



Kriegs-Kochbuch

von

Mary Hahn

Preis 1,50 Mark

Verlagsbuchhandlung M. Hahn / Wernigerode

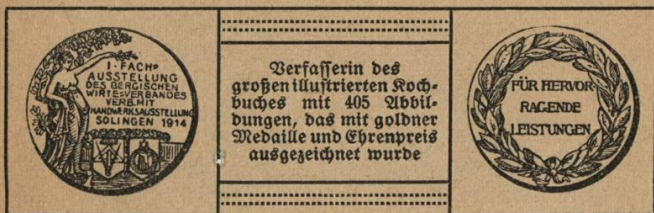
Wiener Stadt-Bibliothek

122480 A

Kriegs-Kochbuch

Von

Mary Hahn



Mit 22 praktischen Abbildungen

Preis 1 Mark

Verlagsbuchhandlung M. Hahn, Wernigerode i. Harz
(früher Frankfurt a. Main)

a 122480

Nachdruck und Übersetzung, auch einzelner Rezepte, sowie Nachahmung der Abbildungen nach dem Gesetz über das Urheber- und Verlagsrecht verboten.
Amerikanisches Copyright 1916 by
M. Sahn Verlag Wernigerode i. Harz



JN 167115

Zettlungs-Maschinensatz und Druck
von Oscar Brandstetter in Leipzig.

Vorwort.

Wer will, ist dem nicht alles möglich?

Auf vielseitigen Wunsch von Hausfrauen habe ich mich doch noch entschlossen, ein Kriegskochbuch zu schreiben, das ein Führer sein will durch die Zeit der jetzigen Lebensmittelnappheit, die der schreckliche Krieg mit sich bringt, und darüber hinaus.

Abgeschnitten von allen überseeischen Zufuhren, ist das deutsche Volk auf das angewiesen, was die deutsche Erde hervorbringt, was deutscher Fleiß erzeugt. Und damit wollen und müssen wir durchhalten und der Regierung es nicht schwerer machen, als sie es so schon hat. — Das Haus mit der Familie ist die Säule des Staates, und Pflicht der deutschen Frau ist es, nach Möglichkeit dazu beizutragen, daß diese Säule fest gefügt bleibt und nicht ins Wanken gerät.

Die Hausfrau muß jetzt noch viel mehr als bisher überlegen und erfinden, um ihre Tischgenossen zu befriedigen, ohne daß sie Schaden an der Ernährung nehmen. Einem Haushalt von 4 Personen sind jetzt 2 Pfd. Fleisch pro Woche bewilligt. Wie diese auf 2 bis 3 Mahlzeiten eingeteilt werden, zeigt der hier folgende Musterspeisezettel. Geben wir dann noch 1—2 Fischgerichte in der Woche und an den andern beiden Tagen fleischlose Kost, so ist sehr gut auszukommen. Der Hausherr wird natürlich immer den „Löwenanteil“ am Fleisch erhalten müssen. Sollten diese Fleischrationen noch verringert werden, oder sind die Mittel dazu nicht vorhanden, so greife man zu den hier gegebenen Rezepten der fleischlosen Gerichte.

Man wolle auch mein Kriegskochbuch mit Vertrauen und Geduld zu Rate ziehen und nicht mutlos werden oder gar ärgerlich, wenn einmal nicht alles erhältlich

ist, was für den Tag angegeben ist; einige Tage später ist es vielleicht schon wieder zu haben.

Selbst die erfahrene Hausfrau wird noch manchen Fingerzeig darin finden, der ihr in dieser Teuerungszeit wertvoll sein wird. Allerdings — aus Nichts kann selbst der erfinderischste Geist nichts herstellen. Aber wie viele kleine unberührte Speisereste wandern in den Mülleimer, weil man nichts damit anzufangen weiß. Seien es einige Eßlöffel Gemüse oder Fischstückchen oder 1 Eßlöffel Bratensoße, aus diesem „Nichts“ kann man noch manch schmackhaft Gericht bereiten, wie dieses Büchlein lehret.

Mögen diese Sparsamkeitsswinke auch in die so heiß-ersehnte Friedenszeit hinübergetragen werden und Segen bringen.

Im Kriegsjahr 1916.

Mary Hahn.

Das Braten des Fleisches in der fettarmen Zeit.

Das Fleisch, ob Rind-, Kalb-, Hammel- oder Schweinefleisch kann auf dreierlei Weise angebraten werden.

1. Man läßt 1 Eßlöffel Fett heiß werden, bratet darin das Fleisch mit einigen Zwiebeln recht schön braun an, wie im Rezept Nr. 2 gesagt ist, und schöpft zuletzt — bevor man die Soße sämig macht — das zum Anbraten verwendete Fett wieder ab. Es ist dadurch also nichts verschwendet worden, im Gegenteil, das Fett hat den Bratengeschmack angenommen und findet als Brotaufstrich Verwendung, oder man macht die Gemüse, wenn man sie ohne Fleisch kochen muß, damit sehr schmackhaft, wie z. B. das Kohlrabigemüse Nr. 87a.

2. Oder man legt das Fleisch ohne Fett in die trockene Pfanne oder Topf, läßt es auf heißer Herdstelle von beiden Seiten braun anbraten, gießt dann nach und nach etwas heißes Wasser dazu, bratet es zugedeckt fertig und macht dann die Soße mit Mehl sämig.

3. Oder man setzt das Fleisch mit so viel lauwarrem Wasser auf, daß es davon bedeckt ist, gibt einige in Stücke geschnittene Zwiebeln, nach Belieben auch einige Mohrrübenscheiben dazu und das nötige Salz, deckt die Pfanne zu und sorgt dafür, daß das Wasser vollständig eingekocht ist, wenn das Fleisch weich ist. Zuletzt muß jeder Tropfen Wasser verdampft sein, es kreischt dann in der Pfanne und am Boden derselben bildet sich ein brauner Saß. Und nun muß aufgepaßt werden, daß dieser Saß nicht zu braun wird und verbrennt. Ist also der Saß schön kastanienbraun, so wird das Fleisch herausgenommen, so viel heißes Wasser in die Pfanne gegossen, wie man Soße braucht (auf jedes Pfund Fleisch $\frac{1}{4}$ l gerechnet), die Pfanne aufs Feuer gesetzt, der braune Saß vom Boden und den Seiten der Pfanne mit einem nur dafür bestimmten scharfen Bürstchen vollständig losgebürstet, damit er sich in dem Wasser gut auflöst. Diese

schön braune Brühe wird dann mit ein wenig in kaltem Wasser klargerührtem Kartoffelmehl sämig gekocht und das Fleisch noch einige Minuten darin geschmort, wobei es mit der Soße begossen wird.

Wildfleisch sollte — wenn irgend möglich — mit einigen Speckscheibchen angebraten werden, andernfalls wird es wie das andere Fleisch zubereitet.

Gemüse und Soßen ohne Fett.

Gemüse. Steht uns weder Butter noch Fett zur Verfügung, so müssen wir sehr genügsam sein und die Gemüse nur mit in kaltem Wasser oder Milch klargerührtem Mehl oder mit einer geschälten rohen geriebenen Kartoffel sämig kochen.

Soßen. Bei diesen (s. S. 56) muß die übliche Mehlschwitze wegfallen und durch in Milch oder Wasser klargerührtes Mehl ersetzt werden.

Muster-Speisezettel für einen Monat.

1. Woche.

Angenommen wird, daß 2 Pfd. Schweinefleisch zur Verfügung stehen. Die Hälfte davon wollen wir diesmal als Sonntagsbraten nehmen, die andere Hälfte verwahren wir bis Mittwoch. Damit es sich hält, hängen wir es in den Eisschrank oder kochen es weich und sterilisieren es in einem großen Weckglase, oder gießen, in einen kleinen Topf oder Schüssel gelegt, $\frac{1}{2}$ Tasse Essig darüber und wenden es täglich um. Oder wir reiben es mit 2 Eßlöffel Salz tüchtig ein, legen es in ein irdenes Töpfchen, stellen es recht kalt und wenden es täglich.

Sonntag. Hafermehlsuppe mit gedörrten Kirschen, Schweinebraten mit Gurkensalat und Kartoffeln.

1. Hafermehlsuppe mit gedörrten Kirschen.

Zu 4 Teller Suppe nimmt man 2 Handvoll gedörrte Kirschen (selbstgedörrte! s. Nr. 203), läßt sie über Nacht in einem irdenen Topfe mit Wasser bedeckt weichen und

kocht sie am andern Morgen in demselben Wasser mit etwas Zitronenschale, Zimtrinde und Zucker weich. Dann wird 1 l heißes Wasser dazugegossen, und wenn es kocht, gießt man 4 Eßlöffel, mit einer großen Tasse kaltem Wasser klargequirltes Hafermehl hinein und läßt nun die Suppe ohne zuzudecken 20—30 Min. langsam kochen. Die Suppe soll sämig, aber nicht zu dick sein und angenehm säuerlich schmecken. Haben die Kirschen nicht die nötige Säure gegeben, so kann man mit Zitronensaft nachhelfen. Auch wird 1 Teelöffel Salz hinzugefügt.

2. Schweinebraten im Topf.

Das Fleisch wird mit 1 Eßlöffel Fett oder ohne Fett und 2—3 in große Stücke geschnittenen Zwiebeln von beiden Seiten schön braun angebraten, dann gesalzen und unter öfterem Begießen und Zugießen von ein wenig heißem Wasser langsam gargebraten, was 1½ Std. dauert. Eine halbe Zehe zerdrückten Knoblauch hinzugefügt, macht Fleisch und Soße sehr pikant.

Das Fleisch wird dann auf einem heißen Teller zugedeckt warm gehalten, von der Soße etwas Fett abgeschöpft, das als Brotaufstrich verwendet wird. (Das beim Anbraten hinzugefügte Fett ist also nicht verschwendet!) Dann wird so viel Wasser in den Bratensatz gegossen, als man Soße braucht, leicht mit Kartoffelmehl oder Maizena sämig gekocht, richtig nach Salz abgeschmeckt und in erwärmtem Soßennapf mit dem Fleisch zu Tisch gegeben. Dazu recht heiße Kartoffeln.

3. Gurkensalat.

Für 4 Personen werden eine große oder 2 kleine Salatgurken geschält, in feine Scheiben geschnitten, die man mit 2 Teelöffel Salz und 1 Teelöffel Zucker bestreut. Im Frühling gieße man den sich bildenden Saft nicht ab, aber im Sommer, wenn die Gurken älter sind, entferne man ihn, ohne die Gurkenscheiben zu pressen, wodurch sie schwer verdaulich würden. Dann fügt man etwas Essig, eine Messerspitze gemahlener Pfeffer und 1 Teelöffel feingehackten grünen Dill oder Petersilie oder recht fein geschnittenen Schnittlauch hinzu, mische alles gut und richte ihn recht kalt an.

Bei der jezigen Knappheit des Ols lassen wir es beim Gurkensalat weg, er schmeckt auch ohne Ol sehr gut.

Montag. Kartoffelsuppe, Spinat mit Ei.

Für 4 Personen nehmen wir 2—3 Pfd. Spinat und lassen 3 Eßlöffel voll von dem fertig gekochten Spinat für den anderen Tag zur Suppe zurück.

4. Kartoffelsuppe.

Für 4 Teller Suppe brauchen wir 1 Pfd. Kartoffeln, die geschält, in kleine Würfel geschnitten und mit kaltem Wasser bedeckt auf's Feuer gesetzt werden. Sehr fein geschnittenes Wurzelwerk kommt dazu, auch 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Fett oder Speck, ein halbes altes Brötchen und das nötige Salz, auch eine kleine Zehe zerdrückter Knoblauch, wenn man den Geschmack liebt, und nun wird das ganze langsam recht weich gekocht, was eine reichliche Stunde dauert. Das noch nötige Wasser wird nach und nach hinzugegossen, so daß es eine nicht zu dicke Suppe wird, die man zuletzt mit Pfeffer würzt und so oder durch ein Sieb gestrichen zu Tisch gibt.

Reste von Bratensoße oder Blumenkohlwasser oder Spargelwasser hinzugefügt, verbessert die Suppe sehr.

5. Spinat mit Ei.

Für 4 Personen brauchen wir 2—3 Pfd. Spinat, der gepuzt und mehrmals in viel Wasser gewaschen wird. Man kann ihn dann entweder ohne ihn abzubrühen und ohne ihn zu hacken in 2 Eßlöffel Fett weichdämpfen, wobei man nach und nach einige Eßlöffel heißes Wasser hinzugibt, auch 1 Teelöffel Zucker, und zuletzt mit ein wenig Mehl bestäubt und salzt. Oder er wird in stark kochendes Wasser getan, 5 Min. gekocht, mit dem Schaumlöffel herausgenommen, in kaltem Wasser einige Minuten gekühlt und dann ausgedrückt und fein gehackt oder durch die Fleischmaschine getrieben, und dann wie vorher angegeben gedämpft. Auch kann man eine weichgeschwitzte feingeschnittene Zwiebel hinzufügen und 2 bis 3 feingehackte Sardellen.

Beim Anrichten kann man ihn mit hartgekochten, in Viertel geschnittenen Eiern belegen oder mit einigen Scheiben geräucherten Lachs und Bratkartoffeln oder Polentascheiben (s. Nr. 111) dazu reichen.

Dienstag. Spinatsuppe von Resten, KartoffellöÙe mit Speckwürfeln.

Es werden reichlich LöÙe bereitet, die man am andern Abend in Scheiben geschnitten und gebraten mit grünem Salat dazu als Abendessen geben kann.

6. Spinatsuppe.

Für 4 Teller Suppe schälen wir 5—6 nicht zu große Kartoffeln, die gewaschen, in einem reichlichen Liter Wasser weichgekocht und mit dem Wasser dann durch ein Sieb gedrückt werden. Dann wird das Durchgestrichene wieder aufs Feuer gesetzt, der gestern zurückgestellte Spinat hinzugefügt und noch so viel heißes Wasser, daß es genügend Suppe ist. Man läÙt sie, ohne zuzudecken, damit sie schön grün bleibt, $\frac{1}{2}$ Std. langsam kochen, gibt 1 Eßlöffel abgeschöpftes Bratenfett oder anderes daran und würzt sie mit Salz und Pfeffer.

7. KartoffellöÙe mit Speckwürfeln.

2 Pfd. am Abend vorher mit der Schale gekochte Kartoffeln werden geschält, fein und locker auf dem Reibeisen gerieben oder durch die Kartoffelpresse gedrückt und halb soviel Mehl, als es geriebene Kartoffeln sind, hinzugefügt, auch etwas Salz. Beides wird tüchtig miteinander verknetet und wenn nötig einige Eßlöffel lauwarmes Wasser dazugetan. Der Teig ist gut, wenn er nicht mehr an den Händen klebt. Davon werden dann mit den in Mehl getauchten Händen apfelgroÙe runde LöÙe geformt. Wenn sie alle geformt sind, werden sie in viel kochendes Salzwasser gelegt und $\frac{1}{4}$ Std. gekocht. Dann werden sie mit dem Schaumlöffel in die GemüÙschüssel gelegt und mit feinstwürfelig geschnittenem ausgebratenen Speck begossen. Auch kann man eine feinstwürfelig geschnittene Zwiebel in dem Speck mitbraten oder Tomaten- oder SardellensoÙe extra dazu geben, oder geschmortes Backobst oder Sauerkraut.

Mittwoch. Schweinsgulasch mit Kartoffeln, Stachelbeerspeise.

Zu dem Gulasch nehmen wir das roh zurückgelegte Fleisch (s. S. 6), auch wenn es in Essig oder Salz

aufbewahrt wurde. Ist es gekocht in der Brühe sterilisiert worden, so kann man Mohrrüben Gemüse mit Kartoffeln in der Brühe kochen und zuletzt das Fleisch darin erwärmen, oder Kohlrabigemüse damit bereiten.

Von dem fertigen Gulasch legen wir 2—3 Eßlöffel voll für den andern Tag zurück.

8. Schweinsgulasch mit Kartoffeln.

1 Pfd. Schweinefleisch wird in kleine Würfel geschnitten. Im Schmortopf läßt man einen reichlichen Löffel Fett heiß werden und schwitzet darin 2—3 große, feingeschnittene Zwiebeln, läßt sie aber nicht braun werden. Dann gibt man $\frac{1}{2}$ Teelöffel Paprika, das geschnittene Fleisch und Salz dazu und läßt es dämpfen, bis es Saft gezogen hat. Dann wird ein reichlicher Löffel Mehl darübergestaubt, gut umgerührt, 2 Tassen Wasser oder, wenn man hat, saure Sahne dazugegossen und das Fleisch nun ganz langsam unter öfterem Umrühren $\frac{1}{2}$ Std. gedämpft. Dann kommen 2 Pfd. rohgeschälte in große Würfel geschnittene Kartoffeln dazu und so viel heißes Wasser, daß reichlich Soße ist, und so läßt man es langsam dämpfen, bis die Kartoffeln weich sind.

9. Stachelbeerspeise.

1 Pfd. unreife Stachelbeeren werden gepuzt und gewaschen und in reichlich Wasser mit 250—375 g Zucker und der dünnen Schale von einer Zitrone ganz langsam weichgekocht. Inzwischen hat man 6—8 Zwiebäcke in einer tiefen Schüssel gitterartig übereinandergelegt und gießt nun die Stachelbeeren heiß darüber.

