

geöffnet sind, was in 7—8 Minuten der Fall zu sein pflegt, nimmt sie heraus und verfährt nun in der gleichen Weise mit der anderen Hälfte der Muscheln. Dann stellt man sie warm. In die Brühe, welche die Muscheln ergeben haben, tut man ein Stückchen zu Sahne geriebene Butter, läßt nur noch zweimal aufwallen und fügt gewiegte Petersilie sowie eine Prise Pfeffer dazu. Nun kann man die Muscheln aus der Schale nehmen und die Brühe darübergießen, oder man entfernt nur die eine Hälfte der Schale, läßt das Muschelfleisch darin, legt sie mit der Oeffnung nach oben auf eine Platte und verteilt die Brühe in die Muscheln. Als Vollgericht wird Reisgemüse (s. S. 26) dazugegeben. Es empfiehlt sich, nicht zuviel Muscheln zugleich in den Topf zu nehmen, weil sonst die unteren hart werden, während die oberen noch geschlossen sind.

Siehe auch die Flugschrift zur Volksernährung Heft 8: „See-
muscheln als Nahrungsmittel.“

Bratlinge.

Es lassen sich eine reiche Anzahl von Gerichten aus frischen oder getrockneten Gemüsen und Pilzen in Verbindung mit teigartigen Massen herstellen, die als Ersatz für Fleischspeisen dienen. Auch Fische, Käse und Fleischreste finden dabei Verwendung. Sie nehmen mit vollem Recht ihren Platz neben dem Fisch ein; denn sie sind je nach ihrer Zusammensetzung reich an Nährstoffen und dem minderwertigen Fleisch weit vorzuziehen. Wie oft kauft eine weniger erfahrene Hausfrau ein Stück Fleisch ein, das anstatt aufzuquellen, in der Pfanne immer kleiner wird, und wenn sie es auf den Tisch bringt, zäh und trocken ist. Das hat sie bei sorgfältig zubereiteten Bratlingen nicht zu befürchten. Wichtig dabei ist allerdings die Herrichtung des Teiges, die nicht immer gleich beim ersten Male in höchster Vollendung gelingt; denn wenn die Rezepte auch einfach sind, darf man sie dennoch nicht oberflächlich behandeln. Es macht eben auch hier die Uebung den Meister. Bald wird die Hausfrau sogar durch Erfindung eigener Zusammensetzungen ihren Speisezettel erweitern.

Bratlinge dürfen weder zu trocken noch zu weich sein. Sie werden teils geschmort, teils gebraten. Sollen sie gebraten werden, so ist es fettersparend, wenn man sie mit einer Teighülle umgibt, weil diese nur wenig Fett aufsaugt. Hierbei verwendet man am besten Del. Zur Teighülle wird etwas gesiebtes Mehl auf das Nudelbrett gehäufelt, mit dem Kochlöffel eine Grube in die Mitte des Mehlhäufchens gemacht, etwas warmes Wasser hineingegossen, ausnahmsweise etwas Salz dazugegeben und in der Grube mit Zusatz von Eiersatz etwas Teig angemacht. Man bediene sich eines Kochlöffels, nicht der Hände, weil an diesen zuviel hängen bleibt. Nun wird nach und nach das Mehl dazugerührt, und wenn es nicht mehr klebrig ist, mit den Händen ein fester Teig ausgearbeitet und $\frac{1}{4}$ Stunde lang geknetet, bis er zart und weich ist, so daß er ohne Mehl vom Brett geht. Nachdem er $\frac{1}{4}$ Stunde zugedeckt gestanden hat, wird er so dünn wie Papier ausgewalzt; je

dünner desto besser. Dann sticht oder schneidet man den Teig nach Belieben in runde oder ovale Stücke, belegt die eine Hälfte mit der Brattingmasse, schlägt die andere darüber und drückt deren Ränder mit einem Messer fest aneinander. Aus gleichem Teig werden auch die Kriegsnudeln gemacht, jedoch wird deren Teig nicht gesalzen, weil die Nudeln nachher in Salzwasser gekocht werden und der Nudelsteig unter dem Salzen leiden würde.

