

stehen. Inzwischen kocht man 1 Pfd. in Streifen geschnittenen Sellerie und ebensoviel Kartoffeln weich, die man ebenfalls in Streifen schneidet. $\frac{1}{4}$ Stunde vor dem Anrichten wird alles gemischt, jedoch so, daß die Streifen ganz bleiben, gibt etwas Del, 2 Prisen Pfeffer und womöglich etwas feingewiegte Estragonblätter darunter.

Wilde Gemüse und Salate. Im Sommer steht der Hausfrau nicht allein der reichhaltige Küchengarten für frische Gemüse zur Verfügung, sondern auch die weite Flur in Gottes freier Natur für wilde Gemüse, an denen leider so viele achtlos vorübergehen, während doch bei richtiger Verwendung vorzügliche Gerichte davon hergestellt werden können. Hierzu gehört in seiner Jugend der im Herbst durch gelbe Blütenpracht, weniger den Landwirt als den Wanderer erfreuende Hederich. Er ist als Unkraut sehr gehaßt, aber seine jungen Pflänzchen sind wie Spinat zuzubereiten.

Löwenzahn, dessen junge (auch gebleichte) Blätter einen geschätzten Salat liefern, wird auch als wohlschmeckendes Gemüse gegessen, ebenso Sauerampfer, Rapunzel (Feldsalat), Brunnenkresse, Kresse, Brennesseln, Melde, Hopfenspißen u. a.

Weitere Anweisungen für Gemüse und Salate finden sich in Heft 11 der Flugschriften zur Volksernährung „Die Wintergemüse als Volksernährung“ und Heft 12 „Die Kartoffelküche in der Kriegszeit“.

Soßen und Tunken.

So ist von unendlicher Wichtigkeit, die Speisen nicht allein gut zuzubereiten, sondern auch ihnen im Geschmack eine möglichst große Abwechslung zu geben; denn dadurch werden dem Gaumen immer neue Reize geboten, und es entsteht nie die Ueberdrüssigkeit, welche tägliche Wiederholungen so leicht herbeiführen. Diese Mannigfaltigkeit ist aber um so mehr in der Kriegszeit geboten, wo wir in der Auswahl der Produkte beschränkt sind. Sie ist in der Küche zu erzielen durch die Soßen, die ohnehin die Würze aller Gerichte sind. Wenn die Soßen ihren wirklichen Zweck erfüllen sollen, verlangen sie eine sehr sorgfältige Zubereitung. Die Güte der Soßen wird nicht immer durch das Material allein bedingt, die Sorgfalt der Zubereitung ist die Hauptsache. In zwei Minuten läßt sich keine gute Soße herstellen. Dieser Mühe muß sich die Hausfrau ebenso unterziehen und die nötige Zeit opfern, wie wenn sie Kuchen oder sonstige Leckerei bäckt. Sie wird reichlich Entschädigung darin finden, daß sie nie Klagen über das „ewige Einerlei“ ihrer Küche zu hören braucht. Es gibt zwar Gegner der Soßen im allgemeinen, aber es sind das immer Leute, die nie eine wirklich gute Soße in ihrer richtigen Anwendung verschmeckt haben. Sie sind meist von der Irrigkeit ihrer Ansicht durch eine Kostprobe zu überzeugen. Die Soße will aber nie als eine Brühe zum Eintunken gedacht sein, sie soll nur den Speisen den Wohlgeschmack und eine gewisse Feuchtigkeit verleihen. Es dürfen in den Soßen nie die Einzelheiten ihrer Zusammensetzung vorschmecken, namentlich nicht das Mehl, das auch niemals Klümpchen darinnen

bilden darf. Unter Soßen versteht man eine sämige, gut durchgekochte Flüssigkeit, nicht zu dick und nicht zu flüchtig. Der beim Braten heraustretende Saft des Fleisches ist an sich nicht Soße, wird aber vortheilhaft zu wohlschmeckenden Soßen verwendet. Dazu setzt man schon während des Bratens dem Saft mit Erfolg etwas Grundsoße hinzu. Durch Zusatz von Mehl allein wird das gleiche niemals erreicht. Kartoffeln, Klöße, Bräutlinge, Fische, Fleischreste, Rüben und viele Gemüse lassen sich durch Anwendung von Soßen in der mannigfaltigsten Weise auf den Tisch bringen.

Brühe, die man zur Zubereitung von Soßen, Tunken u. dgl. benötigt, wird durch Kochen aus Fleisch, Knochen oder auch nur aus Bouillonwürfeln gewonnen. Ueberall, wo hier die Verwendung von Brühe angegeben, ist solche Brühe zu verstehen.