Da die Zwiebäcke von dem Saft ganz durchzogen werden sollen, so müssen die Stachelbeeren sehr flüssig gekocht werden. Recht kalt zu Tisch gegeben, ist es eine wohlschmeckende erfrischende Speise.

Donnerstag. Weiße Bohnensuppe, gefüllte Eierkuchen mit Kopfsalat.

10. Weiße Bohnensuppe.

Für 4 Teller Suppe werden 250 g Bohnen am Tage vorher in kaltem Wasser eingeweicht, am nächsten Tage, mit kaltem Wasser bedeckt, ganz langsam weichgekocht,

etwa 3—4 Std. lang, damit sie ganz weich werden und zerfallen. 2—3 geschälte rohe Kartoffeln kann man gleich mit hinzufügen, damit sie auch zerkothen, ebenso etwas sehr feingeschnittenes Wurzelwerk. Oder man reibt erst in der letzten Stunde ein Stück rohe Mohrrübe und Sellerie auf dem Reibeisen und fügt es hinzu, auch so viel heißes Wasser, wie man Suppe braucht. Zuletzt erst wird sie mit Salz abgeschmeckt, dann werden 2—3 Eßlöffel Speckwürfel mit einer feingeschnittene Zwiebel ausgebraten, oder 1 Eßlöffel anderes Fett, die Suppe damit gut durchgekocht und zu Tisch gegeben.

Man kann auch in dem Fett 1 Eßlöffel Mehl hell schweizen und die Suppe damit sämig machen, was aber nicht nötig ist, wenn die Bohnen lange genug gekocht werden.

11. Gefüllte Eierkuchen.

5 Eßlöffel Mehl werden in $\frac{1}{4}$ l Milch oder halb Milch, halb Wasser zerquirt, dann 2 Eier, 1 Prise Salz und 1 Teelöffel geschmolzenes Fett hineingequirt und der Teig wenn möglich 2 Std. ruhen gelassen. Davon werden dann 4 dünne Eierkuchen gebacken.

Als Füllung werden die gestern zurückbehaltenen 3 Eßlöffel Gulasch fein gehackt, mit seiner dicklichen Soße verwendet. Sobald ein Eierkuchen



Fig. 1. Gefüllter Eierkuchen.

von unten schön braun und knusperig gebacken und die obere Seite trocken ist, wird diese mit dem vierten Teil der Füllung bestrichen, der Kuchen zusammengelegt oder gerollt und auf einer andern Pfanne oder der erwärmten Auftragschüssel in der Röhre warm gehalten, bis alle vier fertig sind.

12. Kopfsalat.

Grünen Salat gebe man recht reichlich, da er nicht teuer und der Gesundheit sehr zuträglich ist. Er muß sehr sauber gewaschen werden. Man vermeide dabei, sowie auch beim Anmachen, das Zusammenpressen, damit er schön locker bleibt und nicht zusammenfällt. Er wird

mit nicht zu viel Essig, etwas Salz und Zucker und etwas Öl oder ausgebratenem Speck angemacht, 1 Eßlöffel voll davon genügt für eine große Schüssel Salat. Einen feinen Geschmack erhält er durch Hinzufügen von etwas feingehacktem grünen Kerbel und Borretsch oder feingeschnittenem Schnittlauch.

Freitag. Kartoffelsuppe, Fisch mit Mostriichsoße und Kartoffeln.

Für 4 Personen kaufen wir 2 Pfd. Fisch oder mehr, wenn es die Mittel erlauben und lassen $\frac{1}{2}$ Pfd. von dem gekochten Fisch mit Fischwasser bedeckt zum andern Tage zurück, ebenso auch einige Kartoffeln.

Kartoffelsuppe.

Wie Nr. 4.

13. Fisch mit Mostriichsoße.

1 Schellfisch oder Kabeljau wird geschuppt, sauber ausgenommen und in so viel kochendes Salzwasser gelegt, daß er bedeckt ist. Wenn das Wasser dann wieder kocht, wird der Topf zugedeckt zur Seite gerückt, wo das Wasser wohl kochend heiß bleibt, aber nicht mehr kochen kann. So läßt man den Fisch ziehen, bis sich die Rückenflossen leicht herausziehen lassen, dann ist er gar. Man nimmt ihn vorsichtig auf dem Fischheber oder mit 2 Schaumlöffeln heraus auf die Anrichteschüssel und schmückt mit einigen Petersilienzweigen oder grünen Salatblättern.

Recht gut abgedampfte Kartoffeln gibt man dazu.

Mostriichsoße (s. Nr. 136).

Sonnabend. Brotsuppe, Fischbuletten mit warmem Kartoffelsalat.

14. Brotsuppe.

$\frac{1}{4}$ Pfd. altes Brot wird mit $\frac{1}{2}$ l kaltem Wasser erweicht, dann noch $1\frac{1}{2}$ l Wasser oder Weißbier oder süßes Braunbier hinzugefügt, sowie auch 1 Teelöffel Kümmel und das nötige Salz. So läßt man die Suppe ganz lang-

sam sämig kochen, wenn nötig, hilft man mit 1 Teelöffel Kartoffelmehl, das man in ein wenig kaltem Wasser aufgelöst hat, nach. Statt Kümmel kann man 2 Eßlöffel Zucker darantun.

15. Fischbuletten.

$\frac{1}{2}$ Pfd. gestern zurückgebliebener Fisch wird aus der Brühe genommen, in kleine Stücke gehackt, $\frac{1}{2}$ Pfd. gestern übriggebliebene gekochte Kartoffeln werden gerieben oder mit der Gabel fein zerdrückt hinzugefügt, auch ein eingeweichtes, ausgedrücktes Brötchen, 1 Ei und Pfeffer und Salz, gut gemischt, ohne viel zusammenzudrücken daumendicke runde Buletten daraus geformt und in heißem Fett oder Öl langsam von beiden Seiten schön braun gebraten. Ist die Masse zu weich, so mischt man etwas geriebene Semmel oder geriebenes Brot darunter. Zu warmem Kartoffelsalat, recht saftig zurechtgemacht, oder zu Sauerkraut oder zu Spinat schmecken sie ganz vorzüglich.

2—3 feinzerrückte Sardellen oder ein Stück feingehackter Hering, unter die Masse gemischt, macht die Buletten noch pikanter.

16. Warmer Kartoffelsalat.

Mit der Schale gekochte Kartoffeln werden geschält, noch heiß in Scheiben geschnitten und in einer Kasserolle, in der man eine dem Salat entsprechende Menge Essig mit Wasser verdünnt, Salz, Pfeffer, 1 Eßlöffel Zucker, eine feinwürfelig geschnittene Zwiebel und etwas Öl oder ausgebratenen Speck heißgemacht hat, geschwenkt. Ist weder Öl noch Speck vorhanden, so geht es ohne diese. Der Salat muß saftig, nicht trocken sein. Etwas sehr feingehackter, grüner Dill oder feingeschnittener Schnittlauch verbessert ihn noch.

2. Woche.

Diese Woche müssen wir mit $1\frac{1}{2}$ Pfd. Fleisch auskommen, weil wir auch Fett zum Braten und Kochen brauchen. Wir kaufen also $1\frac{1}{2}$ Pfd. Rindfleisch vom Kamm oder Querrippe — die sehr ergiebig ist — und $\frac{1}{2}$ Pfd. Rindertalg. Damit wir bei dem Talgausbraten

so wenig wie möglich Abfall haben, schneiden wir es in kleine Stücke und treiben es durch die Fleischmaschine. Wenn es dann ganz langsam ausgebraten wird, es kann auch eine ganze Zwiebel mitgebraten werden, so bleiben fast gar keine Grieben zurück. Die wenigen kann man darin lassen oder auch mit der Zwiebel, auf dem Schaumlöffel gut ausgedrückt, zurücklegen, um die Griebenschnitzel (Nr. 124) davon zu bereiten. Man zaubert dadurch wieder ein „Fleischgericht“ hervor, das nahrhaft und als Beilage zu Gemüse nicht zu verachten ist.

Von dem Fleisch wird 1 Pfd. in milden Essig mit einigen Zwiebel- und Mohrrübenscheiben gelegt und kaltgestellt, aufbewahrt, damit wir am Mittwoch einen Schmorbraten machen können. Das halbe Pfund Fleisch, das uns noch bleibt, verwenden wir heute als Sonntagsgericht zu den Bistfels.

Sonntag. Graupensuppe mit Spargel oder Sellerie, gehackte Bistfels oder Bratklopse mit geschmorten Gurken und Kartoffeln, Flammeri mit Himbeersaft.

17. Graupensuppe mit Spargel oder Sellerie.

4 Eßlöffel Graupen werden gewaschen und mit 1 l kaltem Wasser — am besten in einem irdenen Topfe — langsam weich und dickschleimig gekocht. Dann gibt man einige Spargelstückchen oder streifig geschnittenen jungen Sellerie dazu, füllt noch so viel heißes Wasser dazu, als man Suppe braucht und läßt sie noch eine gute halbe Stunde kochen. Man würzt sie mit Salz und einem Löffel Butter und kann sie auch noch mit 1 Eigelb abziehen.

18. Gehackte Bistfels oder Bratklopse.

Das halbe Pfund Rindfleisch wird in Stücke geschnitten und roh durch die Fleischmaschine getrieben, ebenso ein großes Stück Rindertalg oder Speck oder fetter Schinken. (Wenn kein Talg oder Speck vorhanden ist, geht es auch ohne diese.) 2 alte Brötchen, eingeweicht

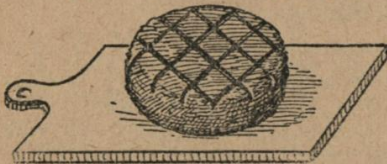


Fig. 2. Gehacktes Bistfels.

und fest ausgedrückt, oder anstatt dieser 6 gekochte geriebene Kartoffeln werden hinzugefügt, auch 1—2 Eier, 2 gehackte geschwitzte Zwiebeln, Salz, Pfeffer, ein wenig Muskatnuß und 2 Eßlöffel kaltes Wasser, und wenn die Masse zu weich sein sollte, auch etwas geriebenes Brot oder Semmel. Das alles wird gut gemischt, nicht zu große Kugeln davon geformt, die man etwas flach drückt, mit dem Messer einkerbt, in Mehl taucht und in heißem Fett oder Öl von beiden Seiten schön braun bratet.

19. Geschmorte Gurken.

Hierzu kann man dicke Gurken nehmen, die sich zu Gurkensalat weniger eignen. Für 4 Personen braucht man 2 ziemlich große Gurken. Man schält sie, schneidet sie der Länge nach in Hälften, schabt das Kerngehäuse heraus und schneidet sie wie Sengurken in fingerlange, zweifingerbreite Stücke. Sie werden in einen flachen breiten Topf gelegt mit 1 Eßlöffel Speck oder Fett, etwas Essig, Pfeffer und Salz, $\frac{1}{2}$ Eßlöffel Zucker und so viel Wasser, daß sie nicht ganz davon bedeckt sind, und unter öfterem Wenden weich geschmort, jedoch nicht zu weich. Wenn sie glasig geworden sind, so sind sie fast gar, was $\frac{1}{2}$ Std. dauert. Die kurze Brühe wird dann, wenn nötig, mit Wasser verlängert, mit leichtgebräunter Mehlschwitze oder mit in Wasser klargerührtem Mehl sämig gemacht und die Gurken in dieser Soße zu Tisch gegeben. Ein wenig gehackte grüne Petersilie wird darübergestreut.

20. Flammeri.

4 Tassen Milch oder halb Milch, halb Wasser läßt man mit der dünn abgeschälten Schale einer halben Zitrone, 3 Eßlöffel Zucker und $\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz auf gelindem Feuer langsam zum Kochen kommen, damit der Geschmack der Zitronenschale ausziehen kann. Dann wird die Schale entfernt, unter stetem Rühren 5—6 Eßlöffel Grieß hineingerührt und unter fortgesetztem Rühren ein steifer Brei davon gekocht. Hat man 1—2 Eiweiß, so schlage man sie zu steifem Schnee und ziehe ihn unter den heißen Grießbrei, was ihn locker macht. Man füllt ihn am besten in Tassen, die man mit kaltem

Wasser ausgeschwenkt hat, damit er sich dann besser stürzen läßt, und stellt ihn kalt.

Beim Anrichten braucht man ihn nur am oberen Rande der Tassen mit dem Messer etwas zu lösen, damit er sich leicht stürzen läßt. Himbeersaft oder anderer Obstsaft als Soße recht kalt dazu gegeben, macht diese einfache Speise sehr wohllichmeckend.

Montag. Haferflockensuppe, grüne Bohnen mit Matjeshering oder mit gebratenem Salzhering und Kartoffeln.

21. Haferflockensuppe.

Zu 4 Teller Suppe setzt man 4 reichliche Eßlöffel Haferflocken mit $\frac{1}{2}$ l kaltem Wasser auf, läßt sie auf schwachem Feuer ohne zuzudecken langsam $\frac{1}{2}$ Std. kochen, bis sie schön dicksamig ist, achte dabei aber sehr darauf, daß die Suppe nicht überkocht, wozu sie sehr geneigt ist, und bewahre sie durch öfteres Umrühren vor dem Anbrennen. Dieser dickschleimige Brei wird dann mit 1 l heißer Milch oder Wasser verdünnt, ganz wenig gesalzen und reichlich gezuckert, nochmals gut durchgekocht und so zu Tisch gegeben.

22. Grüne Bohnen mit Matjeshering.

2—3 Pfd. zarte grüne Bohnen werden abgefädelt, gewaschen und dann fein geschnitzelt. In den Schmortopf wird eine feingeschnittene Zwiebel und 2—3 Eßlöffel Fett oder Öl getan, die Bohnen dazugelegt und ohne Salz und ohne Wasser auf gelindem Feuer weichgedämpft. Nur wenn nötig wird ein wenig heißes Wasser dazugegossen, damit sie nicht anbrennen. Wenn sie weich sind, wird 1 Eßlöffel feingehacktes Bohnenkraut und Petersilie hinzugesügt und leicht gesalzen zu Tisch gegeben. Auch kann etwas Schwitzmehl damit vertocht werden, doch schmecken sie besser ohne dieses.

2 Matjesheringe werden abgezogen, in Hälften geschnitten, auf länglicher flacher Schüssel wieder zusammengelegt und mit etwas Petersilie an den Köpfen geschmückt. Oder man gibt gebratene Salzheringe dazu. (S. diese Nr. 130.)

Dienstag. Weiße Bohnensuppe mit Backpflaumen,
Bandnudeln mit Käse.

23. Weiße Bohnensuppe mit Backpflaumen.

$\frac{1}{2}$ Pfd. weiße Bohnen werden tags vorher in kaltem Wasser eingeweicht, am andern Tage mit 1 l kaltem Wasser aufgesetzt und auf gelindem Feuer 3 Stunden gekocht, wobei nach und nach, wenn nötig, etwas heißes Wasser dazugegossen wird; zuletzt erst werden sie ganz leicht gesalzen.

Ebenso hat man am Abend vorher 2 Handvoll gedörrte Pflaumen (selbstgedörrte s. Nr. 202) mit kaltem Wasser bedeckt eingeweicht und am andern Morgen in demselben Wasser mit etwas Zimtrinde, Zitronenschale und 3 Eßlöffel Zucker ganz langsam weichgekocht. Sie werden dann mit ihrer Brühe zu den weichgekochten Bohnen gegossen, die Suppe, wenn nötig, noch mit heißem Wasser oder mit etwas Rotwein verdünnt und zu Tisch gegeben.

24. Bandnudeln mit Käse (s. Nr. 105).

Mittwoch. Reis- oder Grießsuppe, Schmorfleisch mit gedörrten Apfelingeln und Kartoffeln.

25. Reissuppe.

Für 4 Teller Suppe werden 2 Eßlöffel Reis gebrüht, dann mit $1\frac{1}{2}$ l kaltem Wasser aufs Feuer gesetzt, etwas feinnudelig geschnittenes Wurzelwerk und das nötige Salz hinzugefügt und ganz langsam eine gute Stunde gekocht. Zuletzt wird die Suppe mit ein wenig hellem Schwißmehl sämig gemacht.

1—2 Tomaten, roh durch ein Haarsieb gestrichen, hinzugefügt, geben der Suppe einen guten Geschmack und schönes Aussehen.

26. Schmorfleisch.

Das in Essig gelegte Fleisch (s. S. 14) wird entweder mit dem Essig und Wurzelwerk und etwas Wasser aufgesetzt und langsam weich und braun geschmort, oder man nimmt es aus dem Essig, bratet es im Schmortopf mit etwas Rindertalg oder Speck und 3—4 Zwie-

beln schön braun an, salzt es, gießt den Essig mit dem Wurzelwerk und etwas Wasser dazu und dämpft es langsam weich. Die zuletzt kurz eingesmorte Soße wird mit etwas Wasser verlängert und mit Kartoffelmehl leicht sämig gemacht.

