr zart und früher gut; genau so ist es beim Fleisch. Abgelegenes, altgeschlachtetes Fleisch ist eher weich, anderes braucht länger; da heißt es eben, nicht sflavisch nach der Angabe kochen, sondern sich nur ungefähr darnach richten, aber selbst versuchen, das eine ein wenig kürzer, das andere ein bißchen länger ankochen oder in der Kiste kochen lassen — das ergibt sich in der Praxis bald von selbst. Nimmt man eine Speise aus der Kiste, von der man, trotzdem daß sie die angegebene Zeit gekocht hat, doch den Eindruck gewinnt, als sei sie noch nicht genügend weich, dann läßt man sie eben, wenn man noch Zeit dazu hat, nochmals rasch ankochen und stellt sie zurück in die Kiste. Muß es

schneider gehen, dann läßt man sie vorsichtig auf Gas oder auf dem Herd noch so lange dünsten oder kochen, bis das wenige, was noch fehlt, erreicht ist. Das sind kleine Kunstgriffe, die sich von Fall zu Fall ergeben. In den Grundregeln soll man sich nach den Vorschriften halten — besonders im Anfang — das andere kommt dann schon von selbst!

Reis, der ja für die Allgemeinheit jetzt leider für eine Weile ausgeschaltet bleiben muß, wird in der Kiste ganz prachtvoll. Für die Glücklichen, die noch welchen besitzen, sei hier das Rezept seiner Bereitung in der Kiste gegeben, die auch für den „Kaisersaj“, Haferreis, gilt: Man nimmt auf eine Tasse Reis zwei Tassen Wasser (bei Haferreis 3). Ganz wie sonst läßt man Fett heiß werden, gibt den Reis hinein, läßt ihn ein wenig anrösten, gießt ihn auf, tut eine ganze Zwiebel und genügend Salz hinzu, nach Geschmack auch ein paar Pfefferkörner oder die Zutaten an geriebenem Käse, Paradeismark usw., die man sonst zur Zubereitung genommen hat. Dann muß er zehn Minuten ankochen und $\frac{3}{4}$ Stunden—1 Stunde in der Kiste stehen. (Haferreis bis zu 2 Stunden.)

Nudeln. Auf ein halbes Kilo Nudeln (im Anfang tut man gut, sie auch abzuwiegen, wenn man sie selbst gemacht hat) nimmt man einen Liter Wasser, salzt und gibt, wenn das Wasser kocht, die Nudeln hinein. Man läßt sie fünf Minuten aufkochen und stellt sie für 1 Stunde in die Kiste. Makkaroni, einmal werden wir ja wieder welche bekommen, brauchen $1\frac{1}{2}$ Stunden. Die „Nachbehandlung“ ist dann wie üblich.

Erdäpfel, insbesondere mit der Schale gekocht, werden in der Kiste ausgezeichnet. Man läßt sie, mit Wasser nur eben gut bedeckt, zehn Minuten ankochen und stellt sie dann für $\frac{3}{4}$ Stunden bis 1 Stunde in die Kiste. Bei Frühkartoffeln, d. h. also den kleinen, jungen, muß die Kochdauer ausprobiert werden, weil sich infolge der verschiedenen Sorten bestimmte Zeiten da nicht festsetzen lassen. Mehligte Erdäpfel brauchen weniger lang als die andern. Im allgemeinen genügt das Ankochen von 10 Minuten immer, die Kochzeit selbst variiert von einer $\frac{1}{2}$ Stunde bis zu 1 Stunde. Sind es kleine Erdäpfel, genügt 5 Minuten Ankochen und 20 Minuten Kochkiste.

Obst für Kompott. Je nach Art 5 bis 10 Minuten ankochen, $\frac{1}{2}$ bis 1 Stunde Kochkiste. Auch da ergibt sich in der Praxis von Fall zu Fall das erforderliche Wissen. Ich gebe dann später die Kochzeiten noch tabellarisch übersichtlich geordnet, damit die „Kochkistenanfängerin“ es bequem hat, nachzusehen, wenn sie ungewiß ist, wie lange das oder jenes ankochen und in der Kiste bleiben soll.
