

ANHANG.

Da wir in unserer Hauptreceptensammlung ohnedies sehr viele Recepte bringen, welche sich für die diätetische Küche eignen und welche die Leserin leicht in ihrer Anordnung finden wird, haben wir hier nur jene, mehr medicinischen Recepte zu besprechen und zu bringen, deren Anwendung nur in gewissen Ausnahmefällen geboten ist. Vorrasschicken müssen wir auch hier, dass es einer sorgsamem Hausfrau und Krankenpflegerin oft schwer werden dürfte, diese ärztlich gebotenen und »chemisch reinen«, aber sicherlich wenig schmackhaften Nährmittel ihren Patienten »beizubringen«. Es wird von ihrem Geschick und ihrer guten Beobachtung abhängen, inwiefern sie jedes einzelne dieser Präparate durch gewisse Reizmittel, die sie hinzugefügt, von Fall zu Fall dem Kranken wird mündgerecht machen können und dürfen. Das muss eben ganz ihrem Talent sowie ihrer Gewissenhaftigkeit anheimgestellt werden.

1. Das künstliche Rahmgemenge

ist eine Milchconserven, welche zur Säuglingsernährung in dem Falle verwendet wird, als Verdauungsstörungen die Ausnützung der Kuhmilch (wegen des Gerinnens der Caseinstoffe) behindern. Es wird nach Biedert's *) Vorschrift in folgender Weise bereitet: »60 Gramm Eiweiss werden mit 300—350 Cubikcentimeter Wasser, 4 Gramm Kalihydrat in 60 Cubikcentimeter Wasser hinzugesetzt, die entstandene Gallerte zerkleinert, gewaschen unter Erwärmung mit 120 Gramm Zucker, 150 Gramm Butterfett und so viel Wasser vermischt, bis eine milchige

*) Biedert, Die Kinderernährung, S. 267 ff.

Emulsion erzielt ist, dann die Milchsalze hinzugefügt und das Ganze auf ein Volumen von 500 Gramm gebracht.«

Wir bringen hier die näheren Werthverhältnisse der Nährstoffe nicht, weil eine häusliche Bereitung dieser künstlichen Milch ja ausgeschlossen ist. Man kann sie jedenfalls in den grösseren Apotheken fertig finden oder bereiten lassen. Das künstliche Rahmgemenge erscheint im Handel in kleinen Blechdosen von 250 Gramm Inhalt, ist gelblich, dickbreiig und wird zum Gebrauch mit dem 16fachen Quantum Wasser verrührt. Zu erwähnen ist noch, dass dieses Nahrungsmittel nicht für gesunde Kinder anwendbar ist, da es dem gesunden Kinde in den ersten Wochen zu wenig Eiweissstoffe und Fett bietet, anderseits durch einen hohen Preis die Ernährungskosten ohne Noth um Bedeutendes steigern wird.

2. Eiweisswasser

wird als Ersatz der Milch (also als Nahrung) dort gegeben, wo die letztere nicht vertragen wird, namentlich bei Durchfällen entwöhnter Brustkinder oder bei fieberhaften Erkrankungen Erwachsener, so beim Bauchtyphus und Flecktyphus. Es wird bereitet, indem man das Weisse eines Hühnereies mit 200 Cubikcentimeter frischen oder gekochten Wassers sehr gut verrührt und 4 Theelöffel zerstoßenen Zuckers dazusetzt. Zur Verbesserung des Geschmacks kann man, wenn es sich um Erwachsene handelt, etwas Cognac, Madeira, Tokajerwein etc. zusetzen.

3. Beeftea.

(Flaschenbouillon nach Munk-Uffelmann.)

Frisches, fettloses Fleisch wird in kleine Würfelchen zerschnitten und ohne jeglichen Zusatz in eine reine, mit weiter Oeffnung versehene Flasche gethan. Dann korkt man letztere lose zu, stellt sie in ein Gefäss mit warmem Wasser, erhitzt es langsam und lässt es etwa 20 Minuten lang sieden. Nimmt man nunmehr die Flasche aus dem Wasser heraus, so findet man in ihr eine bräunliche oder gelbliche, trübe Brühe, auf 300 Gramm Fleisch etwa 90—100 Cubikcentimeter. Man giesst sie einfach ab, ohne sie durchzuseihen. Dieser Bouillon wird mit grossem Erfolg verwendet, wo die Verdauungsthätigkeit sehr geschwächt ist, bei acutem Magen-Darmkatarrh der kleinen

Kinder sowie zur Kräftigung Erwachsener, bei gastrischem Fieber, Brechdurchfällen, und zwar 2 Theelöffel voll alle 15 Minuten, verabreicht. Ein anderes Recept für Beeftea befindet sich in unserer Kochbuch-Receptsammlung.

