Fremdenblatt
21./XI. 1915

Etwas für die Hausfrau.

Berliner Fleischkarte. — Viel Kraut auf dem Markte. — Fleischlose Rezepte. — Beantwortung der an uns gestellten Fragen.

Da die Fleischkarte nun in Berlin eingeführt wird, sollten es unsere Frauen nicht darauf ankommen lassen, daß es auch bei uns notwendig wird. „Haltet es für eure Pflicht, an fleischlosen Tagen auch wirklich nur fleischlose Kost zuzubereiten." Dies halte man sich stets vor Augen wenn die Versuchung in Gestalt der Köchin am Montag oder Donnerstag früh mit der Frage herantritt: „Bitt' schön gnä' Frau, was soll ich für morgen Mittag vom Fleischhauer mitbringen?" Da bleibe man stark und schaffe nur fleischlose Kost an. Es gibt ja tausenderlei Dinge. Fische in allen Arten, Gemüse und Mehlspeisen! Wozu also unpatriotisch werden, strenge Pflichterfüllung gerade auf hauswirtschaftlichem Gebiete, das ist es, was wir Frauen jetzt in dieser schweren Zeit für unser Vaterland tun können.

Augenblicklich sind die Märkte mit Kraut überschwemmt. Und gerade mit Kraut lassen sich vielerlei gute Speisen herstellen.

Wir bringen heute wieder einige neue Rezepte, die die Speisenfolge erweitern sollen. Fleisch kostet jetzt so viel, daß man sich bereits daran gewöhnt hat, einen gewissen Mehrbetrag für das Mittagessen auszusetzen. Entfällt also das Fleisch, so kosten die fleischlosen Gerichte wohl auch noch viel mehr als in Friedenszeiten, jedoch nicht annähernd so viel als Fleisch selbst.

Zwei Rezepte aus dem Gemüsekochbuch der Gartenbaugesellschaft:

(Krautfleckerl.) Nudelteig: 16 Deka Mehl, 1 Ei, 1½ Löffel Wasser; ½ Kopf Kraut, 4 Deka Fett, ½ Deka Zwiebeln, Paprika, 2 bis 3 Deka Zucker und Salz, 3 Deka Fett.

Aus Mehl, Ei, Salz und Wasser wird ein fester Teig gemacht, den man nicht zu dünn auswalkt und zu Fleckerln schneidet. Das Kraut wird fein geschnitten, in heißes Fett gegeben, mit Zwiebeln, Salz, Paprika und Zucker gedünstet. Die Fleckerln werden in Salzwasser gekocht, abgeseiht und abgeschreckt. 3 Deka Fett läßt man heiß werden, gibt die Fleckerl und das Kraut hinein und vermengt beides.

(Krautstrudel.) Strudelteig von 15 Deka Mehl, 1 Deka Fett, Salzwasser, 1 Krautkopf, Salz, 10 Deka Fett, 3 Deka Zucker, Pfeffer, Fett zum Bestreichen. Ein Krautkopf wird nach Entfernung des Strunkes klein geschnitten, gekocht und gesalzen. Nach ungefähr halbstündigem Sieden wird das Kraut ausgedrückt, in heißes Fett gegeben, in dem man zuerst Zucker braun werden ließ, gepfeffert und mit wenig Wasser weich gedünstet. Diese Fülle wird auf den ausgezogenen Strudelteig gestrichen und dieser eingerollt. Der Strudel wird auf ein Butterblech gelegt, mit Fett bestrichen und gebacken.