Grundsoße. Aller Soßen Element ist eine Grundsoße. Es gehören dazu: 35 g gesiebtes Mehl, 30 g Butter, $\frac{1}{2}$ Liter lauwarmes Wasser, 1 Prise Pfeffer und Salz. Diese Bestandteile werden in einer Pfanne von einem Liter Inhalt, die womöglich höher ist als weit, mit der warngemachten Butter, an deren Stelle man auch anderes gutes Fett nehmen kann, vermischt, indessen das lauwarme Wasser unter Umrühren nicht ganz dazugegossen wird. Dann bringt man das Ganze unter stetem Umrühren auf kleinem Feuer sehr langsam zum Kochen, läßt nur noch ziehen und unter unausgesehtem Umrühren schön sämig und gar werden. Sollte sich Neigung zum Dickwerden zeigen, so wird von dem restlichen Wasser löffelweise vorsichtig dazugegossen. Je länger diese Soße umgerührt wird, desto besser wird sie.

Zieht man die Soße braun vor, so wird das Mehl vorher trocken angeröstet.

Will man diese Soße ohne weitere Zutaten verwenden, so kann man sie durch Zugabe von 60 g Kunstbutter und etwas gewiegter Petersilie sehr verfeinern. Die Butter schneidet man am besten in kleine Stücke, damit sie sich rascher auflöst, denn nochmals aufkochen darf man nicht. Petersilie nicht zu reichlich, damit sie nicht vor sich meckelt. Die Mannigfaltigkeiten dieser Soße lassen sich erzielen durch Hinzunahme von Eiern, Fisch, Tomaten, Pilzen, Senf, Kapern, Heringen, Sardellen, Meerrettich, Zwiebel, durch Gewürze, Gewürzkräuter aller Art, Milch, Fleischbrühe, Bratensaft, Wein usw. Will man die Soße etwas säuerlich, so nimmt man etwas Essig oder Zitronensaft dazu, darf dann aber nicht wieder aufkochen lassen.

Curry-Sosse. Mit einem Stückchen Butter oder Fett werden 2 Löffelchen feingehackte Zwiebeln, Thymian, $\frac{1}{2}$ Lorbeerblatt, einige Zweige Petersilie, eine kleingeschnittene Petersilienwurzel, eine Messerspiße zerquetschten Knoblauch (s. S. 6), mit einem Löffelchen Currypulver und einem gehäuften Eßlöffel 2—3 Minuten angeschwizten Mehl, ohne daß es gelb wurde, vermischt. Dieses wird mit $\frac{1}{2}$ Liter aus Suppenwürfeln bereiteter Brühe aufgekocht, dann eine Stunde in die Kochflöte getan, oder man läßt $\frac{3}{4}$ Stunden auf gelindem Feuer langsam

ziehen und siebt dann durch. Diese Soße paßt besonders gut zu Fleisch, Fisch, Klößen, Kartoffeln, Hirse, Reis und anderen Breien.

Pikante Soße. $\frac{4}{10}$ Eiter aus Suppenwürfel bereite Brühe, 15 g feingehackte Schalotten, 30 g Butter oder Fett, 30 g Mehl, 1 Löffelchen gehackte Petersilie, 3 Löffelchen feingehackte Gurken (sog. Cornichons). Man hackt die Schalotten und stellt sie mit 2 Eßlöffel Essig und der Butter oder Fett aufs Feuer, rührt mit einem Kochlöffelchen, bis der Essig ganz verdunstet ist. Man erkennt dies daran, daß die Butter ganz klar geworden ist. Beobachtet man dies nicht genau, so mißlingt die Soße. Man tut unter Umrühren das Mehl daran und läßt es gelb schwichen, fügt die kalte Brühe dazu, etwas Pfeffer, wenn nötig, auch noch etwas Salz, läßt 20 Minuten langsam ziehen, gibt die Gurken und Petersilie daran und nimmt den Topf vom Feuer.

Rindsleber-Soße. $\frac{1}{4}$ Pfd. Rindsleber wird mit dem Messer geschabt, durch ein feines Sieb gedrückt, eine kleine Zwiebel (besser Schalotten), etwas feingewiegte Petersilie, erbsengroß zerquetschter Knoblauch dazugegeben. Dann schwitzt man einen gestrichenen Eßlöffel Mehl in Del an, gibt die Masse dazu, gießt unter Umrühren schwach $\frac{1}{2}$ Eiter Würfelbrühe daran und läßt sämig kochen. Beim Anrichten wird mit einer Prise Pfeffer gewürzt. Diese Soße wird zu Klößen oder Kartoffeln gereicht.

Tomaten-Soße wird in gleicher Weise bereitet wie die vorhergehende Currysoße, nur daß man an Stelle von Curry Tomatenpüree verwendet und eine Mohrrübe dazu reibt.

Weinsoße. 1 Glas Weißwein oder Apfelwein wird mit 1 Kaffeelöffel Kartoffelmehl, etwas ganzem Zimt, Zucker nach Geschmack, Eigelb oder Eipulver auf dem Feuer verrührt, bis es anfängt zu kochen. Verwendet man Ei, so kann man die Eiweiß zu Schnee schlagen und darunterühren.

