



Die Küche und das Kochen.

Zu den notwendigsten Einrichtungen einer Küche gehört die in Schweden schon seit Jahrhunderten im Gebrauch befindliche Kochkiste, die sich bei uns auffallenderweise erst in neuerer Zeit eingeführt hat. Man kann sie jetzt in verschiedenen sehr zweckmäßigen Konstruktionen kaufen. Wer aber die Anschaffung scheut, kann sie sich auch selbst nach dem schwedischen Rezept ohne nennenswerte Unkosten herstellen. Es genügt dazu eine Kiste, die wenigstens doppelt so groß sein muß, als es der Topf ist, den man hineinstellen will. Diese Kiste wird mit Papier ausgelegt oder besser ausgeklebt, mit Heu oder feiner Holzwolle gefüllt und dann der Topf hineingedrückt und ringsherum so fest mit Heu oder Holzwolle ausgestopft, daß wenn man den Topf herausnimmt, der leere Raum für ihn erhalten bleibt. Nun wird die Speise in diesem Topf, der einen festschließenden Deckel haben muß, gut zum Kochen gebracht, dann gut verschlossen vom Feuer genommen, rasch, damit die Speise nicht aus dem Kochen kommt, in die Kiste gestellt und eine vorher vorbereitete dicke Lage Zeitungspapier darauf gelegt. Damit der Kistendeckel fest anliegt, kann man ihn beschweren, und will man ein übriges tun, über das Ganze eine Decke, einen Sack oder dergl. breiten. Man läßt die Speisen je nach Erfordernis 1—4 Stunden darin.

Das Fertigkochen in der Kochkiste gewährt nicht allein eine große Ersparnis an Feuerungsmaterial, sondern ist auch sehr bequem. Die Speisen schmoren darin stundenlang weiter, ohne daß sie anbrennen können und bedürfen deshalb keinerlei Beaufsichtigung. Zum Fertigkochen in der Kochkiste eignen sich alle Suppen, Brühen, Gemüse, namentlich alle Kohlarten, Obst, Breie usw.

In noch einfacherer Weise kann Reis, Kochhirse, Grieß, Brei, Schmorobst und dergl. zum Kochen gebracht, ziehend erhalten werden, wenn man den ganzen Topf rasch in mehrere Bogen Zeitungspapier einhüllt, fest mit einem Tuch umbindet, ein wollenes Tuch darüberdeckt und auf der warmen Platte stehen läßt. Diese einfache Methode ist aber nur anzuwenden bei Speisen, die weniger des Nachkochens als des Garziehens bedürfen. Auf diese Weise lassen sich Gerichte bequem warm erhalten, ohne der Gefahr des Anbrennens ausgesetzt zu sein.

Was in die Kochkiste kommen soll, muß stets gut aufgekocht sein und noch kochend in die Kiste gebracht werden.

Alle Kochanweisungen, bei denen die Kochkiste angewendet werden kann, sind in dieser Broschüre mit K.-K. bezeichnet.

Milch. An Stelle der frischen Milch ist zum Kochen und Backen, sowie namentlich zu Frühstücksuppen, zu Kakao, Schokolade usw. die Trockenmilch oder auch die kondensierte Milch reeller Fabrikate sehr gut zu verwenden. Es kann deshalb bei allen hier angeführten Kochanweisungen, wo die Verwendung von Milch angegeben ist, ungefügte Trockenmilch zur Anwendung kommen.

Eipulver und namentlich der getrocknete Eidotter aus zuverlässigen Fabriken läßt sich in vielen Fällen als Eiersatz verwenden, worüber die Gebrauchsanweisungen auf den Hüllen dieser Fabrikate Auskunft zu geben pflegen, z. B. für Pfannentuchen oder Eiertuchen, Klöße, Bratlinge, Nudeln usw.

Mehl. An Stelle von Weizenmehl läßt sich zu Suppen, Tunken, teilweise zu Klößen, zum Binden von Gemüsen, Frikandellen, Pfannentuchen usw. auch Roggenmehl verwenden.

Eine vorzügliche Verwendung findet in vielen Fällen das Maismehl oder auch der Maisgrieß. In Amerika sind diese Mehlarthen allgemein in Gebrauch und beliebt. Sie spielen eine wichtige Rolle in der Volksernährung. Maiskuchen sind dort das allbekannte Nationalgebäck.