4. Reiswasser.

Dieses Nahrungsmittel für Säuglinge oder schwer Kranke wird bereitet, indem man 50 Gramm Carolinenreis in 500 Gramm oder $\frac{1}{2}$ Liter Wasser so lange kochen lässt, bis der Reis weich ist. Sodann seiht man das Wasser durch ein reines Leinentuch und verwendet es dann entweder kühl oder ganz kalt mit Zucker und Citronensaft oder aber man nimmt es zu Obstsuppen oder Gelées, denen man nicht intensivere Nährstoffe beifügen darf, dies muss eben richtige Beobachtung von Fall zu Fall bestimmen helfen. Als ein stopfendes Mittel, meist bei Durchfällen, wird das Reiswasser täglich frisch in folgender Weise bereitet: Man nimmt 200 Gramm Reis, bringt ihn auf ein feines Haarsieb und übergiesst ihn mit siedendem Wasser, das Durchlaufende lässt man abkühlen und ohne allen Zusatz trinken. (Uffelmann.)

5. Maltosenmehle

sind nichts anderes als Malzpräparate, welche den Leguminosenmehlen zugefügt werden, um den Nährwerth zu steigern, wo die Krankheitsindication keine intensivere Milch- oder Fleischnahrung zulässt. Die heutige Nahrungsmittelindustrie bringt diese Präparate also mit Bohnen- und Erbsenmehl in Verbindung sowie auch mit Chocolate, Liebig'scher Kindersuppe etc. Das vorzüglichste unter diesen Präparaten ist wohl Liebe's lösliche Leguminose (aufgeschlossenes Pflanzeneiweissmehl für Suppen) in Dresden (Depot in Wien bei E. Höfer, III. Ungargasse 12). Das Liebe'sche Recept für eine solche Suppe lautet: »Zu einem Teller Suppe verwende man 1—2 Esslöffel dieses Mehles (je nachdem man die Suppe in stärkerer oder schwächerer Consistenz beliebt), rühre dasselbe mit etwas kaltem Wasser zu einem dünnen Brei an, setze circa 18 Esslöffel kochendes Wasser oder Bouillon sowie etwas Butter und Salz (die erstere nur, wo Fett gestattet ist) hinzu und lasse das Ganze kurze Zeit aufwallen.« Wir fügen hinzu, dass dies das Grundrecept aller Mehlsuppen ist, die man von Fall zu Fall durch

Hinzufügung von Eigelb, etwas Parmesankäse, wenn gestattet, oder als Milch-(Mehlsuppe), Chaudeau mit Milch gemischt und etwas Orangenschalen oder Karamelgeschmack dem Kranken schmackhafter machen kann. Auch Liebe's Diastase-Malz-extract enthält einen Nährwerth, welcher jenen der Mehlsuppen, denen er zugefügt wird, bedeutend steigert.

6. Obstsuppen

sind namentlich in hitzig fieberhaften Krankheiten zu empfehlen, so bei acuter Gehirnhautentzündung, acutem Gelenksrheumatismus, sehr schwerem Scharlach, dagegen müssen sie bei Krankheiten, wo Durchfälle vorkommen können, verboten werden. Die Obstsuppen werden entweder ganz einfach bereitet, indem man die frischen oder getrockneten Früchte (Aepfel, Pflaumen, Prünellen, Kirschen) mit Wasser und etwas Zucker und Salz zerkocht und durch ein Haarsieb streicht, oder sie werden mit nahrhafteren Zuthaten gemengt, wie Hafergrütze, Eigelb, süsser Rahm etc. Eine gute Vorschrift für eine Krankensuppe ist nach Uffelmann folgende: »Es wird Hafergrütze mit Wasser gekocht, durch ein Haarsieb gegeben, dann Prünellen, die in Streifen geschnitten wurden, Zucker wie auch Kochsalz hinzugethan. Jetzt kocht man aufs Neue, bis die Prünellen weich sind, und kann nunmehr, wenn es nöthig sein sollte, noch ein Eigelb verrühren.« Wir wären jedoch der Meinung, die Prünellen gleich mitzukochen und durch das Sieb zu streichen, was eine Zeit-, Arbeits- und Feuerersparniss mit sich brächte und dem Kranken sicher leicht verdaulich wäre. Diese Obstsuppen haben einen sehr geringen Nährwerth. Was sie empfehlenswerth macht, ist der säuerlich-süsse erfrischende Geschmack.