In manchen Gegenden sind für einfache Mahlzeiten Tunken beliebt. Deren Zubereitung ist anspruchsloser als die der Soßen. Man taucht in die Tunkte Klöße oder Kartoffeln, um dadurch deren Genuß vielseitiger und weniger trocken zu machen. Namentlich zum Abendbrot ist diese Art vielerorts gebräuchlich.

Specktunke. Man schneidet etwas grünen oder geräucherfen Speck in Würfeln und läßt ihn in der Pfanne gelb werden, schwitzt darin eine geschnittene Zwiebel weich, ohne sie gelb werden zu lassen, gibt 2 Löffel Mehl dazu, salzt, gießt das nötige Wasser daran, zuleht einige Löffel Pflaumenmus und kocht auf. Man ist dazu Pellkartoffeln oder Stampfkartoffeln, auch Klöße.

Sauremilch-Tunke. $\frac{1}{4}$ Eiter saure Milch wird mit einem Eipulver und $1\frac{1}{2}$ Eßlöffel Mehl glatt verrührt, mit $\frac{1}{2}$ Eiter aus Suppenwürfel gemachter Brühe vermengt, nachgesalzt, gut verkocht und über heiße in Scheiben geschnittene Pellkartoffeln gegeben.

Milztunke. Ein Stück frische Milch wird gewaschen und sehr fein geschabt, eine Zwiebel in Fett weich gewiegt, die Milch beigefügt, mit etwas Mehl verrührt, bis das Mehl sich färbt, unter Umrühren Brühe (s. S. 7) dazugeschüttet, verkocht, beim Anrichten mit Zitronensaft gesäuert und feingehackte Petersilie hineingerührt.

Tunke zu Fischen oder Klössen. $\frac{1}{2}$ Liter Milch wird kochend gemacht, 2 Löffel in kalter Milch verrührtes Mehl dazugegeben, leicht gesalzen, mit Zucker und Essig abgeschmeckt, mit 1 Eigelb oder Eipulver verrührt. Zu Klößen oder gekochtem Fisch.

Klostunke. Mit etwas Fett läßt man 2 Löffel Mehl braun werden, gibt eine aus 1 oder 2 Bouillonwürfeln gemachte Brühe davon, würzt mit Würze (s. S. 6) oder kann auch mit Essig oder Zitronensaft säuern.

Warme Meerrettich-Tunke. Von drei ganz trockenen Semmeln wird die Rinde abgerieben und diese bei anderer Gelegenheit verwendet. Die Semmeln werden in Stücke geteilt und kochende Milch darübergegossen, so daß die Semmeln ganz aufweichen. Dann werden sie musig gekocht, Salz, 3 Löffel geriebenen Meerrettich und, wenn zu dick, noch etwas kochende Milch darangeschüttet. Anstatt Milch kann auch Fleisch-, Knochen- oder Suppenwürfelbrühe verwendet werden.

Kalte Tunke. 60 g gekochte kalte Kartoffeln werden gerieben, 1 Löffel Essig darübergegossen, in $\frac{1}{4}$ Liter kalter Milch eine Heringsmilch verrührt, $\frac{1}{2}$ Löffel Salatöl, etwas Salz dazugegan und alles gut vermengt. Anstatt Heringsmilch kann auch Senf, Meerrettich oder Kapern angewendet werden.

Würfel-Tunke. In einfacher Weise lassen sich aus vielen der bekannten Suppenwürfeln, hauptsächlich aus Ochenschwanz- und Mochturkewürfel durch Beigabe von etwas Roggen- oder Kartoffelmehl unter sorgfältigem Umrühren schmackhafte Tunken bereiten.

Verschiedenes.

Altgewordenes Brot als Abendkost für Kinder. Weiß- oder Schwarzbrot weicht man in kaltem Wasser, drückt es leicht aus, stellt es in einen Topf mit dickem Boden auf das Feuer und läßt es unter Umrühren eindünsten, gibt den Saft und etwas geriebene Schale einer Zitrone dazu und zuckert nach Geschmack, läßt nochmals aufkochen, treibt die Masse durch ein feines Sieb und füllt sie in eine mit kaltem Wasser ausgespülte Form, läßt erkalten, stürzt und gibt eine beliebige Fruchtsoße darüber.

Apfelpudding. $1\frac{1}{2}$ Pfd. Musäpfel werden geschält, das Kernhaus entfernt und in dünne Scheiben geschnitten, mit 2 Löffel Wasser und Zucker nach Geschmack, eine zerstoßene Gewürznelke, etwas geriebene Zitronenschale unter Umrühren zu Mus gekocht. Vom Feuer genommen, wird 1 Eipulver, 130 g geriebenes Schwarzbrot mit etwas Milch angefeuchtet, so daß es ein ziemlich fester Teig bleibt, streicht eine Puddingform mit Butter und geriebenem Brot aus und läßt $\frac{3}{4}$ Stunden im Wasserbade kochen. Wein- oder Schaumtunke ist gut dazu. (S. d.)