Es ist nicht nötig, die Bratpfanne nach jedesmaligem Gebrauch zum Braten auszuwaschen, denn dadurch geht Fett verloren, das man sparen kann. Man bedeckt die Pfanne nach der Benutzung, damit kein Staub hineinfällt, und braucht beim nächsten Male, wenn die Pfanne noch fettig ist, um so weniger neues Fett.

Aus **Hülsenfrüchten**. Die Masse aus der auf S. 9 unter Bohnensuppe beschriebenen Suppe wird kalt und trocken durch ein Sieb getrieben. Zwei große Eßlöffel Mehl werden auf ein Sieb gebracht, fünf Löffel kalte Milch darübergegossen, durchgerührt, zu der Bohnenmasse gegeben, auf einem kleinen Feuer die eingekocht, Frikandellen daraus geformt, die bis zum anderen Tage zugedeckt stehen bleiben. Die Oberfläche muß ganz trocken sein, so daß Panieren überflüssig ist. Man brät wie üblich. Salate sowie auch Sauerkohl, Bayrisches Kraut und dergl. passen gut dazu.

Aus **Kürbis**. 1 Pfund rohe Kartoffeln, $\frac{1}{2}$ Pfund Kürbis werden feingerieben, etwas Mehl, Salz, Cipulver, gut gemischt, löffelweise ausgefochen, in der Pfanne breitgedrückt und gelbgebraten.

Aus **Mohrrüben**. $\frac{1}{4}$ Pfund geriebene Mohrrüben, eine Zwiebel, 3 Löffel Linsenmehl, 1 Löffel Grünternmehl, 2 Löffel Milch, geriebene Semmel und Petersilie. Die Zwiebel wird feingehackt, in etwas Fett gelbgeschwitzt, das Mohrrübenpüree dazugegan und mit $\frac{1}{4}$ Eiter Wasser unter Umrühren weichgedämpft; das Linsen- und Grünternmehl, Salz, Pfeffer und Milch dazugegeben und die eingekocht, die Masse geformt und gebraten; sie kann auch in Teig gehüllt gebraten werden. Will man die Masse zu Suppentöpfen benutzen, so nimmt man etwas Cipulver und etwas Mehl hinzu.

Aus **Pilzen**. I. 100 Gramm Pilze werden so vorbereitet wie zu Sülzkoteletten (s. d.), man gibt 5 feingewiegte Sardellen, 1 Ei oder 2 Löffelchen Cipulver, 1 geriebene Zwiebel, 2 geriebene Pellkartoffeln, Salz, Pfeffer, Mustatnuß und soviel geriebenes Schwarzbrot dazu, daß der Teig zusammenhält, formt Koteletten daraus und brät. In Teighülle gebraten noch besser.

— II. In $\frac{1}{4}$ Eiter Wasser werden 80 Gramm Maismehl und ein zerdrückter Pilz-Suppenwürfel angerührt, läßt die einkochen und gibt abgekühlt eine Messerspitze Würze (s. S. 6) und soviel geriebenes Weißbrot daran, daß der Teig zusammenhält, formt Frikandellen und läßt braun braten.

Aus **Spinat**. 1 Pfd. gereinigter Spinat wird mit kochendem Wasser gebrüht, grob gewiegt, eine Zwiebel hellgelb geschwitzt, dem Spinat hinzugefügt und trocken gedämpft, dann mit geriebenem Schwarzbrot,

Pfeffer, Salz, Eiersatz und etwas **Muskatnuß** vermischt und gut durchgerührt. Nach Erkalten werden **Schnitzel** daraus geformt oder kleine **Auschnitte** in **Teig** gehüllt und gebraten.