27. Apfelringe gedämpft.

$\frac{1}{2}$ Pfd. gedörrte Apfelringe (selbstgedörrte s. Nr. 201) werden in einem irdenen Topfe — der davon nur halbvoll sein darf, da sie sehr aufquellen —, mit kaltem Wasser reichlich bedeckt und etwas Zitronenschale ganz langsam weichgekocht, was 1 Std. dauert. Darin rühren darf man nicht, da sie nicht zerfallen sollen. Dann streut man 4 Eßlöffel Zucker und $\frac{1}{2}$ Teelöffel gestoßenen Zimt darüber, schwenkt sie vorsichtig um, läßt sie noch ein Weilchen stehen, damit der Zucker gut durchzieht, und gibt sie lauwarm zu Tisch.

Diese Apfelringe werden wie Gemüse zum Fleisch gegessen und dürfen daher nicht viel Flüssigkeit haben.

Donnerstag. Reisschnitzel mit Spargelgemüse und Kartoffeln, frische Kirschen.

28. Reisschnitzel.

150 g Reis wird gebrüht, in 1 l Milch oder Wasser langsam weich und dick gekocht, nach dem Erkalten mit $\frac{1}{4}$ Pfd. feingehacktem, gekochtem Schinken und dem nötigen Salz vermischt, fingerlange, zweifingerbreite, daumendicke Schnitzel davon geformt, die in Ei und geriebenes Brot oder Semmel getaucht, in Fett oder Öl schön braun gebraten werden. Mischt man unter den Reis ein zerquirktes Ei, so braucht man die Schnitzel nur in Mehl zu tauchen.

Auf dieselbe Weise kann man die Schnitzel auch von dickgekochter Graupe oder von Haferflocken bereiten.

29. Spargelgemüse.

2 Pfd. Spargel werden sorgfältig geschält, in 4 bis 5 cm lange Stücke geschnitten, gewaschen und mit so viel Wasser aufgesetzt, daß er kaum davon bedeckt ist, ein wenig Salz hinzugefügt, auch 1 Stückchen Zucker, und langsam weichgekocht. Dann wird etwas helle Mehlschwitze damit verkocht, so daß das Gemüse gut sämig ist. Wenn

es die Verhältnisse erlauben, so kann man es noch mit 1 Eigelb abziehen.

Freitag. Erbsensuppe, Rührei mit grünem Salat und Kartoffeln.

30. Erbsensuppe.

$\frac{1}{2}$ Pfd. gelbe, ungeschälte Erbsen werden verlesen, gewaschen und über Nacht in kaltes Wasser gelegt, am andern Morgen mit frischem Wasser, 1 Stück Sellerie und 1 Mohrrübe langsam weichgekocht und durch ein Sieb gestrichen. Dann wird die Suppe mit Wasser verdünnt, das nötige Salz, ein wenig zerriebener Majoran oder Thymian und etwas ausgebratener Speck oder Fett dazugesetzt und die Suppe über gerösteten Semmelwürfeln angerichtet.

Eine klein geschnittene Zwiebel in etwas Speck oder Butter und 1 Teelöffel Zucker ganz braun geschwitzt, etwas Wasser hinzugefügt und durch ein Sieb an die Suppe gegeben, kräftigt und färbt sie sehr.

31. Rührei.

Für 4 Personen müssen wir 6 Eier nehmen, die mit 6 Eßlöffel Milch oder Wasser zerquirlt und leicht gesalzen werden.

In der Pfanne läßt man 1 Eßlöffel Butter, Speck oder Fett heiß werden, gießt die Eier hinein und rührt sie auf schwachem Feuer strichweise mit dem Holzlöffel von der Pfanne los, bis keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist, sie müssen weich und großflockig und nicht trocken sein.

Man kann das Rührei auch ohne Fett bereiten, indem man die in einem Milchtopfe zerquirlten Eier mit dem Topf in kochendes Wasser stellt und mit dem Holzlöffel langsam rührt, bis sie flockig sind.

Kopfsalat.

Siehe diesen Nr. 12.

Sonnabend. Gemüsesuppe, neue Kartoffeln mit Matjeshering.

32. Gemüsesuppe.

In 1 Eßlöffel ausgelassenem Speck oder Fett dämpft man 2 Handvoll zarte, feingeschnittene grüne Bohnen

weich, ohne Wasser, aber mit 2—3 schön roten Tomaten, denen man die Haut abgezogen hat, und einer feingeschnittenen Zwiebel. Dann gibt man $1\frac{1}{2}$ l kochendes Wasser und einige rohe in Scheiben geschnittene Kartoffeln, das nötige Salz und vielleicht noch 1—2 Eßlöffel Sago dazu, der die Suppe bindet, und läßt sie noch $\frac{1}{2}$ Std. kochen. In die Suppenterrine legt man einige dünne, geröstete, mit Knoblauch eingeriebene Weißbrotscheiben und gießt die heiße Suppe darüber.

33. Neue Kartoffeln mit Matjeshering.

Die Kartoffeln werden sehr sauber gewaschen, mit kaltem Wasser bedeckt, sehr aufmerksam gekocht, bis die Schalen leicht plazen, dann abgegossen, auf dem Feuer unter öfterem Umschütteln, ohne zuzudecken, gut abgedampft und recht heiß zu Tisch gegeben.

2 Matjesheringe werden abgezogen, ausgenommen, in Hälften geschnitten und auf der Schüssel mit Petersilie geschmückt.

3. Woche.

Diesmal konnten wir vielleicht 1 Pfd. Hammelfleisch kaufen und 1 Pfd. Kalbsbrust oder Schulter. Das Hammelfleisch hängen wir bis Mittwoch in den Eisschrank. Wo keiner vorhanden ist, muß es weichgekocht und in der Brühe in einem Beckglase sterilisiert werden.

Das Kalbfleisch wird gekocht und in Soße (s. Nr. 131) zu Tisch gegeben oder wir machen nachstehendes, sehr wohlschmeckendes Ragù davon.

Sonntag. Kalbsbrustragu und Kartoffeln, Kirschenpudding.

34. Kalbsbrustragu.

Das Pfund Kalbfleisch wird in nußgroße Stücke geschnitten, in 2 Löffel heißem Fett mit 10—12 kleinen jungen Zwiebeln (ohne das grüne Lauch), die man ganz läßt, schön braun angebraten. Dann werden die Zwiebeln herausgenommen, die man erst später wie-

der dazutut, damit sie nicht zu weich werden, bestäubt das Fleisch mit 2 Eßlöffel Mehl, läßt es hellgelb schwizen, fügt eine abgezogene frische, in Stücke geschnittene Tomate hin-



Fig. 3. Kalbsbrustragu.

zu und wenn man will, auch 1 Behe zerdrückten Knoblauch, welcher dem Gericht einen pikanten Geschmack gibt. Man würzt noch mit Salz und Pfeffer, gibt so viel heißes Wasser dazu, daß das Fleisch bedeckt ist, und läßt es 20 Min. dämpfen. Dann gibt man die angebratenen Zwiebeln wieder dazu, sowie die Kerne von 2 Pfd. jungen Schoten, auch eine Handvoll zarte Schotenschalen, von denen man das innere zähe Häutchen abgezogen hat, und 1 Teelöffel Zucker und läßt alles zugedeckt auf gelindem Feuer weichdämpfen, was ungefähr 1 Std. dauert.

Anstatt der Schotenkerne kann man junge Karotten oder — was noch feiner ist — Edelpilze oder Pfefferlinge hinzufügen. Das Gericht ist sehr gut, es muß soßig genug sein und muß vor dem leichten Anbrennen bewahrt werden. Darum ist es ratsam, den Topf in kochendes Wasser zu stellen, nachdem das Gemüse hinzugesügt wurde. Die Kartoffeln werden extra dazu gegeben.

35. Kirschenslammeri.

1 Pfd. saftige Sauerkirschen werden entkernt, mit $\frac{3}{4}$ l Wasser, 4 Eßlöffel Zucker, Zitronenschale und 1 Stück Zimtrinde weichgekocht, durch ein Sieb gestrichen, mit 100 g mit etwas Wasser angerührtem Reismehl, Reiszgriß oder Kartoffelmehl unter stetem Rühren zu einem dicken Brei gekocht, den man in einen mit Wasser ausgeschwenkten Napf oder Form oder in Tassenköpfe füllt und erstarren läßt. Beim Anrichten wird er gestürzt und mit Milchsoße, der man etwas Mandelgeschmack gegeben hat, zu Tisch gegeben.

Montag. Hafermehlsuppe, Heringskartoffeln oder Kartoffelgulasch.

36. Hafermehlsuppe.

Für 4 Teller Suppe läßt man 1 l Wasser kochen, quirlt 4 Eßlöffel Hafermehl in $\frac{1}{2}$ l kaltem Wasser klar und rührt es an das kochende Wasser, läßt es ganz langsam und ohne zuzudecken 20—25 Minuten kochen und schmeckt die Suppe verhältnismäßig reichlich mit Salz ab; sie muß gut sämig, aber nicht dick sein.

37. Kartoffelgulasch.

$\frac{1}{4}$ Pfd. geräucherter Speck wird in kleine Würfel geschnitten, auch 2 große Zwiebeln und beides leicht angebraten. Dann wird $\frac{1}{2}$ Teelöffel Paprika, einige in Stücke geschnittene Tomaten, 2 Pfd. rohe, geschälte, in Würfel geschnittene Kartoffeln, Salz, $\frac{1}{4}$ l Wasser und 1 Zehe zerdrückter Knoblauch hinzugesügt und langsam geschmort, bis die Kartoffeln weich sind. Sollte der Gulasch zu dick werden, so muß noch etwas heißes Wasser dazugegossen werden.

Dienstag. Kopfsalat oder Spinat mit falschen Schnitzeln und Kartoffeln, Erdbeeren.

38. Kopfsalat, gedämpft.

Für 4 Personen nehmen wir 6 feste Salatköpfe, entfernen nur den unteren Wurzelstrunk und etwaige schlechte Blätter, waschen ihn sehr sorgfältig und schneiden jeden querüber nudelig oder jeden der Länge nach in Viertel und dämpfen ihn in 2 Eßlöffel Fett weich, was 1 Std. dauert, wobei man etwas heißes Wasser und Salz hinzusügt. Dann wird das Gemüse ganz leicht mit Schwitzmehl sämig gemacht.

Falsche Schnitzel.

Man wähle beliebige Schnitzel von Seite 50—53.

Mittwoch. Kirschenkalttschale, Hammelfleisch mit grünen Bohnen und Kartoffeln.

39. Kirschenkalttschale.

1 Pfd. recht reife Sauerkirschen werden entfernt, mit den aus den harten Schalen genommenen, gestoße-

nen Kernen, etwas Zimtrinde und Zitronenschale in 1 l Wasser weichgekocht und durch ein Haarsieb gestrichen. Einige ganze Kirschen läßt man davon als Einlage zurück. Die Suppe wird mit dem nötigen Zucker gesüßt, und sollte sie nicht sämig genug sein, mit etwas Kartoffelmehl aufgekocht. Beim Anrichten legt man in die recht kalte Suppe die zurückgelegten ganzen Kirschen und einige Zwiebackbröckchen oder Semmelflößchen.

40. Hammelfleisch mit grünen Bohnen.

Das Pfund aufbewahrtes Hammelfleisch wird recht weichgekocht, was 2 Stunden dauert. 2 Pfd. grüne Bohnen werden sorgfältig abgefädelt, sauber gewaschen, in Stücke gebrochen oder fein geschnitten, mit der Hammelbrühe weichgekocht, mit Schwitzmehl sämig gemacht oder mit in kaltem Wasser klargerührtem Mehl, wenn das Fett zu knapp ist und mit 1 Eßlöffel feingehacktem Bohnenkraut und Petersilie gewürzt.

Die Kartoffeln können extra dazugegeben oder gleich mit den Bohnen gemischt werden.

Donnerstag. Mohrrüben und Schoten mit Pilzbratlingen und Kartoffeln, rote Grütze mit Vanillesoße.

41. Mohrrüben mit Schotenkernen.

Die gepuzten und gewaschenen Mohrrüben werden in schmale Streifen oder kleine Würfel geschnitten und mit den frisch ausgehülsten Schotenkernen zusammen, mit Wasser reichlich bedeckt, langsam weichgekocht, zuletzt wird ein wenig Salz und etwas Zucker dazugetan und mit Schwitzmehl oder in Wasser klargerührtem Mehl sämig gemacht. Beim Anrichten wird etwas feingehackte Petersilie darübergestreut. Gekochte Kartoffeln können extra dazu gegeben oder gleich mit dem Gemüse vermischt werden.

42. Pilzbratlinge.

Die Köpfe von Steinpilzen werden gepuzt, gewaschen, leicht mit Pfeffer und Salz bestreut, in Ei getaucht, dann in geriebener Semmel gewälzt und in heißem

Öl oder Fett schön braun gebraten. Sie ersetzen das Fleisch vollständig.

Oder man treibt einen Teller voll Pfefferlinge durch die Fleischmaschine, und dämpft sie 10 Min. in ein wenig Fett. Nach dem Auskühlen werden sie mit einem in Milch geweichten Brötchen, 1 Ei, Pfeffer und Salz und wenn nötig noch mit Reibbrot vermischt, kleine Schnitzel oder Plätzchen davon geformt und in Fett oder Öl gebraten.

Note Grüze mit Vanillesauce Nr. 146.

Freitag. Tomatensuppe mit Reis, Kabeljanschwanz im Ofen gebraten mit Spinat und Kartoffeln.

43. Tomatensuppe mit Reis.

Man schneidet eine Zwiebel in kleine Würfel und schwitzt sie in 1 Löffel Fett weich, aber nicht braun, fügt 1 Pfd. rote in Stücke geschnittene Tomaten hinzu, denen man die Haut abgezogen hat, und läßt sie zu Brei dämpfen. 3 Eßlöffel Reis werden verlesen, gebrüht und zu den Tomaten gegeben, sowie auch $1\frac{1}{2}$ l Wasser und Salz, und 1 Std. ganz langsam gekocht.

44. Kabeljau im Ofen gebraten.

Hierzu nehmen wir am besten von einem dicken Kabeljau das Schwanzstück von ungefähr 3 Pfd. Dieses Stück ist das fetteste und beste Stück des Fisches. Für den Mittagstisch brauchen wir für 4 Personen 2 Pfd. Das übriggebliebene Pfund legen wir in Essig mit Gewürzkörnern und 1 Lorbeerblatt und gewinnen dadurch vielleicht für den Sonntagabend mit Bratkartoffeln dazu ein Abendessen. Der Fisch wird also geschuppt gewaschen, gut mit Salz eingerieben und bestreut, nach einer Stunde abgetrocknet, mit zerlassener Butter oder Fett oder mit Öl bestrichen, in Mehl gewälzt und mit 1 Eßlöffel Butter, Fett oder Öl in der Pfanne im Ofen gebraten, was bei guter Ofenhitze 20 Min. dauert. Der sich bildende Fischsaft wird als Soße gegeben. Dazu Spinat und Kartoffeln.

Spinat.

Wie Nr. 5.

Sonnabend. Spinatsuppe, Haferschmizel mit gedämpftem Obst.

Spinatsuppe von Nesten.

Wie Nr. 6.

45. Haferflockenbrätlinge.

3 Obertassen voll Haferflocken werden mit $\frac{1}{2}$ l kaltem Wasser 3 Stb. eingeweicht, dann mit 2—3 Eiern, Zucker und Salz nach Geschmack und $\frac{3}{4}$ Tasse Mehl tüchtig verrührt. Von dieser Masse werden in heißem Fett oder Öl kleine Kuchen wie Puffer gebacken und mit gedämpftem Obst oder mit Apfelmus zu Tisch gegeben.

Oder ohne Eier: Man röstet 6 Eßlöffel Haferflocken in 1 Löffel Fett hellgelb, kocht sie mit wenig Wasser zu dickem Brei und läßt ihn erkalten. Dann werden 2 Eßlöffel Mehl, 1 eingeweichte, ausgedrückte Semmel und Salz daruntergemischt, längliche oder runde Brätlinge geformt und in Fett oder Öl gebraten.

4. Woche.

Wir kauften für diese Woche 1 Pfd. Rinderkamm oder ein anderes Stück, $\frac{1}{2}$ Pfd. Schweinebauch und $\frac{1}{2}$ Pfd. Fett.

Das Fett wird ausgebraten, wie Seite 14 angegeben ist. Der Schweinebauch wird bis Mittwoch kühl aufbewahrt, nachdem man ihn mit 1 Eßlöffel Salz kräftig eingerieben hat. Das Rindfleisch wird heute gekocht.

Sonntag. Aprikosensuppe mit Schneeklößchen, gekochtes Rindfleisch mit Schnittlauchsoße und Kartoffeln, Erdbeeren oder eingemachte Birnen.

46. Aprikosensuppe mit Schneeklößchen.

6 Eßlöffel Aprikosenmarmelade werden mit $1\frac{1}{4}$ l Wasser gut durchgekocht, mit einem Eßlöffel in kaltem Wasser klargerührtem Kartoffelmehl sämig gekocht und mit dem etwa noch nötigen Zucker und Zitronensaft im Geschmack gehoben. 1—2 Eiweiß werden zu recht festem

Schnee geschlagen, mit dem Eßlöffel Klößchen davon abgestochen, die man nebeneinander auf die kochend-heiße Suppe legt, mit feinem Zucker reichlich bestreut und fest zugedeckt zur Seite gerückt garziehen läßt, ohne zu kochen. Wenn sie sich trocken anfühlen, so sind sie gar, was $\frac{1}{4}$ Std. dauert. Man legt dann die Klößchen einzeln in die Terrine und gießt die Suppe vorsichtig dazu.