Allerdings muß das Maismehl anders behandelt werden als das Weizenmehl. Während man das Weizenmehl ohne weiteres mit Wasser anmengen kann und damit einen Teig von solcher Zähigkeit erhält, daß die von dem Eierschaum oder der Hefe herrührenden Luftbläschen in den Teig eingeschlossen werden, wodurch er locker bleibt, ist dies beim Maismehl nicht der Fall. Man kann dem Maisteig jedoch durch Ueberbrühen mit etwas wenigem kochendem Wasser sofort die erforderliche Dichtigkeit geben. Sobald er abgekühlt ist, kann solcher Teig wie jeder andere verarbeitet werden.

Zu **Maiskuchen** läßt man Maismehl oder Maisgrieß mit etwas Fett, Salz, Wasser oder Milch, unter beständigem Umrühren in einer Pfanne so einkochen, daß es einen lockeren Kuchen bildet, den man auf einen Teller stürzt und in Stücke schneidet. Zu Fleisch mit reichlicher Soße oder mit Milch übergossen, ist dies namentlich in südlichen Ländern eine sehr beliebte Speise. Man kann den Kuchen, wenn er abgekühlt ist, in flache Scheiben schneiden, diese in eine mit Fett ausgeriebene Form bringen, zwischen die Scheiben Apfelsinus auftragen und so backen.

Mit Zusatz von Weizenmehl läßt sich aus Maismehl ein besonders lockerer Teig erzielen. Maismehl ist sehr ergiebig, nahrhaft und wohlschmeckend, Maismehl wird zu Suppen in kaltem Wasser angerührt und dann zugefetzt, wogegen Maisgrieß unter ständigem Umrühren in die kochende Flüssigkeit gestreut wird. Zu allen anderen Speisen findet es in gleicher Weise Verwendung wie anderes Mehl.

Um Mehl ohne Fett zu rösten, bedient man sich am besten eines schmalen Geschirres, in dem man das Mehl unter fortwährendem lebhaftem Umrühren bei gelindem Feuer braun werden läßt.

Gewürze. Wenn wir die Zutaten von Fetten und Fleisch beim Zubereiten der Speisen entbehren sollen, so können wir um so weniger das Würzen und auch bei vielen nicht der Gewürze entraten, um die Speisen schmackhaft zu machen. Es ist aber sehr wichtig, alle Speisen in wohlschmeckender Form zu genießen, denn nur in dieser sind sie mehr oder weniger leicht verdaulich. Nichtsdestoweniger muß die Verwendung von Gewürzen mit weiser Sorgfalt gehandhabt werden, denn ein Uebermaß ist leicht schädlich und hat das Gegenteil von der beabsichtigten Wirkung im Gefolge. Namentlich scharfe Gewürze wende man recht zurückhaltend an, man kann sich damit durch ein Zuviel leicht die ganze Speise verderben.

Die hauptsächlichsten Gewürze für den täglichen Gebrauch sind: Zimt, Zitronenschale, Ingwer, Nelken, Pfeffer, Muskatnuß, Wacholderbeeren, Muskatblüte, Lorbeer, Kümmel, Paprika, Essig (Estragon), Neugewürz (Englisches Gewürz), Suppen-Kräuter und -Wurzeln, wie Salbei, Thymian, Kerbel, Petersilie, Schnittlauch, Sellerie, Zwiebel und Schalotten.

Würze. Unter der Bezeichnung „Pastetenpfeffer“ ist eine Mischung von Gewürzen im Handel, die bei vielen Speisen mit Vorteil zu verwenden ist. Sie wird um teuren Preis verkauft, während man sie sich nach folgender Anweisung für wenig Geld leicht selbstherstellen kann, jedoch ist diese Zusammenstellung genau zu befolgen: In einer sauberen Tüte aus dünnem Papier läßt man an einem warmen Ort 8 g Thymian, 8 g Lorbeer, 4 g Rosmarin und 4 g Majoran gut dörren, nimmt den Inhalt der Tüte in einen Mörser, fügt 15 g Muskatnuß, 15 g Gewürznelken, 8 g weißen Pfeffer hinzu und stößt alles zu feinem Pulver, das durchgeseiht wird. Das Pulver wird alsdann entweder so verwendet, oder es werden je 25 g mit 100 g Tafelsalz gemischt. Diese Würze dient zu verschiedenen Soßen, Bratlingen, Klopsen, Frikandellen, Gänsebraten, Wild, Fisch, Kartoffelspeisen, Pasteten, Würst und Füllungen vieler Art. Sie muß in einer ganz trocknen Flasche mit weitem Hals, der keinerlei Geruch anhaftet, immer gut verschlossen, an einem trocknen Ort aufbewahrt werden.