Aus Suppengemüse. Etwas reichliches, durch 3 **Mohrrüben** vermehrtes **Suppengemüse** (**Suppenwurzeln**) wird nach dem Kochen aus der **Suppe** genommen und durch ein **Sieb** getrieben, mit **Maisgriech** und ein paar **Löffeln Suppenbrühe** dick eingekocht, eine **Messerspitze Pfeffer, Salz** hinzugegeben. Hat man ein **Restchen Fleisch**, so gibt man es feingewiegt darunter und brät.

Aus Weisskohl. Von einem **Weißkohlkopf** werden einige große **Blätter** getrennt, die zur **Umhüllung** der **Füllung** Verwendung finden sollen. Das übrige wird **zerschnitten** und beides in **gesalzenem Wasser** weichgekocht. **Herausgenommen**, wird der **Kohl** feingewiegt, mit einem **Ei** oder **Eipulver**, geriebener **Semmel**, geriebener **Zitronenschale**, etwas geriebener **Muskatnuß**, einigen **Tropfen Würze**, **Pfeffer** und **Salz** zu einem festen **Teig** verarbeitet, **längliche Würstchen** daraus geformt und jedes in ein **Kohlblatt** gerollt, mit einem **Zwirnfaden** unwickelt in eine **Pfanne** nebeneinandergelegt, etwas von der **Abkochbrühe** und **Milch** dazugegossen, mit **Kartoffelmehl** sämig gemacht und eine **Weile** schmoren gelassen. **Pellkartoffeln** passen gut dazu.

Von **Fischen** bereitet man **Bratlinge** wie bei **Fischklößen** (S. 21) angegeben, nur daß man einige **gehackte Sardellen**, etwas feingewiegte **Peterfilie**, 1 **Eipulver**, **Pfeffer** und **Salz** dazumischt, sie **oval** formt, in geriebener **Semmel** wälzt und **gelb** bäckt. **Kartoffel-, Roterüben-** oder **grüner Salat** schmecken besonders gut dazu.

Gefüllte Gerstenflocken. Einige **Löffel Gerstenflocken** werden mit **Salzwasser** zu einem steifen **Brei** gekocht. Ein **mittlerer Kohlkopf** in **Salzwasser** und etwas **Kümmel** weichgekocht, gut **ausgedrückt**, gewiegt, geriebene **Zwiebel**, **Muskatnuß**, **Pfeffer** und **Salz** damit vermischt. Der **Gerstenflockenteig** wird **ausgebreitet** in **Stücke** geteilt, diese mit **Kohlmasse** belegt, mit **Teig** bedeckt und an den **Rändern** gegen den **unteren Teig** angeedrückt und so gebraten. Man kann zu der **Füllung** ebenso andere **Kohlarten**, sowie auch **Spinat** verwenden. Noch **schmachhafter** macht die **Hinzugabe** von etwas **gehacktem Hering** oder **Sardellen**.

Schnitzelklöße. 6 gehäufte **Eßlöffel Grünkernmehl** werden mit **kochendem Wasser** überbrührt und unter **Umrühren** dick eingekocht, eine feingewiegte **Zwiebel** gelbgeschwigt und mit einem kleinen **Löffel Würze** (s. S. 6), **Salz**, ein **Stückchen Butter** oder **Fett**, ein in etwas **Wasser** verrührtes **Eipulver** und feingeriebenes **Schwarzbrod**, das die **Masse** zusammenhält, dazugegeben, als **Schnitzel** geformt und **dunkelgelb** gebraten. Man gibt eine **pkante Soße** darüber. Zu **Gemüse** und **Kartoffeln** sehr passend.

Sülze. 4 gehäufte **Eßlöffel Kochhirse** werden wie üblich gebrührt und in $\frac{1}{4}$ **Eiter Wasser** weichgekocht, 4 **Löffel** in **Wasser** verrührtes **Erbfenmehl**, etwas **Salz** dazugegeben und **dick** eingekocht; dann werden 4 feingewiegte **Sardellen**, etwas geriebene **Zwiebel** hinzugefügt, vom **Feuer**

genommen, mit einer Messerspitze Würze (s. S. 6) gewürzt, sobald erkaltet, 4 Schnitzel geformt, grüne gehackte Pfeffergurken auf die Schnitzel gestreut, Gelee darübergegossen und erstarren gelassen.