7. Liebig'sche Kindersuppe. *)

»Um sie herzustellen, mischt man 1 Loth Weizenmehl mit 1 Loth Malzmehl, setzt 30 Tropfen einer 11procentigen Lösung von kohlen-saurem Kali hinzu, vermenget Alles gehörig, rührt es dann mit 10 Loth Kuhmilch und 2 Loth Wasser zusammen, erhitzt bei gelindem Feuer unter stetem Rühren,

*) Liebig'sche Kindersuppe in trockenem Zustande in Büchsen in Wien bei Raab, Bärenapotheke, Lugeck, zu haben, desgleichen Malz- und Fleischextract-Chocolade.

bis die Mischung eben dicklich wird, entfernt vom Feuer, rührt 5 Minuten um, erhitzt aufs Neue, setzt wieder ab, wenn die Mischung dicklich wird und bringt sie zuletzt zum Kochen. Dieses wird fortgesetzt, bis die Suppe süß ist, dann seihet man sie durch und verdünnt sie mit einem Drittheil Wasser.« In trockenem Zustande besteht das Präparat aus Malzmehl und feinstem Weizenmehl zu gleichen Theilen und einem Zusatz von reinem Kali (Pottasche). Die Kalisalze sind der Knochen- substanz wegen beigemischt, die bekanntlich bei der Ernährung des Säuglings genügend angesetzt werden muss.

8. Fleischpepton.

Ueber die physiologischen Gesetze des Ernährungs- processes durch Peptone sind heute auch die Aerzte noch nicht völlig im Reinen. Nur Eines scheint als feststehend von ihnen angenommen zu werden: Peptone sind Nährstoffe, welche aus den Eiweissstoffen durch die Verdauungs- säfte* (Magensaft, Bauchspeichel) entstehen, also verdautes Eiweiss, das durch den Eintritt in den Körper diesem nutzbar wird. Diese Peptone sind also ein Product aller Eiweiss- gattungen, ob sie nun animalischen oder vegetabilischen Ursprungs sind, durch die Verdauung im thierischen Or- ganismus. Ist nun diese letztere gestört und kann sie die ihr zu- geführten Stoffe nicht verarbeiten, so verordnet man eine Er- nährung mittelst auf chemischem Wege erzeugter Peptone, die in Pulverform (meist nach Koch's Vorschrift), bei Savory and Moor in London erzeugt, im Handel vorkommen. (Wien, Bären-Apotheke; Raab, Lugeck). Man nimmt dieses pulverisirte Fleischpepton in der vom Arzte vorgeschriebenen Dosis in Oblaten oder mischt $\frac{1}{2}$ Theelöffel voll in eine Tasse schwachen Beeftes. Es wird bei acut fieberhaften Krankheiten, Typhus etc., mit Vortheil gereicht. »Buss*) gab seinen Fiebernden binnen 24 Stunden 100 Gramm Fleischpepton von Sanders, 300 Gramm Traubenzucker und 200 Gramm Rum mit 600 Gramm Wasser gemischt. Jede Einzelgabe wurde zur Hälfte mit Eis- wasser verdünnt. Ausserdem gab es nur Bouillon mit Eigelb und Milch.« (Uffelmann.)

*) Buss: Wesen und Behandlung des Fiebers. 1878.

9. Brotwasser.

Dieses wird von Uffelmann als Getränk den Fieberkranken sehr empfohlen. Man schneidet Scheiben von Weizenbrot oder Roggenfeinbrot, röstet sie, übergiesst sie mit kochendem Wasser, dem man etwas Zucker, eventuell auch Citronensaft hinzufügt. Es enthält nur geringe Mengen Eiweiss, vorwiegend Zucker, Dextrin, Gummi, Salze sowie aromatische Substanzen, die sich während des Röstens bildeten. Ausgekühlt wird es dann als Getränk gereicht.