47. Gekochtes Rindfleisch.

Das Pfund Rindfleisch wird mit Wasser reichlich bedeckt ganz langsam weichgekocht, was 2—3 Std. dauert. In der letzten Stunde wird etwas Suppengrün und das nötige Salz hinzugefügt. Die Brühe kann dabei langsam so weit einkochen, daß gerade genug vorhanden ist, um genügend Soße zu machen.

48. Schnittlauchsoße.

In 1 Eßlöffel Butter oder Fett läßt man $1\frac{1}{2}$ Eßlöffel Mehl hell schwizen, gibt 2—3 Eßlöffel feingeschnittenen Schnittlauch dazu, läßt ihn mit dem Mehl zusammen einige Minuten schwizen, füllt nach und nach die durch ein Sieb gegossene Fleischbrühe darauf und rührt davon eine gut sämige Soße, die man gut durchkochen läßt.

Montag. Dillkartoffeln, Blaubeerspeise.

49. Dillkartoffeln.

2—3 Pfd. Kartoffeln werden geschält, in dicke Scheiben geschnitten und in Salzwasser gargekocht. Von 2 Eßlöffel Fett oder Öl und 3 Eßlöffel Mehl wird gelbe Mehlschwitze bereitet, in der man 1 Handvoll feingehackten grünen Dill einige Minuten mitschwizen läßt. Dann wird das Wasser von den gekochten Kartoffeln mit der Mehlschwitze verkocht und die Kartoffelscheiben damit vermischt. Etwas Salz, Zucker und Essig kann man nach Geschmack dazutun und zuletzt auch einige Scheiben kleingeschnittene Wurst, wenn man sie hat.

50. Blaubeerspeise.

1 Pfd. Heidelbeeren werden verlesen, gewaschen, mit 2 Tassen Wasser, 4—5 Eßlöffel Zucker, Zitronenschale

und Zimtrinde 5 Minuten gekocht. 6—7 Zwiebäcke hat man in einer tiefen Schüssel gitterartig übereinandergelegt, gießt die heißen Heidelbeeren mit ihrem Saft darüber und stellt die Speise kalt.

Dienstag. Mohrrübensuppe, rohe Bratkartoffeln mit Gurkensalat.

51. Mohrrübensuppe.

1 Pfd. Mohrrüben werden gepuzt, in schmale Streifen oder dünne Scheiben geschnitten und mit 1 Pfd. rohen Kartoffelscheiben mit Wasser bedeckt weichgekocht. Eine feingeschnittene Zwiebel wird mit etwas gehackter Petersilie in 1 Löffel Fett hell geschwitzt und zuletzt an die Suppe getan. Diese wird dann durch ein Sieb gestrichen, mit Salz und 1 Teelöffel Zucker abgeschmeckt, noch einmal heiß gemacht und zu Tisch gegeben.

52. Rohe Bratkartoffeln mit Gurkensalat.

Kurz vor dem Anrichten erst werden die kaltgelegten Gurken geschält, sehr fein gehobelt oder so fein geschnitten, daß man das Messer durch die Scheiben schiebt, dann schnell mit Salz und Zitronensaft oder Essig und ein wenig Zucker vermischt, nach Belieben auch etwas feingehackter grüner Dill oder sehr feingeschnittener Schnittlauch hinzugefügt. Öl wird nicht dazugetan, der Gurkensalat schmeckt ohne dieses erfrischender.

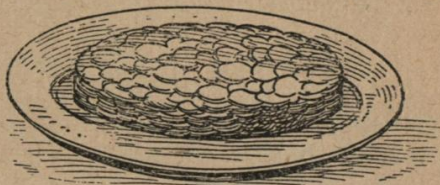


Fig. 4. Rohe Bratkartoffeln.

Auf dem Gurkenhobel werden mittelgroße, rohe, geschälte Kartoffeln feinscheibig geschnitten, leicht mit Salz durchmengt und in der Kotelettpfanne in heißem Öl oder Fett gebraten. Dabei wird die Pfanne zugedeckt und wenn die untere Seite der nicht gar zu dicken Kartoffelschicht braun geworden ist, wird das Ganze gewendet und auch die andere Seite gebraten. Es ist für den Sommer ein gutes Mittagessen, wenn reichlich Gurkensalat gegeben wird. Das Fleisch wird kaum vermist. Für 4 Personen muß man auf zwei Pfannen braten.

Mittwoch. Kerbelsuppe, Schweinebauch mit Mohrrüben und Kartoffeln.

53. Einfache Kerbelsuppe.

1½ Eßlöffel Grünkern- oder Weizenmehl werden in etwas kaltem Wasser klargequirlt, in einen reichlichen Liter kochendes Wasser eingerührt, gesalzen und mit 2 Eßlöffel feingehacktem grünen Kerbel vermischt. In Fett oder Öl geröstete Semmelwürfel kann man als Einlage geben.

54. Schweinebauch mit Mohrrüben.

Das Pfund aufbewahrtes Schweinefleisch (s. S. 25) wird mit reichlich Wasser aufs Feuer gesetzt, schnell angekocht, gesalzen und langsam ½ Std. gekocht. Dan gibt man 2—3 Pfd. in schmale Streifen oder Würfel geschnittene Mohrrüben dazu, und läßt es zusammen noch 1 Std. langsam kochen, bis die Mohrrüben weich sind. Zuletzt wird das Gemüse mit etwas heller Mehlschwitze oder mit in Wasser klargerührtem Mehl sämig gemacht, mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt und leicht mit gehackter Petersilie bestreut. Gekochte Kartoffeln gibt man extra dazu oder mischt sie in Stücke geschnitten gleich darunter.

Donnerstag. Obstkaltschale, weiße Bohnen mit Speck,
oder

Schnittbohnen mit Tomaten und Kartoffeln. Eierkuchen mit Quarkfüllung.

Obstkaltschale. Wie Nr. 39.

55. Weiße Bohnen mit Speck.

Für 4 Personen werden 1—1½ Pfd. weiße Bohnen 12—24 Std. in kaltem Wasser geweicht, dann mit kaltem Wasser bedeckt recht weich gekocht, was 3—4 Std. dauert.

Man lasse die Bohnen zuerst mit wenig Wasser und ohne Salz aufquellen und gieße dann nach und nach etwas heißes Wasser dazu. Gesalzen werden die Bohnen erst, wenn sie weichgekocht sind.

Einige Scheiben Speck werden feinstwürfelig geschnitten, ausgebraten, auch eine feingehackte Zwiebel hinzugefügt, die Bohnen damit vermischt, gesalzen, etwas Essig und einige in Würfel geschnittene abgekochte Kartoffeln dazugesetzt. Dieses Gemüse ist billig und schmeckt gut.

56. Schnittbohnen mit Tomaten.

Für 4 Personen werden 2—3 Pfd. zarte grüne Bohnen recht fein geschnitten und auf einem Haarsiebe oder Durchschlag mehrmals mit kochendem Wasser übergossen. Dann gibt man in einen mehr breiten als hohen Topf 2—3 Eßlöffel Fett oder Kochöl, den Brei von vier roh durch ein Haarsieb gestrichenen Tomaten und dann die gebrühten Bohnen und läßt sie so fast gar werden, ohne etwas hinzuzugießen. Dann werden einige schön rote, aber nicht zu weiche Tomaten in Hälften oder Viertel geschnitten, auf die Bohnen gelegt, einige Eßlöffel Wasser hinzugefügt und weichgedämpft, die Tomaten sollen dabei nicht zerfallen.

Beim Anrichten werden die Tomatenviertel im Kreise auf die Bohnen gelegt und Kartoffeln dazu gereicht.

Das Gericht ist sehr wohlschmeckend.

Wer es hat, kann einige Scheiben gekochten Schinken oder gebratene Speckscheiben dazu geben.

57. Eierkuchen mit Quarkfüllung.

Um 4 Eierkuchen zu backen, zerquirle man 2 ganze Eier (lasse davon 1 Eßlöffel voll für die Füllung zurück), quirle $\frac{1}{4}$ l Milch dazu, 5 Eßlöffel Mehl, 1 Prise Salz und 1 Teelöffel hellbraun geschmolzene Butter oder Fett, quirle alles recht glatt und lasse den Teig einige Stunden ruhen.

Als Füllung wird $\frac{1}{2}$ Pfd. frischer Quark mit dem zurückgestellten Eßlöffel voll zerquirktem Ei, 1 Eßlöffel Rum, 2—3 Eßlöffel Zucker, einigen in dem Rum aufgeweichten Sultaninen und einigen Löffeln Milch verührt.

Die Eierkuchen werden nach dem Wenden mit der Füllung bestrichen, auch auf der unteren Seite fertig gebacken, zusammengerollt und mit Zucker bestreut.

Freitag. Kartoffelsuppe, gebratene Flundern oder andere Fische mit grünem Salat und Kartoffeln.

Kartoffelsuppe.

Wie Nr. 4.

58. Gebratene Flundern.

Die Flundern werden auf der oberen grauen Seite kräftig abgeschabt, damit der Schleim und die Schuppen

entfernt werden, und dann ausgenommen und gewaschen. Die Köpfe werden am besten weggeschnitten, weil doch nichts daran ist und sie unnötig Fett auffaugen beim Braten. Die gereinigten Flundern werden innen und außen leicht gesalzen, in Mehl gedrückt und in heißem Öl oder Fett von beiden Seiten schön braun gebraten.

Gut zubereiteter grüner Salat (s. Nr. 12) oder Kartoffelsalat ist dazu beliebt.

Sonnabend. Kohlrollen mit Graupen- oder Reisfüllung und Kartoffeln, Obst.

59. Kohlrollen mit Graupen- oder Reisfüllung.

Wirsing- oder Weißkohlblätter werden in Salzwasser gebrüht, damit sie biegsam werden, und dann gefüllt.

Der Reis wird tags vorher in nicht zu viel Salzwasser 20 Min. gedämpft, wobei man eine mit 2 Nelken gespickte Zwiebel und auch einige in Stücke geschnittene Tomaten hinzufügen kann. Der Reis muß dick und körnig sein und wird erkaltet in die Kohlblätter gefüllt, die mit Wasser leicht bedeckt und etwas Fett oder Speck langsam weichgedämpft werden.

Hat man ein kleines Stückchen gekochtes Pöfelsfleisch oder Schinken, so mische man es feingehackt unter die Reisfüllung, was den Geschmack noch sehr verbessert.

Auf dieselbe Weise kann man die Füllung aus weich und dick gekochter erkalteter Graupe bereiten.

Suppen.

1. Morgensuppe anstatt Kaffee.

Hafermehlsuppe.

Besonders nervösen Personen zu empfehlen. Wie Nr. 36.

60. Haferflockensuppe. (Auch für Magenleidende).

Für 1 Teller Suppe setzt man 1 reichlichen Eßlöffel Haferflocken mit $\frac{1}{4}$ l kaltem Wasser auf, läßt sie ganz

langsam ins Kochen kommen und dann auf schwachem Feuer ohne zuzudecken 20 Min. kochen. Dieser dicke Brei wird dann mit der nötigen heißen Milch einmal durchgekocht und wenig gesalzen, aber reichlich gezuckert. Man kann sie so zu Tisch geben oder durch ein Sieb gerührt.

Hoggenmehlsuppe.

Wie die Hafermehlsuppe.

2. Abendsuppen von Obst.

(Kalt oder warm zu reichen.)

61. Graupensuppe mit Backobst.

Diese sehr gute Suppe ist besonders für warme Sommertage zu empfehlen. Für 4—5 Teller Suppe nimmt man 250 g grobe Graupen, sog. Kälberzähne, quirlt sie tüchtig mit heißem, dann mit kaltem Wasser ab und kocht sie mit 2 l Wasser, 1 Stück Zimt und ganz dünn abgeschälter Zitronenschale ganz langsam weich und sämig, was 2 Stunden dauert. Wenn die Graupen 1 Std. gekocht haben, gibt man 1 Handvoll gut gebackene Pflaumen, auch einige große Rosinen und gebackene Kirschen dazu und in der letzten halben Stunde 1 Handvoll gebackene Apfelringe, läßt alles ganz langsam weichkochen — die Apfelringe sollen auch ganz bleiben —, entfernt die Gewürze, verdünnt die Suppe, wenn nötig, mit heißem Wasser, schmeckt sie gut mit Zitronensaft und Zucker ab und serviert sie nur lauwarm. — Die Suppe soll nur leicht sämig, keineswegs dick sein. Liebt man die Graupenkörner in der Suppe nicht, so kann man sie durchschlagen, wenn sie weich sind, und dann das Obst darin kochen.

Weißer Bohnensuppe mit Backpflaumen.

Wie Nr. 23, nur suppiger gekocht.

61a. Obstsuppe von Fruchtfaß.

Hierzu kann man frisch gekochtes durch ein Sieb gestrichenes Obst jeder Art oder eingemachten Obstsaft

verwenden, der mit Wasser verdünnt, mit Zucker und Zitronensaft abgeschmeckt und mit Kartoffelmehl sämig gekocht wird. Um sie sättigender zu machen, legt man in Wasser gargekochte sehr kleine Semmel-, Grieß- oder Kartoffelklößchen hinein. Oder man weicht Zwieback oder Semmel in ein wenig mit Vanillezucker gesüßter Milch auf und reicht sie auf einem Teller extra dazu.

62. Suppe von gedörrten Äpfeln.

125 g selbstgedörrte oder gekaufte Apfelringe werden gewaschen, mehrere Stunden in kaltem Wasser geweicht in diesem mit 1 Stück Zimt, Zitronenschale, Zucker und einigen Stückchen alter Semmel oder Zwieback weichgekocht. Sie wird durch ein Sieb gerührt, wenn nötig mit heißem Wasser verlängert.

3. Dicke Suppen als Mittagsgericht.

63. Gemüsesuppe.

Hierzu nimmt man alle Gemüsearten, welche die Jahreszeit bietet.

Mehrere Mohrrüben werden in feine Streifen geschnitten, ebenso ein großes Stück Wirsingkohl, Weißkohl und Sellerie, auch eine Handvoll grüne Bohnen, Porree, Blumenkohl, einige Zwiebeln und Petersilie, besonders aber viel Wirsing- und Weißkohl. Das alles zusammen wird zuerst in wenig Wasser $\frac{1}{2}$ Std. gedämpft, dann so viel Salz und Wasser dazugegossen, wie zur Suppe nötig ist, und noch ungefähr 2 Std. gekocht. Je länger sie kocht, desto besser wird sie. Wenn sie 1 Std. gekocht hat, werden in kleine Stücke geschnittene rohe Kartoffeln dazugetan und — wenn man hat — in kleine Würfel geschnittenes Fleisch oder Speck, andernfalls etwas Fett. Mehl ist meistens nicht nötig, weil die Kartoffeln sämig machen. Ist die Suppe zu dick, so wird sie mit heißem Wasser verdünnt.

64. Tomatensuppe mit Fischklößchen.

Für 4 Personen werden 1 Pfd. Tomaten oder mehr in Stücke geschnitten, mit 5—6 feingeschnittenen Zwiebeln und 1 Lorbeerblatt ohne Wasser weichgedämpft und

durch ein Sieb gestrichen, daß nur die Kerne und Schalen zurückbleiben. Dieser Tomatenbrei wird mit 2 l Wasser aufgekocht und mit 1—2 Eßlöffeln in Wasser klargerührtem Mehl sämig gemacht, und noch 1 Std. langsam gekocht. Nach Nr. 126 werden kleine Fischklöße bereitet, in Salzwasser 5—8 Min. gekocht und mit dem Wasser in die Tomatensuppe gegeben, zuletzt auch kleine Kartoffelstückchen, die man in Wasser weichgekocht und abgegossen hat.

65. Sauerkrautsuppe.

1 Pfd. Sauerkraut wird mit Wasser und einigen Speckschwarten oder $\frac{1}{4}$ Pfd. Speck — wenn man ihn hat — weichgekocht. In der letzten halben Stunde gibt man auch 1 Pfd. rohe Kartoffelstückchen dazu. Die Suppe wird, wenn nötig, mit Wasser verlängert und mit in Wasser klargerührtem Mehl sämig gekocht, oder man reibt zuletzt 2 rohe Kartoffeln daran.

Man kann auch den Speck weglassen und statt dessen 1 Pfd. aus Haut und Gräten geschnittenen Schellfisch oder anderen darin garziehen lassen und in der Suppe geben.

Anderer Suppen.

(Siehe Musterspeisezettel.)

Billige Gerichte von gehacktem Fleisch und andere.