Sülzkoteletten aus Gemüse. 1 Pfd. Winter-(Grün-)Kohl wird gereinigt, tüchtig gewaschen und in Salzwasser, dem eine Messerspitze Soda zugesetzt ist, weichgekocht, gut ausgedrückt und zweimal durch die Maschine getrieben, oder ganz fein, wie Mus, gewiegt. Dann werden eine Handvoll vorher sehr sauber gewaschene, mit kochendem Wasser weichgebrühte Pilze fein gehackt und 1½ Löffel Grünermehl dazugegeben, mit Pfeffer und Salz gewürzt, mit etwas Wasser auf das Feuer gestellt und unter stetem Umrühren dick eingekocht, vom Feuer genommen und 4 feingewiegte Sardellen daruntergegeben. Die ganze Masse läßt man erkalten und formt daraus 4 Koteletten. In ½ Liter Wasser wird ein Suppenwürfel, eine in ganz feine Scheibchen geschnittene Mohrrübe weichgekocht, einige Pfefferkörner und noch etwas Salz darangetan; man rührt in 3 Löffel lauwarmem Wasser 6 Blatt Gelatine glatt, gießt die abgekühlte Brühe dazu, schmeckt mit Essig oder Zitronensaft säuerlich ab, legt die Koteletten auf eine ovale Schüssel (Platte), gießt die Brühe mit den Mohrrüben darüber und läßt steif werden. Bratkartoffeln schmecken gut dazu.

Klöße.

An fleischlosen Tagen vertreten die Stelle des Fleisches neben den Bratlingen besonders zweckmäßig die Klöße. Sie sind, gut zubereitet, nicht allein sehr wohlschmeckend, sondern auch sättigend, nahrhaft und lassen sich meist mit geringen Kosten herstellen, z. B.:

Fischklöße von rohem Fleisch billiger Seefische, gleich welcher Art. 1 Pfd. geriebene Pellkartoffeln werden mit ½ Pfd. rohem, geschabtem Fischfleisch, unter Zugabe von etwas Salz, gemischt, Klöße daraus geformt, in etwas Mehl gerollt und 10 Minuten in Salzwasser gekocht. Man gibt sie in die Suppe, auch zu Sauer- und Rostfohl, oder ist sie mit einer Tomatensoße zu Rohrnudeln, sowie zu Kartoffeln.

Flockenklöße. ½ Pfd. Hafer- oder Gerstenflocken läßt man in ¾ Liter kaltem Wasser oder Milch aufweichen, gibt etwas Salz nebst 1 Löffel Fett dazu und läßt unter Umrühren dick einkochen, so daß es zu einer festen Masse wird. Ist sie abgekühlt, so kommen 2 kalte geriebene Kartoffeln, ½ Pfd. Roggenmehl, 1 Paket Eipulver und ein gestrichenes Löffelchen Würze (s. S. 6) hinzu; man arbeitet das Ganze tüchtig durch, sticht davon mit einem Löffel Klöße in kochendes Wasser und läßt sie 6 Minuten sieden, nimmt sie mit dem Löffelsieb heraus und gießt die Klohkunke (s. S. 31) darüber.

Hirseklöße. ½ Pfd. Kochhirse wird gewaschen und gut gebrüht in 1 schwachen Liter Milch dick eingekocht, ein nußgroßes Stück Fett oder Butter, 4 große Eßlöffel Mehl, 1 Paletchen Eipulver, etwas Muskatnuß und Salz dazugegeben und alles gut durchgemischt, mittelgroße Klöße daraus geformt, im Salzwasser gesotten, bis sie an die Oberfläche