10. Leimgallerte.

Ueber den hohen Nährwerth der Leimsubstanzen haben wir schon oben gesprochen. Sie kommen an und für sich in jeder Fleischbrühe, namentlich in Kalbfleischbrühe vor. Will man aber dem Kranken aus diätetischen Gründen mehr Leimstoff zuführen, so thut man dies in der ihm angenehmeren consistenten Gallertform. Die feinsten und klarsten Gallerten werden aus der Hausenblase erzeugt, und zwar nimmt man eine dazu, welche, vors Licht gehalten, einen blätlichen Schimmer zeigt. Man zerschneidet sie nach einigem Klopfen in kleine Stücke, legt diese in kaltes Wasser (ungefähr 15 bis 16 Gramm auf $\frac{1}{2}$ Liter), lässt sie 6 bis 10 Stunden aufweichen und kocht sie etwa eine Viertelstunde. Die Masse wird dann, noch ganz heiss, durch ein feines, vorher in heisses Wasser getauchtes Seihtuch oder ein Filterpapier geseiht. Billiger ist die englische Gelatine in ganz dünnen weissen Täfelchen. Man zerschneidet diese, weicht sie in Wasser (5 Gramm — 100 Cubikcentimeter), kocht sie und seiht sie heiss durch. Diese Gallerte kann man mit klarer Fleischbrühe mischen und hat ein leicht hergestelltes Aspic. Ueber das Wiel'sche Gelée sowie ein englisches Kalbsfussgelée siehe weiter unten Kalbsfuss- (Wiel'sches) Gelée.

11. Tamarindenmus und Molken.

Das Tamarindenmus wird aus der Frucht des Tamarindenbaumes bereitet, der in Ostindien, Arabien und Egypten einheimisch ist, in Westindien cultivirt wird und der Familie der Leguminosen angehört. Das rohe Tamarindenmus wird aus dem Mark der Frucht bereitet. Die beste im Handel vorkommende Gattung ist Ia braunschwarz, die ostindische, und

hat stark sauren Geschmack. Alle anderen Gattungen, welche auch billiger sind, sind verwerflich. Der Apotheker bereitet aus der echten Qualität das gereinigte Tamarindenmus, welches kühlend, erfrischend und aufschliessend wirkt. Es wird in Porzellan- oder Steingefässen aufbewahrt, hält sich aber nicht lange, daher es gerathener ist, es nur in der nöthigen jeweiligen Quantität zu besorgen.

Tamarindenmolken werden in manchen Fällen von den Aerzten den aus Labmagen bereiteten vorgezogen. Zur Darstellung von 1000 Gramm werden 1400 heisser Kuhmilch bis zum Aufkochen erhitzt, mit einem Brei aus 40 Gramm rohem Tamarindenmus und 40 Gramm frischen Wassers versetzt und nach dem Erkalten durch ein feines Haarsieb oder Passirtuch geseiht.

12. Weinsagosuppe.

Man setzt 4 bis 6 Loth gereinigten, d. h. mit kaltem Wasser auf gelindes Feuer gestellten, bis zum Aufquellen gekochten und mit kaltem Wasser abgegossenen Palmensago mit einem schwachen halben Liter Wasser, etwas Zucker und Citronenschale (für Gesunde auch Zimmt) zu und lässt ihn zugedeckt langsam bis zur vollen Durchsichtigkeit ausquellen. Dann kocht man ungefähr 1 Liter Wein, füge Zucker nach Geschmack (für Kranke nicht zu viel) und den Saft einer halben Citrone sowie den Sago dazu, nehme die Citronenschale heraus und legire die Suppe mit 4 Eidottern. Dies ist indess für 4 Personen berechnet; für eine Krankensuppenportion genügt der vierte Theil.

13. Kalbsfuss- (Wiel'sches) Gelée.

4 Kalbsfüsse, 1 Kilo Rindfleisch, 1 altes Huhn werden mit 15 Gramm Kochsalz an einem Nachmittag in 5 Liter Wasser unter fleissigem Abschäumen gekocht. In der letzten Stunde des Kochens setzt man noch einen kleinen Hecht hinzu. Nachts wird dann die Masse zum Erkalten hingestellt. Am folgenden Morgen schöpft man das Fett ab, stürzt die Gallerte aus, klärt sie nach langsamem Erwärmen mit dem Weissen von 6 Eiern, kocht, bis sich grössere Flocken

Eiweiss ausscheidet, dann wird filtrirt, und zwar durch eine vorher angefeuchtete Serviette. Zu dem Filtrate setzt man 20 Gramm Fleischextract und stellt es zum Erkalten hin.