66. Lungenklopse.

$\frac{1}{2}$ Pfd. frische Lunge oder mehr wird in größere Stücke geschnitten, in wenig Salzwasser mit $\frac{1}{2}$ Lorbeerblatt, Salz, 1—2 Zwiebeln und einigen Gewürzkörnern weichgekocht, aus der Brühe genommen und durch die Fleischmaschine gedreht oder fein gewiegt. 1 Pfd. tags vorher gekochte, geriebene Kartoffeln werden mit Salz, ein wenig Pfeffer, einigen Löffeln Milch, 1 Eßlöffel zerlassenem Fett, etwas Mehl, gehackter Petersilie, der Lunge und — wenn man hat — 1 Ei vermischt, Klöße davon geformt, in Mehl getaucht, in kochendem Salzwasser gelegt und 15 Minuten gekocht. Zu

Sauerkraut schmecken sie sehr gut. Die kurz eingekochte Lungenbrühe kann als Soße gegeben werden. Oder will man nur Kartoffeln dazu geben, so macht man die Lungenbrühe mit Mehl sämig und schmeckt sie mit Essig und ein wenig Zucker ab.

67. Fleischklopse in Senfsoße.

$\frac{1}{2}$ Pfd. rohes gehacktes Fleisch wird mit 1 Pfd. gekochten geriebenen Kartoffeln und 1 Ei vermischt (anstatt der Kartoffeln kann man 2 eingeweichte, ausgedrückte Brötchen nehmen), mit Salz und Pfeffer gewürzt, wenn nötig, etwas geriebene Semmel oder Brot hinzugesügt und nicht zu große Klöße geformt. Man legt sie in die kochende Senfsoße Nr. 136 und läßt sie langsam 20 Min. kochen. Dazu Kartoffeln.

68. Heringsklopse.

Die nach vorigem Rezept bereiteten Klopse werden in die kochende Heringssoße Nr. 135 gelegt und 20 Min. langsam gekocht. Auch kann man unter die Klopsemasse einen feingehackten gut gewässerten Hering mischen.

69. Bulgarische Bistteks.

$\frac{1}{4}$ Pfd. Reis wird in $\frac{1}{2}$ l Wasser mit Salz recht dick gekocht und kaltgestellt. $\frac{1}{2}$ Pfd. rohes, halb Rind-, halb Schweinesfleisch wird durch die Fleischmaschine getrieben, der Reis, 1 Ei, Salz, Pfeffer, Muskatnuß hinzugesügt, gut gemischt, nicht zu große Klöße davon geformt, die man etwas flach drückt und in etwas heißem Fett oder Öl von beiden Seiten schnell anbratet. Mit dem Fett, worin sie gebraten wurden, wird etwas Schwitzmehl gemacht, mit Wasser sämig gekocht



Fig. 5. Bulgarische Bistteks.

und mit Salz abgeschmeckt. Diese Soße wird in eine breite Kasserolle gegossen, die gebratenen Bistteks hineingelegt, auch 1 Löffel Kapern oder gehackte Essiggurken, und langsam $\frac{1}{2}$ Stunde gedämpft.

70. Bichelsteiner.

Wie Bichelsteiner ohne Fleisch Nr. 80. Auf jede Gemüselage wird etwas in Würfel geschnittenes rohes Schweinefleisch gelegt, zusammen 1 Pfd.

71. Kaninchenragu.

Zu einem zahmen jungen Kaninchen bratet man $\frac{1}{4}$ Pfd. geräucherten Speck aus, schneidet das Kaninchen quer in zweifingerbreite Stücke, den Kopf in Hälften, läßt sie mit der Leber, Herz und Nieren schön braun werden, nimmt sie heraus, schwitzt in diesem Fett 2 Eßlöffel Mehl so braun wie möglich, ohne zu verbrennen, gibt das angebratene Fleisch wieder dazu, dreht es in dem geschwitzten Mehl um, gibt obendarauf 2 Pfd. nicht zu große rohe geschälte ganze Kartoffeln, füllt so viel kochendes Wasser darüber, daß alles fast bedeckt ist, fügt das nötige Salz, Pfeffer, 1 Zweiglein Thymian, 1 Lorbeerblatt, 1 Behe zerdrückten Knoblauch hinzu und läßt es fest zugedeckt langsam 1 Std. schmoren. So zubereitet, wird es jedem schmecken.

72. Zigeuner-Gulasch.

5 große feingeschnittene Zwiebeln werden in Fett oder Speck goldgelb geschwitzt, etwas Paprika oder Pfeffer und $\frac{1}{2}$ Pfd. in Würfel geschnittenes rohes Rindfleisch dazugesetzt und $\frac{3}{4}$ Std. gedämpft, wobei nur wenig Wasser zugegossen wird, damit es nicht anbrennt. Danach kommt noch $\frac{1}{2}$ Pfd. ebenso geschnittenes rohes Schweinefleisch und $\frac{1}{2}$ Pfd. Kalb- oder Hammelfleisch dazu, das nötige Salz, 1 Teelöffel Kümmelkörnchen, 1 Behe Knoblauch, $\frac{1}{2}$ Lorbeerblatt und so viel heißes Wasser, daß es darübersteht, und nun läßt man alles langsam weichkochen. Dazu gibt man Kartoffeln oder beliebige Klöße.

73. Wildgulasch.

Hasenvorderläufe oder anderes billiges Wildfleisch wird in nutzgroße Würfel geschnitten, 2 geschnittene Zwiebeln werden in Speck angebraten, etwas Paprika oder Pfeffer und das Fleisch dazugesetzt und $\frac{1}{4}$ Std. lang unter stetem Umrühren braungebraten, dann erst wird etwas Wasser zugegossen und weichgedämpft.

$\frac{1}{4}$ l saure Sahne oder Milch wird mit 1 Löffel Mehl verquirlt, zuletzt mit dem Fleisch zusammen durchgekocht und ein wenig Essig und Kapern dazugesetzt.

74. Saure Lunge.

Die Lunge mit Herz wird in Salzwasser mit 1 Lorbeerblatt und Suppengrün weichgekocht. Dann wird etwas braunes Schwitzmehl gemacht, mit Lungenbrühe verkocht, etwas Essig, Pfeffer, $\frac{1}{2}$ Zehe zerdrückter Knoblauch und die nudelig geschnittene Lunge hineingesetzt und $\frac{1}{2}$ Std. langsam geschmort. Klöße oder Kartoffeln dazu.

Gerichte ohne Fleisch.

1. von Hülsenfrüchten.

75. Weiße Bohnen in gelber Soße.

$\frac{1}{2}$ Pfd. weiße, längliche Bohnen werden 10—12 Std. in kaltem Wasser eingeweicht, dann mit soviel halb Milch, halb Wasser aufs Feuer gesetzt, daß sie davon bedeckt sind. Einige Zwiebelscheiben und 2 Gewürznelken füge man hinzu und lasse die Bohnen ohne Salz zugedeckt ganz langsam 4 Std. kochen, wobei man etwas Milch und Wasser nachgießt, wenn es nötig ist; die Bohnen sollen so wenig wie möglich zerfallen.

Etwas helles Schwitzmehl wird mit Milch und etwas von dem Bohnenwasser zu sämiger Soße gekocht, so daß man 2 Tassen voll hat, die man mit dem Saft einer halben Zitrone, dem nötigen Salz und 1 Ei vermischt, wonach sie nicht mehr kochen darf.

Die Bohnen werden auf ein Sieb zum Abfließen geschüttet und mit der heißen Soße vermischt, aufgetragen. Man kann sie mit etwas gehackter Petersilie und hartem Eigelb verzieren und jeden kalten Aufschnitt oder warme Würstchen dazugeben.

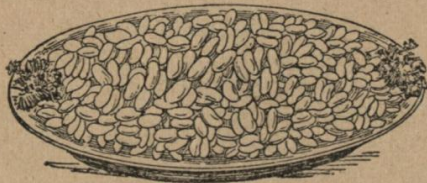


Fig. 6. Weiße Bohnen.

76. Weiße Bohnen mit Tomaten.

1 Pfd. weiße Bohnen werden am Abend vorher eingeweicht und am andern Tage mit kaltem Wasser bedeckt, weichgekocht, was 4 Stunden dauert. Aus einer dicken Mohrrübe, die man roh reibt, und $\frac{3}{4}$ Pfd. Tomaten kocht man einen dicklichen Brei, den man durch ein Sieb streicht, etwas Bratenfett oder ausgebratenen Speck, etwas geriebene Zwiebel, Salz und Pfeffer hinzugibt, und die Bohnen damit durchkocht.

Man kann sie mit oder ohne Beilage von gebackenem Fisch oder Würstchen geben.

77. Weiße Bohnen mit Sauerkraut.

2 Tassen voll weiße Bohnen werden nach vorigem Rezept weichgekocht. Ungefähr 1 Pfd. übriggebliebenes Sauerkraut oder frisch gekochtes wird mit den weichgekochten Bohnen vermischt, die nicht zu viel Brühe haben dürfen, und beides zusammen einmal aufgekocht, dann erst mit dem nötigen Salz abgeschmeckt. Hat man etwas Bratensoße, so kann man sie beim Anrichten darübergießen, sonst geht es auch so. Jedes übriggebliebene gekochte oder gebratene Fleisch paßt dazu, sowie auch gebratener Fisch.

78. Weiße Bohnen mit Mohrrüben.

1 Pfd. weiße Bohnen werden am Abend vorher eingeweicht, am andern Morgen zeitig mit kaltem Wasser bedeckt aufgesetzt und ganz langsam weichgekocht.

1 Pfd. gepuzte, gewaschene, in kleine Würfel geschnittene Mohrrüben werden mit Wasser und 1 Teelöffel Zucker weichgekocht und mit den gekochten Bohnen vermischt. Ein Stückchen Speck, wenn möglich $\frac{1}{4}$ Pfd., wird in kleine Würfel geschnitten, mit einer feingeschnittenen Zwiebel ausgebraten und an die Bohnen getan und diese mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt.

79. Weiße Bohnen mit Apfeln.

1 Pfd. weiße Bohnen werden am Abend vorher mit kaltem Wasser eingeweicht, am andern Morgen mit so viel kaltem Wasser, daß sie bedeckt sind, aufgesetzt und ganz langsam weichgekocht; wenn nötig, wird etwas heißes Wasser nachgegossen. Das nötige Salz gibt man erst dazu, wenn sie weichgekocht sind.

Inzwischen schält man 1—2 Pfd. Apfel, wenn sie nicht zu teuer sind, schneidet sie in Achtel und kocht sie mit wenig Wasser halbweich. Dann gibt man sie zu den Bohnen, fügt auch $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ Pfd. in Würfel geschnittenen, ausgebratenen Speck hinzu, schmeckt mit Salz und Zucker ab und läßt alles noch ein Weilchen schmoren. Das Gericht ist sehr sättigend und nahrhaft.

Weißer Bohnen mit Backpflaumen (s. Nr. 23).

80. Nischelsteiner ohne Fleisch.

2 Pfd. rohe Kartoffeln werden geschält und in nicht zu kleine Würfel geschnitten. 3—4 Mohrrüben, 1 Stück Sellerie, 2 Petersilienwurzeln, 2 Porree, 2 größere Zwiebeln werden gepuht und in Streifen oder Scheiben geschnitten. Eine Handvoll grüne Petersilie und Selleriegrün wird fein gehackt unter das Gemüse gemischt. Ein Stückchen geräucherter Speck — wenn möglich $\frac{1}{4}$ Pfd. — wird in kleine Würfel geschnitten.

Ein emaillierter Topf wird am Boden reichlich mit Fett bestrichen, eine Lage Kartoffelwürfel, etwas Speckwürfel, Salz und Paprika daraufgetan, dann eine Lage von dem gemischten Gemüse, wieder Kartoffeln usw., bis alles verbraucht ist. 3 Eßlöffel Fett oder Butter werden dazwischen verteilt, zwei Tassen heißes Wasser darübergegossen und fest zugedeckt weichgedämpft. Das Gericht schmeckt sehr gut und das Fleisch wird kaum vermisst.

81. Nischelsteiner von Nudeln.

Wie vorstehend. Anstatt Kartoffeln werden in Salzwasser weichgekochte Bandnudeln genommen. (S. d. Nr. 104.)

82. Saure Linsen.

Die Linsen werden abends vorher verlesen und gewaschen, in kaltem Wasser eingeweicht, am andern Tage mit Wasser bedeckt langsam weichgekocht. Dann wird etwas hellbraunes Schwitzmehl gemacht — wenn möglich mit Speck — mit der Linsenbrühe recht sämig gekocht, mit Salz, Essig und Zucker süßsauerlich abgeschmeckt und die Linsen darin durchgekocht. Man kann sie so zu Tisch geben oder gebratenen Fisch oder Würst dazu reichen.

2. von Gemüse.

83. Gemüserreis.

200 g Reis werden mit 1 Eßlöffel Fett, Salz und dem nötigen Wasser recht dick und weich gedämpft und zuletzt einige Eßlöffel Tomatenbrei hinzugefügt, der aber auch fehlen kann. Eine Puddingform oder ein tiefer Napf wird mit Fett leicht ausgestrichen, eine Lage Reis hineingefüllt, darauf eine Lage übriges oder extra in Wasser weichgedämpftes Gemüse gegeben (besonders Weiß- oder Wirsingkohl), dann wieder Reis, den man mit etwas geriebenem Käse bestreuen kann und so weiter, bis die Form gefüllt ist. Sie wird zugedeckt $\frac{1}{4}$ Std. in kochendes Wasser gestellt, dann gestürzt und Pilz-, Tomaten- oder Sardellensoße dazugegeben.

84. Pilaw (türkisch) ohne Fleisch.

$\frac{1}{2}$ Pfd. Tomaten werden abgezogen, leicht ausgedrückt und in Scheiben geschnitten. 2 feingehackte Zwiebeln werden in 1 Eßlöffel Fett hell geschwitzt, dann die Tomaten und $\frac{1}{2}$ l Wasser hinzugefügt, sowie Salz und Pfeffer und $\frac{1}{2}$ Pfd. Reis. Man läßt ihn langsam dick ausquellen und dann auf heißer Herdstelle abdampfen.

85. Sellerie mit Kartoffeln.

Einige Knollen Sellerie werden geschält, gewaschen, in fingerdicke, 3—4 cm lange Stücke geschnitten und in leicht gesalzenem Wasser mit ein wenig Essig halbweich gekocht. Ebensoviele Kartoffeln werden geschält, in ebensolche Stücke geschnitten, einige Minuten gekocht und abgesehen. Dann tut man 2 Löffel Bratenfett oder anderes in einen Topf, gibt eine feingeschnittene Zwiebel und ein Sträußchen Petersilie dazu, dann den Sellerie und die Kartoffeln und etwas Salz, und läßt es zugedeckt weichdämpfen. Reste von Bratensoße hinzugefügt, macht das Gemüse sehr schmackhaft. Jeder kalte Aufschnitt oder falsche Schnitzel passen dazu.

86. Sellerierreis.

Eine nicht zu kleine Sellerieknolle wird geschält, in Wasser 20 Min. gekocht, dann in große Würfel geschnitten. $\frac{1}{2}$ Pfd. Reis wird gebrüht, in Wasser mit Salz und

1 Eßlöffel Fett weich, aber körnig gedämpft und die Selleriewürfel darin mit weichgedämpft. Man gibt ihn so zu Tisch und kann — wenn man hat — einige Scheiben Wurst oder Schinken als Beilage geben.

87. Kohlrüben mit Kartoffeln.

Eine dicke Kohlrübe wird geschält, in dünne Scheiben geschnitten und mit Wasser bedeckt weichgekocht, nachdem man das nötige Salz dazugetan hat. Dann werden Kartoffelstückchen in Salzwasser weichgekocht und abgegossen dazugegeben und mit einer Mehlschwitze — wenn möglich mit Speck bereitet — sämig gemacht. Auch hier paßt jede beliebige Beilage, wenn man sie geben kann.

87a. Kohlrabigemüse.

Für 4—5 Personen 15 Stück Kohlrabi mit den grünen Blättern.

Die Kohlrabiköpfe werden gut geschält, wobei man alles Harte abschält, in Viertel und diese in Scheiben geschnitten. Wenn keine Fleischbrühe vorhanden ist, setzt man sie mit Wasser bedeckt auf, salzt sie leicht und kocht sie langsam weich. Die zarten grünen Blätter werden von den Stengeln gestreift, gebrüht, ausgedrückt und durch die Fleischmaschine getrieben oder fein gehackt und mit den Scheiben zusammen weich gekocht. Dann wird das Gemüse mit Pfeffer gewürzt und mit Schwitzmehl oder mit in Milch oder Wasser klargerührtem Mehl sämig gekocht. Etwas Bratenfett oder Bratensoße hinzugefügt, verbessert das Gericht bedeutend.

Schöner sieht es aus, wenn die Kohlrabischeiben und das Grüne jedes für sich weichgekocht, auch jedes für sich sämig gemacht wird. Beim Anrichten wird dann das weiße Kohlrabigemüse in die Schüssel gefüllt und das grüne kranzkörmig auf das weiße gefüllt.

Ich hatte für dieses Gericht einige Eßlöffel Soße von Rindergulasch reserviert und zuletzt mit dem Gemüse durchgekocht, und siehe da, es schmeckte prachtvoll und das Fleisch wurde kaum vermißt.