Eine ganz besondere Würze für viele Speisen bietet uns der in manchen Gegenden Deutschlands sehr verkannte Knoblauch. Er ist verkannt, wo er nicht richtig verwendet wird. Knoblauch darf nicht so gebraucht werden, daß dessen Geschmack vorherrscht. Am richtigsten hat seine Anwendung stattgefunden, wenn der Esser von seinem Vorhandensein gar nichts merkt. Wer dies versteht, wird den Speisen einen Wohlgeschmack zu geben vermögen, der mit keiner anderen Würze zu erzielen ist. In manchem vielgerühmten Würzenpräparat, das mit Vorliebe gebraucht und für teures Geld gekauft wird, spielt der Knoblauch eine große Rolle, und unbewußt rühmt der Esser seinen Vorzug. Knoblauch wird geschält, mit dem Messer zu Püree zerdrückt und so mit etwas Salz vermischt angewendet.

Es empfiehlt sich, die **Petersilie** nicht nur, wie das vielfach üblich ist, in der Hand zu waschen, sie wird in ein Gefäß mit kaltem Wasser gebracht, ausgedrückt, gewiegt oder gehackt. So zerkleinert nimmt man sie in die Ecke eines sauberen Tuches, spült sie darin aufs neue kalt ab, wringt sie in dem Tuch gut aus und hat dann gut vorbereitete Petersilie.

Um die **Zwiebel** leicht verdaulich zu machen und die Nachteile zu beseitigen, welche der Genuß der Zwiebel hat, gießt man kochendes Wasser darüber, läßt sie darinnen, bis das Wasser sich abgekühlt hat und breitet sie bis zur Verwendung auf ein Sieb.

Suppen.

Es fällt der Suppe in der Kriegszeit eine andere Aufgabe zu, als in der Friedenszeit. Die Suppe soll nicht nur Genußmittel und der Auftakt zu den folgenden Gerichten sein, sondern sie soll zur Sättigung beitragen. Ihre Zusammensetzung muß dazu eine andere sein, aber sie bleibt dennoch sehr mannigfaltig, weil sich zur Suppe fast alles verwenden läßt, was sich in Küche und Keller an Fisch und Fleisch, Gemüse und Obst, Mehl und anderen Produkten vorfindet.

Beliebt sind die Fleischsuppen, die durch langsames Kochen von Fleisch unter Beigabe von Suppenträufern gewonnen werden. K.-K. Um gute Fleischbrühe zu erzielen, ist es durchaus nicht nötig, die teuren Fleischstücke zu kaufen, wie Brust- oder Rippenstück. Mit einem Pfund Badenfleisch ohne Knochen von einem gut gemästeten Ochsen, das bedeutend billiger als Brust- oder Rippenstück ist, erzielt man ebenso gute Fleischbrühe, wenn man das Fleisch gut klopft, mit einem sauberen nassen Tuch rein abwischt, aber nicht ins Wasser legt, wie dies leider oft geschieht, das Mark aus einem Stück Marktknochen in kleine Stücke schneidet und nebst dem Knochen mit Wurzelwerk dazugibt und aufkocht. Sobald die Suppe gut angekocht ist, stellt man sie $3\frac{1}{2}$ —4 Stunden in die K.-K., nimmt sie dann heraus und schöpft das obenschwimmende Fett zu anderweitiger Verwendung sorgfältig ab, gießt es in einen Topf auf kaltes Wasser und kann es dann, wenn es kalt geworden ist, als feste Masse leicht abnehmen. Will man dieser Fleischbrühe noch einen besonders kräftigen Geschmack verleihen, so werden außer dem Wurzelwerk Zwiebel, Nellen, Lorbeer und einige Wirsingkohlblätter mitgekocht.

Solche Fleischbrühe findet nicht allein als Suppe mit den verschiedensten Einlagen, wie Graupen, Nudeln, Klößen, Kartoffeln usw., Verwendung; auch viele Gemüse, Soßen, Bratlinge werden durch ihre Hinzunahme im Geschmack wesentlich verbessert. Das gekochte Fleisch bringt man entweder unverändert mit Gemüse, Kartoffeln usw. auf den Tisch oder streckt es, indem man es zu Frikandellen verwendet. Findet auf diese Weise alles seine Ausnützung, so ist der Einkauf eines solchen Stückchens Fleisches nicht unvorteilhaft für fleischsparende Tage.