Eine billigere, ebenfalls für Kranke gedachte Gelée ist folgende: Vier Kalbsfüsse werden auf das Allersauberste gereinigt, dann auf 3—4 Stunden in laues Wasser gelegt, wieder herausgenommen und in kaltes Wasser gebracht. Dieses erhitzt man allmählig, doch nicht bis zum Sieden und giesst es wieder ab, dann nimmt man die Kalbsfüsse heraus und reinigt das Casserol oder den Topf gründlich, setzt die Kalbsfüsse nun mit 3 Liter kaltem Wasser zu und bringt sie zum Sieden. Nach drei Stunden nimmt man die ganz zerfallenden Kalbsfüsse heraus, schäumt ab und giesst die Flüssigkeit noch heiss durch ein feines Sieb. — Bis hieher ist dieses Verfahren als Grundlage für jede Gelée oder Aspic zu empfehlen und soll immer am Vortage des Fertigmachens vorgenommen werden. Am nächsten Tage wird das Fett bis auf das letzte Restchen fortgenommen und die gestockte Masse löffelweise in ein reines Casserol gegeben, damit man nichts vom Bodensatz mitnimmt. Diese Masse wird sodann auf die heisse Platte gestellt und entweder säuerlich mit feinem Weinessig, etwas Sherry (1—2 Theelöffel voll), Fleischextract oder Bratenjus pikant gemacht, oder mit schwach $\frac{1}{2}$ Kilo Zucker und dem Saft zweier Citronen je nach dem Geschmack des Patienten. Wenn die Masse ins Kochen kommt, so schlägt man das Weiss von 4 Eiern zu festem Schnee und gibt es mit den zerdrückten Eischalen in die kochende Masse, schlägt sie mit der Schneeruthe durcheinander, bis der Schaum ganz grau und dicht wird, schöpft ihn ab und lässt das Casserol seitwärts vom heftigen Feuer heiss stehen. Nun nimmt man eine Serviette, taucht sie in heisses Wasser, windet sie gut aus und bindet die 4 Ecken mit Spagat an die 4 Füsse eines gestürzten Küchensessels (in der Nähe vom Herde) fest, stellt eine Schüssel unter, giesst schöpflöffelweise von der Aspicmasse in die vertiefte Mitte der Serviette. Man nimmt immer wenig auf einmal, weil die Masse leicht durch die Langsamkeit des Abtropfens auskühlt und stockt. Geschieht dies dennoch, so muss man das, was sich angestockt hat, auskratzen, in das Casserol zurückgeben und die Serviette aufs Neue befeuchten und so fort.

14. Leguminosensuppen.*)

Siehe Maltosenmehle. Gleiches Verfahren.

15. Fleischsolution.

Die Leube-Rosenthal'sche Fleischsolution**) kommt im Handel in der Bereitung von Dr. Mirns in Jena in Büchsen vor. Eine solche Büchse ist, wenn geöffnet, an kühlem Ort 8—14 Tage haltbar. Der breiartige Inhalt wird mit heisser Fleischbrühe (2—4 Theelöffel auf eine Tasse) verrührt genossen (Tagesration $\frac{1}{4}$ Kilo).***)

16. Hammelfleischsuppe

gilt als ein stopfendes Mittel und wird dort gereicht, wo Rindfleischbrühe zu eiweissreich wäre. Aber in den ersten Stadien acuter Magen- und Darmentzündungen wird auch diese nicht gereicht, ebenso wenig Kalbfleischbrühe, die, obwohl ärmer an Salzen und Extractivstoffen, manchmal »aus noch nicht aufgeklärtem Grunde« Durchfälle herbeiführt. Bereitet wird sie, indem man ein schönes Stück von der Keule oder auch vom Carré (Rückenstück) auslöst, sehr sorgfältig entfettet, etwa eine Stunde vor dem Gebrauch in kaltes Wasser legt und dann mit wenig Wurzelwerk, aber ohne jegliches schärfere Gewürz wie jede andere Fleischbrühe bereitet. Man lässt sie auskühlen, um sie noch sorgfältiger zu entfetten und verwendet sie entweder klar oder über geröstete Brotschnitten geseiht oder in anderen vom Arzte gestatteten Combinationen.