88. Kohlrabi mit Fischfüllung.

Geschälte Kohlrabiköpfe werden in leicht gesalzenem Wasser halbweich gekocht, dann von jedem ein Deckel

abgeschnitten und ausgehöhlt, ohne sie zu zerbrechen. Das Ausgehöhlte wird mit etwas grüner Petersilie fein gehackt, mit 1 Ei, Reste von entgrätetem, gekochtem oder rohem Fisch, ein wenig geriebenem Brot oder Semmel oder Mehl vermischt, mit Salz und Pfeffer gewürzt, die Kohlrabi damit gefüllt und die Deckelchen wieder daraufgelegt. Dann werden sie mit 1 Löffel Fett und etwas von dem Salzwasser gargedämpft, worin sie vorgekocht



Fig. 7. Kohlrabi mit Fischfüllung.

wurden. Von den zarten Kohlrabiblättern wird ein spinatähnliches Gemüse bereitet, in der Mitte einer nicht zu tiefen Schüssel angerichtet und die Kohlrabiköpfe ringsherum gestellt. Die kurze Dämpfbrühe kann man etwas verlängern, leicht mit Mehl binden, wenn möglich mit 1 Eigelb abziehen und als Soße extra dazugeben, oder über die Kohlrabiköpfe füllen, nicht auf das Grüne. Dazu Kartoffeln, so hat man für fleischlose Tage ein vortreffliches Gericht.

89. Kohlrabi mit Pilzen.

Die Kohlrabiköpfe werden geschält und in dünne Scheiben geschnitten. 1 Eßlöffel Zucker wird ohne Wasser geschmolzen, bis er leicht braun ist, dann werden die Kohlrabischeiben und die feinnudelig geschnittenen Blätter und etwas Fett und Salz dazugetan und langsam gedämpft, wobei man etwas heißes Wasser hinzutut. $\frac{1}{2}$ Std. vor dem Anrichten kommen einige in Scheiben geschnittene frische oder gedörrte Pilze dazu. Letztere müssen einige Stunden vorher in kaltem Wasser eingeweicht werden. Die Pilze sind sehr nahrhaft und ersetzen das Fleisch.

Wenn dann alles weichgedämpft ist, wird etwas Mehl darübergestaubt, etwas heißes Wasser hinzugegossen und mit 1—2 Eiern abgezogen. Dazu Kartoffeln.

90. Blumenkohl mit Pilzen.

Der Blumenkohl wird in Salzwasser weichgekocht. Von etwas hellem Schwitzmehl und Blumenkohlwasser wird eine dicksämige Soße gekocht, 2—3 dünn geschnittene gedämpfte Pilze hinzugefügt, und mit 1 Eigelb abgezogen über den angerichteten Blumenkohl gegossen. Dazu Kartoffeln.

Man kann auch den Kohl mit nachstehender Eiersoße begießen, wozu man keine Mehlschwitze braucht.

Eiersoße: Man gibt in einen Milchtopf 1 Tasse Blumenkohlwasser, 2 ganze Eier oder 1 ganzes und 2 Eigelb, 1 Eßlöffel geriebenen Käse, 1 Eßlöffel Zitronensaft, etwas Salz und Pfeffer und 2—3 geschnittene gedämpfte Pilze, stellt den Topf in kochendes Wasser und quirl ununterbrochen 10—15 Min.

91. Kürbis wie Spargel gekocht.

Kürbis wird geschält, das innere Weiche herausgeschabt, und das feste Kürbisfleisch in dicke längliche Stücke wie zu Senfgurken geschnitten. Man lege sie in nicht zuviel kochendes, leicht gesalzenes Wasser und koche sie nicht zu weich. Dann werden sie mit dem Schaumlöffel auf die Gemüseschüssel gehoben und mit etwas leicht gebräunter Butter übergossen, in welcher man 1 Teelöffel geriebene Semmel mitrösten ließ.

92. Kürbisgemüse.

Der Kürbis wird in Stücke geschnitten, in wenig Salzwasser weichgedämpft, mit heller Mehlschwitze sämig gemacht, und mit Zitronensaft oder Essig geschärft.

93. Grüne Bohnen mit Sezeier.

Zarte grüne Bohnen werden abgefädelt, gewaschen, fein geschnitten und in Wasser mit etwas Milch, Salz und Butter oder Fett weichgedämpft. Zuletzt wird mit feingehacktem Bohnenkraut und Petersilie gewürzt und mit ein wenig in Milch verrührtem Mehl sämig gemacht. Dazu Salzkartoffeln und für jede Person 1 Sezei.

Schnittbohnen mit Tomaten (s. Nr. 56).**94. Spargelgemüse mit Kartoffeln.**

2 Pfd. Spargel werden geschält, in 3 cm lange Stücke geschnitten, mit 1 Teelöffel Zucker und Salzwasser bedeckt weichgekocht. Dann werden 2—3 Pfd. in Stücke geschnittene, nicht ganz weichgekochte, abgessene Kartoffeln hinzugefügt, in der Spargelbrühe vollends weichgekocht und das Ganze mit ein wenig in Milch oder Wasser klargerührtem Mehl sämig gemacht, wenn es von den Kartoffeln nicht sämig genug wurde. Das Gemüse wird mit Salz richtig abgeschmeckt, recht heiß zu Tisch gegeben.

Eine Handvoll frische, junge gedämpfte oder eingemachte Schotenkerne hinzugefügt, verfeinern das Gericht ganz bedeutend.

95. Rheinisches Krantgemüse.

Ein fester Weißkohlkopf wird der Länge nach in Viertel und diese quer in je 3—4 Stücke geschnitten und in Wasser $\frac{1}{2}$ Std. gekocht. Dann werden in große Stücke geschnittene rohe Kartoffeln hinzugefügt und beides langsam weichgekocht.

Ein Stückchen geräucherter Speck wird in kleine Würfel geschnitten, mit einer ebenso geschnittenen Zwiebel schön hellgelb gebraten, dann etwas Mehl hinzugefügt, hellbraun geschwitzt, mit Kohlwasser sämig gekocht, das Gemüse damit vermischt, und noch $\frac{1}{4}$ Std. geschmort. Es bildet so ein ausreichendes Mittagessen, doch können auch noch falsche Schnitzel dazu gegeben werden (s. dort).

96. Weißkraut auf einfachste Art.

Recht kleine feste Weißkohlköpfschen werden ganz gelassen und in reichlich Wasser ohne Salz vollständig weichgekocht. Größere schneidet man in Hälften und kocht sie weich.

Beim Anrichten werden sie auf der Schüssel quer in daumendicke Scheiben geschnitten und mit gesalzener brauner Butter oder Speck begossen, in der man 1 Eßlöffel geriebene Semmel mitgeröstet hat, Salzkartoffeln oder roh gebratene Kartoffeln dazu.

3. von Kartoffeln.

Kartoffel-Gulasch (s. Nr. 37).

97. Heringskartoffeln.

Auf 2—3 Pfd. Kartoffeln nimmt man 2 Heringe, die man 2 Stunden wässert, wenn sie sehr salzig sind. Die Kartoffeln werden mit der Schale gekocht, dann geschält und in dicke Scheiben geschnitten. 2 Zwiebeln werden fein geschnitten, in 1—2 Löffel Fett weich, aber nicht braungeschwitzt, dann gibt man 1 reichlichen Löffel Mehl dazu, schwitzt es hell, verkocht es mit halb Milch, halb Wasser zu dickflüssiger Soße, gibt etwas Pfeffer und — wenn vorhanden — die geschabte Heringsmilch dazu, und wenn nötig noch Salz. Die Kartoffeln werden mit dieser Soße und den in kleine Würfel geschnittenen Heringsstücken vermischt.

98. Saure Kartoffeln.

2—3 Pfd. gekochte Pellkartoffeln werden geschält und in Scheiben geschnitten. 2 Zwiebeln werden feingeschnitten in Speck oder Fett weich, aber nicht braun geschwitzt, 1 reichlicher Eßlöffel Mehl hinzugefügt, hellbraun geschwitzt, mit heißem Wasser zu sämiger Soße gekocht, die mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig kräftig abgeschmeckt und mit den Kartoffeln vermischt wird.

99. Holländische- oder Zwiebelkartoffeln.

6—8 Zwiebeln werden in dünne Scheiben geschnitten, in 2 Löffel Fett oder Öl hell geschwitzt, 2—3 Pfd. recht kleine, geschälte rohe Kartoffeln hinzugefügt, sowie $\frac{1}{2}$ l Wasser, $\frac{1}{2}$ Eßlöffel Salz, etwas Pfeffer und Essig nach Geschmack und weichgeschmort. Hierzu wird keine Mehlschwitze genommen.

99a. Petersilie- und Schnittlauchkartoffeln.

Wie die Dillkartoffeln (s. Nr. 49), nur nimmt man feingehackte Petersilie oder feingeschnittenen Schnittlauch anstatt Dill.

100. Kartoffelbrei mit Buttermilch und Speck.

Geschälte Kartoffeln werden gekocht, abgeseigt, zerstampft und mit einer sehr feingeschnittenen Zwiebel,

Salz und so viel halb Milch, halb Wasser verrührt, daß es ein dicker Brei ist, den man unter Umrühren einigemal aufpuffen läßt. Einige dünne Scheiben geräucherter Speck werden von beiden Seiten schön braun und glasig gebraten, das ausgebratene Fett wird über den angerichteten Kartoffelbrei gegossen und mit den Speckscheibchen belegt. Dazu wird frische Buttermilch gelöffelt.

Rohe Bratkartoffeln (s. Nr. 52).

Kartoffelschnitzel (s. Nr. 122).

101. Apfelfkartoffeln.

2 Pfd. rohe Kartoffeln werden geschält, in Stücke geschnitten und mit 1 l Wasser aufgesetzt, $\frac{1}{4}$ Std. gekocht. Dann werden 1 Pfd. geschälte, in Achtel geschnittene Äpfel dazugetan und beides zusammen weichgekocht. Zuletzt wird mit Salz abgeschmeckt und beim Anrichten Zucker und Zimt darübergestreut. In Scheiben gebratene Blutwurst kann dazu gegeben werden.

102. Kartoffelpudding mit Pilzsoße.

1—2 Pfd. am Tage vorher gekochte Pellkartoffeln werden geschält und gerieben, mit 2 Eßlöffel Fett, 2 bis 3 Eigelb, einigen Löffeln dicker, saurer Sahne oder Milch, etwas Salz und — wenn man es haben kann — einigen feingehackten Schinken- oder Pöckelfleisch- oder anderen Fleischresten verrührt, andernfalls bleibt der Fleischzusatz weg. Zuletzt wird der steife Schnee der Eiweiße daruntergemischt, eine gut ausgestrichene Puddingform damit $\frac{3}{4}$ vollgefüllt und in kochendes Wasser gestellt $1\frac{1}{2}$ Std. gekocht und dann gestürzt. Oder man füllt die Masse in eine Auflaufform oder in eine Kasserole und bäckt sie im Ofen $\frac{3}{4}$ Std. Dazu kann man Pilzsoße (s. Nr. 182) oder Tomaten- oder Sardellensoße geben.



Fig. 8. Kartoffelpudding.

103. Kartoffelpudding zu Obst.

Wird nach vorhergehendem Rezept bereitet. Der Fleischzusatz bleibt weg, dafür kommen 3—4 Eßlöffel Zucker und 2—3 Eßlöffel gereinigte Korinthen dazu. Obstsaft oder Kompott wird dazu gegeben.

4. von Nudeln.**104. Nudeln zu machen.**

5 reichliche Eßlöffel Mehl tut man auf das Küchbrett, vermischt es nach und nach mit Hilfe des Messers mit 2 Eiern, die man mit 1 Eßlöffel Milch oder Wasser gut zerquirlt hat, fügt auch $\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz hinzu,



Fig. 9. Das Schneiden der Nudeln.

knetet die Mischung dann mit der Hand, so daß es ein fester, glatter Teig wird, wobei man, wenn nötig, noch etwas Mehl hinzufügt. Dann wird der Teig in 3 bis 4 Stücke geschnitten und jedes mit darunter und darüber gestreutem Mehl papierdünn ausgerollt. Diese Nudelflecke läßt man auf sauberem Tuch oder Brett ausgebreitet etwas übertrocknen. Dann rollt man jeden Fleck zusammen und schneidet ihn quer in feine oder breite Nudeln. Will man diese Nudeln aufbewahren, so müssen sie locker auseinandergestreut und getrocknet werden.

105. Breite Nudeln oder Bandnudeln.

Der nach vorigem Rezept bereitete Nudelsteig wird in fingerbreite Streifen geschnitten, diese in viel kochendes, leicht gesalzenes Wasser geworfen und langsam

15—20 Min. gekocht, dann auf ein Sieb zum Abfließen geschüttet. In einem Topfe läßt man 1—2 Eßlöffel Fett heiß werden, schwenkt darin die Nudeln und häuft sie recht heiß auf eine Schüssel. Man kann sie so zu Tisch geben oder geschmorte Backpflaumen dazu reichen. Oder in besseren Zeiten streut man etwas geriebenen Käse über die angerichteten Nudeln, legt ringsherum einen Kranz von feingehacktem Schinken und gibt Tomatensoße dazu.

106. Nudeln in Milch.

Von dem Nudelteig Nr. 104 werden fingerbreite Nudeln geschnitten, in kochendes Wasser geworfen, 15 Min. gekocht und abgeseigt. Man legt sie dann in den Topf zurück, gießt $1\frac{1}{2}$ l kochende Milch darüber, gibt nach Geschmack Salz und Zucker daran, läßt sie noch einigemal aufkochen und gibt sie mit Zucker und Zimt bestreut zu Tisch.

107. Quartnudeln.

1 Tasse Quart wird zerrührt, 1 Eßlöffel zerlassene Butter, 2 Eßlöffel Milch, 1 Ei, etwas Salz und so viel Mehl dazugegeben, daß ein nicht zu fester Teig entsteht. Davon werden daumendicke, fingerlange Nudeln geformt. In einer breiten Pfanne läßt man 3 Eßlöffel Fett heiß werden, legt die Nudeln hinein und bäckt sie unter öfterem Wenden, wenn möglich im Ofen schön braun. Schmecken zu jedem Gemüse gut, oder mit Zucker bestreut auch ohne Gemüse.

5. von Klößen und Polenta.

Kartoffelklöße mit Backobst (s. Nr. 7).

108. Kartoffelklöße von rohen Kartoffeln.

Bei der jetzigen Mehlnappheit sehr zu empfehlen. — 1 Pfd. rohe Kartoffeln werden geschält und gerieben und in einem Tuche fest ausgedrückt. Dann breitet man sie in der Schüssel aus, gießt $\frac{1}{2}$ Tasse kochende Milch darüber, rührt sie sofort gut durch, fügt 1 Eßlöffel Kartoffelmehl oder den Stärkesatz des Kartoffelwassers hinzu, der die Klöße aber grau macht, auch 1 Pfd. tags vorher gekochte geriebene Kartoffeln, $\frac{1}{2}$ Eßlöffel



Fig. 10. Kartoffelklöße.

Salz und eine Handvoll kleine in Fett geröstete Semmelwürfel und formt Klöße davon, die, in stark kochendes Wasser gelegt, $\frac{1}{2}$ Std. kochen müssen. Man gibt sie mit gebratenem Speck und Zwiebel übergossen zu Sauertraut.

109. Großer Kirschkloß.

3 Brötchen werden in dünne Scheiben geschnitten, in Milch geweicht, dann gut ausgedrückt und in einer Schüssel gut zerrührt. Dann kommen 3 ganze Eier, 1 gehäufte Eßlöffel Mehl, 1 Eßlöffel geriebene Mandeln und 1 große Tasse entkernte, gut abgetropfte Sauerkirschen dazu. Die Masse muß fest sein und wird in eine gefettete, bemehlte Serviette gebunden, 1 Std. im Wasserbade gekocht. Der Kloß wird dann ausgewickelt und heiß mit Milch- oder Weinsauce zu Tisch gegeben. Wenn eine Suppe voranging, ist das ein genügendes Mittagessen.

110. Pflaumen- Kirsch- und Aprikosentklöße.

1 Pfd. tags vorher gekochte Pellkartoffeln werden geschält und gerieben, mit 1 Ei, 2 Löffel Zucker, 1 Teelöffel Salz und so viel Mehl verknetet (ungefähr 3 Eßlöffel), daß ein haltbarer Kloßteig entsteht. Man formt davon eine Rolle, schneidet sie in fingerdicke Scheiben, die man in der hohlen Hand etwas flachdrückt, eine entsteinte frische Pflaume hineinlegt, in die man anstatt des Kerns ein Stückchen Zucker gesteckt hat, den Teig darüber zusammendrückt, so daß die Pflaume nicht zu sehen ist, und den Kloß rundformt. Man legt sie auf ein bemehltes Brett, gibt sie alle mit einmal in kochendes Salzwasser und läßt sie 15 Min. kochen. Sie werden mit dem Schaumlöffel herausgenommen, und mit brauner Butter oder Speck begossen zu Tisch gegeben.

— Anstatt der Pflaume kann man 3 große süße Herzfirschen nehmen oder 1 Aprikose. Die Firschen werden nicht entfernt.

111. Polenta.

$\frac{1}{2}$ Pfd. Maisgrieß wird in einer Kasserolle mit reichlich kochendem Wasser übergossen und zugedeckt einige Stunden zum Aufquellen stehen gelassen. Dann wird das etwa vorhandene Wasser davon abgegossen, $\frac{3}{4}$ l kochendes leicht gesalzenes Wasser dazugegossen und unter stetem Rühren gekocht, bis es ein so fester Brei ist, daß der Rührlöffel darin stehen bleibt, was 15 Min. dauert, worauf man ihn durch Rütteln der Kasserolle und Nachhilfe mit dem Löffel zu einem runden Brot formt. Die Polenta bleibt dann noch zugedeckt $\frac{1}{4}$ Std. an warmer Herdstelle stehen, wird danach auf ein Brett gestürzt und mit einem Messer oder einem Bindfaden in breite Scheiben geschnitten. Auf einer Schüssel angerichtet, wird sie mit geriebenem Käse bestreut und mit brauner Butter oder Fett begossen. Wird die Polenta zum Braten gegeben, so wird sie nicht mit Fett begossen.

112. Polentaklöße mit Heringssoße.

Die Polenta wird nach vorhergehendem Rezept bereitet. Anstatt sie in Scheiben zu schneiden, werden mit einem in heißes Fett getauchten Eßlöffel Klöße davon abgestochen und auf der Pfanne mit etwas heißem Fett oder Öl unter Ummenden goldgelb gebraten.

Heringssoße Nr. 135 gibt man extra dazu.

113. Polenta mit Pfefferlingen oder anderen Pilzen.

$\frac{1}{2}$ Pfd. Maisgrieß läßt man in einer Schüssel mit $\frac{1}{2}$ l heißem Wasser begossen, zugedeckt einige Stunden oder bis zum nächsten Tage stehen. Dann wird er mit Wasser oder Knochenbrühe und etwas Salz langsam weich und dick gekocht. Einige geschnittene Pilze werden in ein wenig Fett weichgedämpft daruntergemischt und zuletzt auch 2—3 Eßlöffel Tomatenbrei. Mit geriebenem Käse bestreut wird dann diese Polenta zu Tisch gegeben.



Fig. 11. Angerichtete Schnitzel oder Koteletts.

Falsche Schnitzel als Fleischersatz.

(Auch Bratlinge genannt, und bilden eine vortreffliche Beilage zu jedem Gemüse und Kartoffeln. Will



Fig. 12. Formen der Koteletts.

man sie ohne Gemüse geben, so reicht man weiße Soße oder Sardellen- oder Tomatensoße oder Pilzsoße dazu. [S. dort.]

114. Pilzschnitzel.

1 Pfd. frische oder 80 g gedörrte Pfefferlinge oder Steinpilze oder andere werden durch die Fleischmaschine getrieben oder feingewiegt und in 1 Eßlöffel Fett mit 2 geriebenen Zwiebeln weichgedämpft. Hat man gedörrte Pilze genommen, so müssen sie vorher in kaltem Wasser mehrere Stunden weichen, dann gut gespült werden. Die gedämpften und erkalteten Pilze werden dann entweder mit 40 g in $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ l Wasser dick und weich gekochter Graupe oder Reis oder Maisgrieß, oder mit so viel geriebenen Kartoffeln und geriebener Semmel oder Brot vermischt, daß der Teig zusammenhält; auch 1 Ei, Salz, Pfeffer und 1 Teelöffel gehackte Petersilie hinzugefügt. Aus dieser Masse werden reichlich fingerlange, zweifingerbreite, fingerdicke Schnitzel oder runde Plätzchen geformt, die in Mehl oder geriebenes Brot gedrückt und in etwas heißem Fett oder Öl von beiden

Seiten schön braun gebraten werden. Auch kann man Kotelets davon formen, wie Fig. 12 zeigt, und ein Stückchen ungekochte Rohrnudel (Makkaroni) hineinstecken, um den Knochen nachzuahmen.

115. Blumenkohlschnitzel.

Ein halber nicht zu weich gekochter Blumenkohlkopf wird mit der Gabel fein zerdrückt, einige gekochte, geriebene Kartoffeln, 1 Eßlöffel Mehl, und 1 Löffel geriebene Semmel, etwas Salz und Muskatnuß und 1 Ei hinzugefügt, Schnitzel geformt, in Mehl gedrückt und in Fett gebraten.

116. Spinat- oder Kopfsalatschnitzel.

Hierzu kann ausgewachsener oder härtlich gewordener Kopfsalat verwendet werden. Der Salat oder Spinat wird gut gewaschen, drei Minuten in Wasser gekocht, in kaltem gekühlt, gut ausgedrückt und durch die Maschine getrieben oder feingewiegt. Ein altes Brötchen wird in kleine Würfel geschnitten, mit einer feingeschnittenen Zwiebel und etwas gehackter Petersilie in ein wenig Fett geröstet und unter den Spinat gemischt. Oder man gibt einige mit der Gabel fein zerdrückte Kartoffeln dazu und so viel geriebenes Brot oder Semmel, daß die Masse zusammenhält. Ei kommt nicht hinein, dafür werden aber die geformten Schnitzel in Ei und geriebener Semmel oder Brot gewälzt, dann in heißem Fett oder Öl schön braun gebraten.

117. Krautschnitzel.

Ein halber Weißkohlkopf oder ein ganzer Wirsing wird gebrüht, durch die Maschine getrieben oder feingewiegt, mit 1 Ei, einigen zerdrückten Kartoffeln oder etwas Mehl, 1 Messerspitze gestoßenem Kümmel, einer feingeschnittenen Zwiebel und dem nötigen Salz vermischt, Schnitzel geformt, in Mehl getaucht und in Fett oder Öl braun gebraten.

118. Bohnenschnitzel.

Kalter dicker Brei von weißen Bohnen (in wenig Wasser dick gekocht) wird mit Salz, Pfeffer und so viel halb geriebene gekochte Kartoffeln, halb geriebener Sem-

mel oder Brot vermischt, daß die Masse zusammenhält, Schnitzel geformt, in Ei und geriebenem Brot oder Semmel gewälzt und in Fett oder Öl schön braun gebraten.

Etwas geschwitzte Zwiebel und ein Scheibchen roher Schinken oder gekochtes Pökelfleisch oder Wurst, feingehackt unter den Bohnenbrei gemischt, verbessert sie noch bedeutend. Auch kann man halb Bohnenbrei, halb Mohrrübenbrei verwenden.

119. Linsenschnitzel.

Wie Bohnenschnitzel. Auch kann man halb Linsenbrei, halb gekochte Hafergrütze oder Graupe verwenden.

120. Hirse- oder Maisgrießschnitzel.

$\frac{1}{2}$ Pfd. Maisgrieß oder Hirse wird in $\frac{1}{2}$ l kaltem Wasser mehrere Stunden eingeweicht, dann 1 Eßlöffel Fett und so viel heißes Wasser dazugetan, daß sie reichlich bedeckt ist und langsam weichgekocht. In diesen steifen Brei rührt man 1–2 Eier, einige Eßlöffel geriebenen Schweizerkäse, $\frac{1}{2}$ Tasse Milch, etwas Salz und eine große Zehe zu Brei zerquetichten Knoblauch, welcher einen kräftigen, guten Geschmack gibt, doch kann man ihn auch weglassen, wenn er nicht erwünscht ist. Von der erkalteten Masse werden Schnitzel geformt, die in Mehl getaucht und in heißem Fett oder Öl schön braun gebraten werden.

Weißschnitzel (s. Muster-Speisezettel).

121. Nudelschnitzel.

Nudeln werden in Salzwasser 25 Min. gekocht, abgeseigt und auf einer flachen Schüssel ausgebreitet. Nach dem Erkalten schneidet man Streifen davon oder sticht mit einem Wasserglase runde Plätzchen aus, wälzt sie in Ei und Semmel und brätet sie schön knusperig. Obstsaft oder Kompott paßt auch dazu.

Haferstodenschnitzel (s. Nr. 45).

122. Kartoffelschnitzel.

Ungefähr 8 gekochte geriebene Kartoffeln werden mit 4 Eßlöffel Mehl, 1 Ei, etwas Salz, wenn man es haben kann, auch etwas gehacktem Schinken, oder geriebenem

Käse oder Fleischresten vermischt, kleine Schnitzel geformt, in geriebene Semmel oder Mehl gedrückt und gebraten. — Ganz besonders zu Spargelgemüse oder zu Kopfsalat sehr gut.

123. Heringschnitzel.

Etwas übriggebliebener Weiß- oder Wirsingfohl wird mit einem gewässerten feingehackten Salzhering, 1 Ei gelb und so viel geriebenem Brot oder Semmel vermischt, daß sich kleine Schnitzel formen lassen, die in Mehl getaucht und in heißem Fett oder Öl gebraten werden.

124. Grieben Schnitzel.

1 Tasse heiße Grieben (Rückstände vom Fett- oder Talgausbraten) werden fein gehackt, mit 1 Ei, Salz, $\frac{1}{4}$ l Milch und so viel halb geriebenem Brot, halb Semmel vermischt, daß ein fester Teig entsteht. Davon werden Schnitzel geformt und braun gebraten.

Anstatt Brot und Semmel kann man gekochte geriebene Kartoffeln nehmen, läßt dann aber die Milch fort.

Fischgerichte.

125. Frische grüne Heringe gekocht.

Die Fische werden geschuppt, ausgenommen und gewaschen, mit Salz eingerieben, in Essig getaucht und in kochendes Salzwasser gelegt, fest zugedeckt und zurückgestellt 10 Min. ziehen lassen. Man gibt sie mit Petersilien-, Tomaten- oder Senfsoße zu Tisch. (Siehe unter Soßen.)

126. Fischklopse.

Auch hierzu kann man frische grüne Heringe nehmen oder Schellfisch. Die Fische werden roh von Haut und Gräten befreit und fein gehackt oder durch die Maschine getrieben. 1 Pfd. Fischfleisch wird mit 1 Eßlöffel zerlassenem Fett, 1 Ei, 2 Löffel geriebener Sem-

mel oder Mehl oder einigen geriebenen Kartoffeln, Pfeffer, Salz und einer geriebenen Zwiebel vermischt, auch etwas gehackte Petersilie dazusetzen. Daraus werden nicht zu große Klöße geformt, in nur so viel kochendes Salzwasser gelegt, wie nachher zur Soße nötig ist, und 5—8 Min. gekocht. Die Fischbrühe wird mit 2 Löffel Senf oder Tomatenbrei verrührt, mit etwas angerührtem Mehl sämig gemacht, nach Belieben mit etwas Essig geschärft und die Klopse darin erwärmt. 1 Eßlöffel Butter zuletzt hinzugefügt, verbessert die Soße sehr. Auch schmecken die Klopse sehr fein, wenn man einige frische oder gedörrte erweichte Pilze mit dem Fischfleisch durch die Maschine treibt.

Schellfisch gekocht mit Senfsoße.

(Siehe Nr. 13.)

Kabeljau im Ofen gebraten.

(Siehe Nr. 44.)

127. Gedämpfter Dill- oder Kerbelfisch.

Ein Fluß- oder Seefisch wird gereinigt und entweder ganz gelassen oder in großen Stücken aus Haut und Gräten geschnitten, gesalzen und mit soviel Wasser aufgesetzt, daß die Fischstücke fast bedeckt sind; dann wird er schnell aufgekocht und an eine heiße Herdstelle gerückt, wo er zugedeckt garziehen kann. Die Brühe wird mit heller Mehlschwitze sämig gekocht, etwas Milch hinzusetzen, Pfeffer und 1 Handvoll feingehackter grüner Kerbel oder Dill. Der Fisch wird mit der heißen Soße übergossen zu Tisch gegeben. Gibt man nachstehend angegebene Semmelklößchen gleich mit in die Soße, so ist das Gericht noch ergiebiger. Dazu gut abgedampfte Kartoffeln.

Semmelklößchen: 2—3 eingeweichte Semmeln werden gut ausgedrückt, 1 Ei, etwas Salz, Muskatnuß und Pfeffer, 1 Eßlöffel gehackte Petersilie hinzugefügt, und einige Eßlöffel Milch. Davon werden sehr kleine Klößchen geformt, wenn nötig, etwas Mehl dazusetzen, in kochendes Salzwasser gelegt und ohne zuzudecken 10 Min. gekocht.

128. Fischgericht mit Spargel.

Ein See- oder Flußfisch wird sorgfältig gereinigt, roh von Haut und allen Gräten befreit und dabei in hübsche Stücke geteilt, die man mit Salz bestreut ein Weilchen stehen läßt.

Spargel wird geschält, in 3 cm lange Stücke geschnitten und in Salzwasser weichgekocht, oder man erwärmt konservierten Spargel in seinem Wasser. Dann nimmt man ihn mit dem Schaumlöffel heraus, hält ihn auf einer Schüssel warm und läßt die Fischstücke in dem Spargelwasser garziehen, was nur 10 Min. dauert; dann werden sie zu dem Spargel gelegt. Die Spargelbrühe wird dann mit etwas klargerührtem Mehl oder Mehlschwitze sämig gekocht, Fischstücke und Spargel darin erwärmt und zusammen zu Tisch gegeben. Auch hier können Semmelkloßchen nach vorigem Rezept bereitet oder nußgroße Kartoffelkloßchen dazwischen getan werden.

129. Schmachhafte Fischbuletten.

Übriggebliebener, gekochter Fisch wird von allen Gräten befreit, gehackt, doppelt soviel gekochte geriebene Kartoffeln dazugesetzt, sowie 1 Ei, ein gewechtes, ausgedrücktes Bröt-

chen, Pfeffer, Salz, alles gut vermischt, ohne viel zu drücken, nicht zu große Klöße davon geformt, die man etwas flachdrückt und in heißem Fett

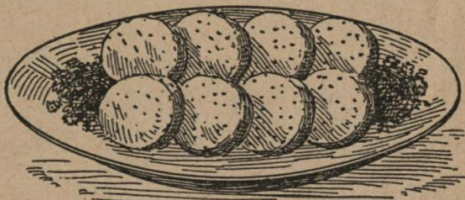


Fig. 13. Fischbuletten.

oder Öl von beiden Seiten langsam schön braun bratet. Zu Sauerkraut oder jedem Gemüse beliebt.

130. Salzheringe gebraten.

Salzheringe werden 24 Stk. in viel kaltes Wasser gelegt. Dann schneidet man sie vorsichtig der Länge nach in Hälften, entfernt dabei alle Gräten und Haut, taucht sie in Mehl, drückt es gut an und bratet sie in heißem Fett oder Öl schön braun. Pellkartoffeln oder Kartoffelsalat, Sauerkraut oder anderes Gemüse paßt dazu.

Soßen

(zu Fleisch, falschen Schnitzeln und zu Fischen).

Hat man kein Fett, um Schwitzmehl zu machen, so quirlt man 1—2 Eßlöffel Mehl in so viel Milch oder Wasser, als man Soße braucht, und gibt die angegebenen Zutaten dazu, und läßt gut durchkochen.

131. Weiße Soße.

In 1 Eßlöffel Butter oder Fett werden 2 Eßlöffel Mehl hellgeschwitzt, eine feingehackte Zwiebel hinzugefügt und hellgeschwitzt, dann mit so viel halb Milch, halb Fleischbrühe oder Wasser verkocht, daß es eine gut sämige Soße wird, die dann noch mit 1 Eigelb abgezogen werden kann. Ist die Soße für Fische bestimmt, so wird etwas Fischwasser dazugenommen.

132. Pilzsoße.

Wird wie die weiße Soße bereitet. Einige feingehackte frische oder gedörrte, eingeweichte Pilze werden in der Soße mitgekocht und mit etwas gehackter Petersilie gewürzt.

133. Schnittlauch-, Dill-, Kerbel- oder Petersiliensoße.

Wird wie die weiße Soße bereitet. Zuletzt läßt man einige Eßlöffel fein geschnittenen Schnittlauch oder feingehackten Dill, Kerbel oder Petersilie darin durchkochen.

134. Zwiebelsoße.

Wie die weiße Soße, nur werden 3—4 Zwiebeln genommen und 1 Löffel Fett mehr.

135. Sardellen- oder Heringsoße.

Wie die weiße Soße, zuletzt wird ein gut gewässertes feingehackter Hering oder 6—8 nicht gewässerte Sardellen hinzugefügt.

136. Senfsoße.

In 1 Eßlöffel Butter oder Fett werden 2 Eßlöffel Mehl hellbraun geschwitzt, mit Brühe oder Wasser zu

sämiger Soße verkocht und mit 2—3 Eßlöffel Senf, Salz, $\frac{1}{2}$ Löffel Zucker und etwas Essig abgeschmeckt.

137. Tomatensoße.

4—5 Tomaten werden in Stücke geschnitten, mit einigen Eßlöffeln Wasser und feingeschnittener Zwiebel $\frac{1}{2}$ Std. gedämpft und dann durch ein Sieb gestrichen. Von 1 Eßlöffel Butter oder Fett und 2 Eßlöffel Mehl wird helle Mehlschwitze bereitet, mit dem Tomatenbrei abgerührt, Wasser nach Bedarf hinzugefügt, gut sämig gekocht und mit Salz und etwas Zucker abgeschmeckt.

Gemüsesülzen und Fischsülze

(als Fleischersatz zu Bratkartoffeln).