17. Aleuronatmehl.

Dieses für die Küche des Diabetikers (Zuckerruhrkranken) sehr wichtige Präparat ist der stärkefreie Abfall des zur Stärkebereitung verwendeten Weizenkornes und enthält 85 Procent reinen Eiweissstoffes. Das Aleuronatmehl wird vor dem Gebrauch zum Eindicken der Gemüse, zum Brot etc. mit doppeltem Gewicht Wassers kurz eingekocht. Es kann zu allen Speisen des Diabetikers entweder ganz als Ersatz des

*) Berck, Wien, I. Wollzeile 9, Vertreter von Knorr in Bregenz, Heilbronn und St. Margarethen (Schweiz).

**) Sitzungsbericht der phys.-med. Gesellschaft zu Erlangen, 1872, 29. Juli und Berliner klin. Wochenschrift 1873.

***) Zu haben in Wien, Bären-Apotheke, Lugeck.

Mehles verwendet oder damit gemischt werden. Die alleinige Bereitungsstelle für Aleuronatmehl ist die von Hundhausen in Hamm in Westphalen, alleiniges Depot sowie Brothbereitung in Wien haben die Brüder August Fritz, Wien, I. Naglergasse 13, und Adolf Fritz, Schottengasse, sowie XVIII. Herrengasse 30. Ein Kochbüchlein mit 59 Aleuronat-Kochrecepten von der Verfasserin des Kochbuchs von Davitis ist jeder Büchse beigegeben.

18. Roggen- und Weizenkaffee.

Roggen- und Weizenkaffee wird aus gewaschenen und gerösteten Körnern bereitet und ist ein nicht unschädliches Surrogat des Kaffees da, wo der Coffeingehalt des letzteren Schaden bringen könnte und doch ein leichtes Reiz- oder Genussmittel, das namentlich bei Kindern, mit Milch gemischt, am Platze ist.

19. Reisspeise.

(Für chronisch fieberlose Krankheiten.)

Es wird eine Tasse Reis in zwei Tassen Wasser gekocht, bis er das Wasser aufgesaugt hat, sodann wird 1 Glas Moselwein mit Zucker und Citronensaft und Geschmack zu einer pikanten Limonade gemengt, dies über den Reis gegossen, noch eine Weile heiss gestellt, bis er ganz anquillt, in einen Model gedrückt, der vorher in kaltem Wasser ausgeschlenkert worden, gestürzt und mit Fruchtsaft übergossen.

(Nach Aufrecht.)

20 Aepfelspeise.

Aepfel werden sammt der Schale in kleine Stücke geschnitten, mit reichlichem Wasser, viel Zucker, Citronensaft und Citronenschale ganz zerkocht, durch ein Sieb gestrichen und zuletzt mit etwas geseihter englischer Gelatine und einem Gläschen Moselwein vermischt und in Formen ausgekühlt.

(Nach Aufrecht.)

21. Englisches Beefsteak.

(Leicht verdaulich.)

Man nimmt eine gut zweifingerdicke Schnitte abgelegenes Lendenfleisch, entfernt sorgfältig Fett und Haut, klopft sie

ganz leicht mit dem Holzhammer, legt ein Brettchen darauf und beschwert dies mit einem schweren Stein oder Mörser etc. 2 Stunden vor der Zubereitung. Nun richtet man (etwa 5 Minuten vor dem Braten des Beefsteaks) in eine tiefe kleine Schüssel ein Stück frische Butter, ziemlich viel sehr fein gehackte Petersilie und etwas Salz (für Gesunde auch Pfeffer) und stellt dies an den Rand des Herdes. Man gibt nun in eine kleine Bratpfanne von Eisenblech (nicht emaillirt) ein kleines Stück Butter, lässt sie so heiss werden, dass sie raucht und etwas brenzlich wird, gibt das schnell in Mehl gehüllte und abgeschüttelte ungesalzene Beefsteak in die Pfanne und brät es von beiden Seiten schön braun, was ungefähr 3 bis 5 Minuten dauert, wobei man niemals mit der Gabel hineinsticht. Nun legt man es in die vorbereitete Schüssel, taucht es von beiden Seiten in die darin befindlichen Ingredientien und schiebt es zugedeckt an eine heisse Stelle des Herdes, wo das Salz den Fleischsaft herauszieht und sich in 10 Minuten eine braune Brühe bildet, während das Fleisch die innere Blutfarbe verliert, ohne an Weichheit einzubüssen. Man macht immer je ein Stück und wischt die Pfanne jedesmal mit Löschpapier gut ab. Man servirt sie zugedeckt.

In England wird dieses Beefsteak auf dem Rost über Hitzglut bereitet

(Nach Mrs. Walworth.)