138. Spargelsülze.

In 3 cm lange Stücke geschnittener, in Wasser weichgekochter frischer oder Büchsen-spargel wird dazu verwendet. Das Spargelwasser wird gemessen und auf $\frac{1}{2}$ l 8—10 Blatt weiße Gelatine genommen. Diese wird in kaltem Wasser erweicht, dann



Fig. 14. Spargelsülze.

leicht ausgedrückt und in 2—3 Eßlöffeln heißem Wasser aufgelöst (nicht gekocht) und mit der erwärmten Spargelbrühe vermischt; auch kann man 1 Gläschen Weißwein oder etwas Essig hinzufügen. Wenn dieses Gelee dann zu erstarren beginnt, werden die Spargelstücke darunter gemischt und alles in einen etwas tiefen runden Napf

gefüllt. Auch kann man einige hartgekochte, in Achtel geschnittene Eier mit hineinlegen. Man stellt die Fülze zum Erstarren recht kalt, taucht den Napf beim Anrichten einen Moment in heißes Wasser und stürzt sie auf eine flache Schüssel.

139. Blumentohlfülze.

Wie Spargelfülze.

140. Gemischte Gemüsefülze.

In Streifen geschnittene Möhrchen, zarte grüne Bohnen in kleinfingerlange Stücke geschnitten und junge Schotenkerne, zusammen 1 tiefer Teller voll, werden mit reichlich Wasser bedeckt weichgekocht, wobei man etwas Salz und 1 Teelöffel Zucker hinzufügt. Das Gemüsewasser wird dann gemessen und auf $\frac{1}{2}$ l 10 Blatt weiße Gelatine und etwas Essig dazugegeben und nach Nr. 138 vollendet.

Ebenso kann man diese Fülze von Mohrrüben und weißen Rüben oder Sellerie zusammen bereiten.

141. Fischfülze.

Frische grüne Heringe oder Schellfisch oder andere werden sauber gereinigt (Schellfisch wird am besten von Haut und Gräten befreit und dabei in ansehnliche Stücke geteilt) und ausgenommen. Das nötige Wasser — jedoch nicht zu viel — wird mit einigen Zwiebel- und Mohrrübenscheibchen, 1 Lorbeerblatt und Gewürzkörnern aufgesetzt, mit Essig und nicht zu viel Salz abgeschmeckt und $\frac{1}{4}$ Std. gekocht. Dann werden die Fische hineingelegt, und fest zugedeckt zur Seite gerückt und 10 Min. ziehen gelassen; zerfallen dürfen sie nicht. Dann werden sie mit den Zwiebel- und Mohrrübenscheiben in eine tiefe Schüssel gelegt. Die Brühe wird durch ein Sieb gegossen und gemessen. Auf 1 l Fischbrühe rechnet man 15 Blatt Gelatine, die in kaltem Wasser erweicht, dann ausgedrückt und in der erhitzten Brühe aufgelöst wird. Nach dem Abkühlen wird sie über die Fische gegossen.

Süße Nachspeisen.

1. kalte.

Blaubeerspeise mit Zwiebad (s. Nr. 50).

Stachelbeerspeise mit Zwiebad (s. Nr. 9).

Flammeri mit Fruchtfaß (s. Nr. 20).

Kirschenflammeri (s. Nr. 35).

142. Stachelbeerflammeri.

1 Pfd. frische oder nach Nr. 190 ohne Zucker eingemachte Stachelbeeren werden mit $\frac{3}{4}$ l Wasser, etwas Zitronenschale und Zucker nach Geschmack recht weich gekocht. 80–100 g Kartoffel- oder Maismehl werden



Fig. 15. Flammeri.

in knapp $\frac{1}{4}$ l kaltem Wasser klargerührt, zu den kochenden Stachelbeeren gegossen und unter Rühren gut durchgekocht, bis es dick ist. Dann wird noch einmal mit Zucker abgeschmeckt und die Speise in ausgespülte Tassenköpfe oder in eine Schüssel gegossen und zum Erstarren kaltgestellt.

143. Rhabarberflammeri.

1–2 Pfd. Rhabarber wird geschält, in dünne Stücken geschnitten und mit $\frac{1}{2}$ l Wasser und etwas Zitronenschale ganz weich gekocht und mit dem nötigen Zucker nach Geschmack vermischt. Das Ganze wird gemessen und auf 1 l 125 g Kartoffel- oder Maismehl genommen, das in 1 Tasse kaltem Wasser klargerührt wird. Es wird in den kochenden Rhabarber gegossen

und unter stetem Rühren dickgekocht, dann in ausgespülte Tassen oder in eine Schüssel gegossen und zum Erstarren kaltgestellt. Wird am besten am Tage vorher bereitet.

144. Stachelbeer- und Rhabarbergrüze.

Wird wie Nr. 142 und 143 bereitet. Auf 1 l Fruchtbrei werden 125 g Grieß oder Maisgrieß. Kalte Vanille- oder Zitronensoße dazu.

145. Rote Apfelspeise.

1 Pfd. Apfel wird ungeschält in Stücke geschnitten, mit reichlich $\frac{1}{4}$ l Wasser weichgekocht und durch ein Sieb gestrichen. Wieder aufs Feuer gesetzt, gibt man 4 Eßlöffel Zucker dazu und 8 Blatt rote, in kaltem Wasser erweichte, dann leicht ausgedrückte Gelatine. Die Gelatine muß sich vollständig auflösen, soll aber nicht kochen. Die Masse wird in einer ausgespülten Schüssel zum Erstarren kalt gestellt. Kalte Milch oder Milchsoße wird dazu gegeben.

146. Rote Stachelbeer- oder Rhabarberspeise.

$\frac{1}{2}$ Pfd. Stachelbeeren werden gepuzt und mit $\frac{1}{2}$ l Wasser und etwas Zitronenschale und Zucker nach Geschmack ganz weich gekocht. 8–9 Blatt Gelatine, halb rote, halb weiße, wird in kaltem Wasser erweicht, dann leicht ausgedrückt und in den heißen Stachelbeeren unter Umrühren vollständig aufgelöst. Die Speise wird in einer ausgespülten Schüssel zum Erstarren kaltgestellt. Soße wie bei Stachelbeergrüze, zur Rhabarberspeise nimmt man 1 Pfd. Rhabarber und nur $\frac{1}{4}$ l Wasser, sonst ebenso.

147. Preiselbeerspeise.

1 Pfd. nach Nr. 194 ohne Zucker eingemachte Preiselbeeren werden durch ein Haarsieb gestrichen. Die Hälfte dieses Fruchtbreies läßt man aufkochen, während man die andere Hälfte mit 6–8 Eßlöffel Zucker mischt und einige Eßlöffel Kartoffel- oder Reismehl darin auflöst. Dann wird dieser Saft zu dem kochenden gegossen und unter stetem Rühren mit dem Holzlöffel gekocht, bis die Masse ziemlich dick ist. In einer ausgespülten Form erstarren lassen und rohe Sahne oder Milchsoße dazu geben.

2. warme.

148. Kirschbettelmannstuchen billig und gut.

500 g entkernte saure oder süße Kirschen werden mit dem nötigen Zucker möglichst ohne Wasser zu Kompott gekocht, das so kurz eingekocht sein muß, daß sich der Saft nicht viel absondert. Dieses Kompott gibt man in eine Auslauform oder in eine feuerfeste Schüssel. 3 Tassen geriebenes Brot wird mit 1 Tasse Zucker, etwas gestoßenem Zimmt, 1 Ei und 1 Eßlöffel saurer Sahne verrührt und über die Kirschen gegeben. Die Speise wird im Ofen fast 1 Std. schön braun gebacken und, mit Zucker bestreut, warm zu Tisch gegeben.

149. Apfelbettelmann.

2 Tassen geriebenes Brot und ebensoviele geriebene Semmel, oder nur 4 Tassen Brot, werden mit $\frac{3}{4}$ l Milch übergossen, $\frac{1}{2}$ Std. stehen gelassen. Dazu gibt man 1 Pfd. Apfel, geschält in feine Scheiben geschnitten, sowie 4–5 Eßlöffel Zucker, 1–2 Eier, $\frac{1}{2}$ Teelöffel Zimt, halb soviele gestoßene Nelken und etwas abgeriebene Zitronenschale. Alles wird gut gemischt, wenn zu trocken, wird noch etwas Milch oder Wasser dazugegossen. Eine Auslauform wird reichlich mit Fett ausgestrichen, die Masse hineingetan und in mäßiger Ofenhitze $\frac{3}{4}$ –1 Std. gebacken.

150. Maisgrießspeise.

$\frac{1}{2}$ l halb Milch, halb Wasser läßt man mit etwas Zitronen- oder Apfelsinenschale und Vanille langsam zum Kochen kommen, damit der Geschmack der Gewürze auszieht. Dann nimmt man sie heraus, gibt etwas Salz und 3 Eßlöffel Zucker dazu. Wenn die Milch kocht, schüttet man 100 g groben Maisgrieß hinein, rührt dabei fleißig mit dem Holzlöffel, um Klümpchen zu vermeiden, und läßt den Grieß zugedeckt ganz langsam $\frac{3}{4}$ Std. ausquellen. Dann wird 1 Eßlöffel Butter oder Fett, 2 Eßlöffel gewaschene, in ein wenig Rum gebeizte oder in wenig Wein oder Wasser rundgedämpfte Korinthen und Sultaninen oder eine Handvoll frische Weinbeeren hinzugefügt. Die Masse wird in eine gefettete Auslauform

oder in eine Kasserolle gefüllt, die Oberfläche mit dem Messer schön glatt gestrichen und leicht mit Butter oder Fett bestrichen, damit sie nicht trocken wird. So kann die Speise bis zum andern Tage stehen bleiben. $\frac{3}{4}$ Std. vor dem Anrichten wird sie mit feinem Zucker bestreut in den heißen Ofen gestellt. Der Zucker soll, wenn möglich braun werden. Nach einer halben Stunde wird die Speise aus dem Ofen genommen, damit sie nicht zu heiß zu Tisch kommt. Man kann noch Fruchtgelee oder Kompott dazu reichen.

Der Abendtisch.

An Sommertagen wird man gut tun, abwechselnd kalte und warme Obstsuppen mit Semmel- oder Grießklößchen darin zu geben, im Winter dicke warme Suppen. Auch alle die falschen Schnitzel und hier folgenden Pfannenspeisen, mit grünem Salat, Bohnen- oder Kartoffelsalat oder mit gewärmtem Gemüse ergeben nahrhafte Abendgerichte. Die größte Sorge ist es wohl für die Hausfrauen, daß jetzt der so bequeme Butteraufstrich und Fleischbelag für das Abendbrot fehlt. Wir wollen aber „die Flügel nicht hängen lassen“, sondern etwas erfinderisch sein und uns zu helfen suchen.

Billiger Brotaufstrich und Brotbelag.

151. Heringshäckerle als Brotaufstrich.

Einige Salzheringe werden 12—24 Std. in viel Wasser gewässert, damit sie nicht zu salzig sind, dann abgezogen, entgrätet und fein gehackt oder durch die Fleischmaschine getrieben. Dann wird eine feingehackte Zwiebel, etwas Pfeffer und wenn möglich 1 Eßlöffel Salatöl daruntergemischt. Die trockenen Brotschnitten werden damit bestrichen und schmecken tabellos zum Tee. Zur Abwechslung legt man mal 2—3 dünne Eischeiben auf jede Schnitte.

152. Kochkäse als Brotaufstrich.

6—10 Harzerkäse, sogenannte Handkäse, werden in einem irdenen Topfe einige Tage zugedeckt in die Sonne

gestellt oder in die laue Röhre, bis sie weich sind und zerlaufen. Dann wird so viel Milch darübergegossen, daß sie bedeckt sind, langsam zum Kochen gebracht und unter stetem Rühren gekocht, bis sich alles aufgelöst hat. 1 Teelöffel Rümmelkörner kann man hinzutun. Man gießt den Käse in kleine Porzellan- oder Steinguttöpfchen, er hält sich 2—3 Wochen. Will man ihn länger aufbewahren, so muß er in Weckgläsern sterilisiert werden.

153. Weißer Käse als Brotaufstrich.

Weißer Käse (Quark) wird mit etwas Milch und Salz glattgerührt und auf das Brot gestrichen. Ungeschälte Radieschenscheiben zierlich daraufgelegt, macht sich sehr hübsch und schmeckt gut. Ebenso feingeschnittener Schnittlauch. Oder man rührt in den Käse außer Salz noch etwas frisch gemahlener Pfeffer und eine sehr fein gehackte Zwiebel, wodurch er sehr pikant wird, und reicht schwarzen Rettich, in Scheiben geschnitten und mit Salz bestreut, dazu.

154. Kartoffeln als Brotaufstrich.

Gekochte Kartoffeln werden fein zerdrückt, mit etwas Öl oder heißem Wasser geschmeidig gemacht, aufs Brot gestrichen, Salz darübergestreut und leicht gebräunte Zwiebeln darauf gegeben.

155. Tomaten als Brotbelag.

Noch feste, aber reife Tomaten werden abgezogen, in Hälften geschnitten, die Kerne leicht herausgedrückt und dann in nicht zu dünne Scheiben geschnitten. Mit Butter oder Heringshäckerle bestrichene oder trockene Brotscheiben werden damit dicht belegt und mit Salz und Pfeffer und nach Belieben noch mit feingehackten Zwiebeln bestreut. Diese belegten Brotschnitten sind sehr gesund und in der Zeit der Tomatenernte nicht teuer.

156. Saure Gurken, Gurken- und Selleriesalat als Brotbelag.

Mit Butter bestrichene oder trockene Brotschnitten werden mit Scheiben von Gurkensalat oder Selleriesalat oder sauren Gurken dicht belegt und sind sehr erfrischend.

157. Rettich als Brotbelag.

Rettiche werden geschält, in Scheiben geschnitten, etwas gesalzen und aufs Brot gelegt.

158. Heringe in kalter Senfsoße.

Salzheringe werden 12—24 Stk. gewässert, dann abgezogen und entgrätet, dabei in Hälften geschnitten. Für 2—3 Heringe wird in einer kleinen runden Schüssel 1 rohes Eigelb mit 1 Eßlöffel Senf und 4—6 Eßlöffel Öl wie eine Mayonnaisensoße gerührt, mit Salz, Pfeffer und ein wenig Zitronensaft oder Essig gewürzt und über die Heringe gegossen. Zu diesen Heringen kann auch die warme Senfsoße Nr. 136 gegeben werden. Brot oder Kartoffeln dazu.

Warme Abendgerichte.**159. Schusterpastete, einfache.**

6—8 gekochte Kartoffeln, einige Löffel übriggebliebenes Sauerkraut, 2 Eier. Die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln werden in der Pfanne in Fett schön braun gebraten, dann wird das Sauerkraut darüber ausgebreitet, gut mit erhitzt und die mit 2—3 Eßlöffel Milch und etwas Salz zerquirkten Eier darüber gegossen. Man läßt diese Pastete nun zuerst auf der unteren Seite auf mäßigem Feuer schön braun werden, wendet das Ganze vorsichtig wie einen Eierkuchen, schiebt etwas Fett darunter und läßt auch die andere Seite schön braun werden. Sie wird auf eine Schüssel gestürzt und ganz wenig Petersilie daraufgestreut.

160. Schusterpastete aus Bratenresten.

Ungefähr 10 große, nicht zu weich gekochte Bellkartoffeln werden geschält, in Scheiben geschnitten und in etwas Fett oder Butter und Milch geschwenkt, bis sie glänzend sind. Die Bratenreste (von Schweinebraten besonders gut) werden auch in dünne Scheibchen geschnitten. In eine mit Fett ausgestrichene Auflaufform füllt man abwechselnd Kartoffeln und Braten. Hat man übriggebliebenes Sauerkraut, so kann man es dazwischen legen. 2 Eier werden in 1 Tasse saurer Sahne oder

saurer Milch und $\frac{1}{2}$ Löffel Mehl, sowie Salz und Pfeffer zerquirt, auch etwas gehackte Petersilie hinzugefügt und über die eingelegte Masse gegossen. Die Speise wird im nicht zu heißen Ofen $\frac{1}{2}$ Std. gebacken und in der Form zu Tisch gegeben.

161. Sauerkrautpuffer.

$\frac{1}{2}$ Pfd. Sauerkraut wird mit 3—4 Eßlöffel Pergraupe und möglichst wenig Wasser weichgekocht und eine geschwitzte Zwiebel hinzugefügt. Nach dem Auskühlen werden reichlich 1 Pfd. rohe geriebene Kartoffeln, von denen man auf einem Siebe hat das meiste Wasser ablaufen lassen, hinzugetan, sowie 3 Eier und Salz. In der Pfanne läßt man etwas Fett, Speck oder Öl heiß werden, gibt immer eine kleine Schöpfkelle voll oder 3 Eßlöffel von der Masse hinein, drückt sie flach und bäckt die Puffer von beiden Seiten schön braun.

Man tut gut, gleichzeitig auf mehreren Pfannen zu backen, damit es schneller geht.

Die Graupen mit dem Sauerkraut können schon vormittags mitgekocht werden, wenn die Puffer für den Abend bestimmt sind.

162. Hafermehlpuffer.

In $\frac{1}{2}$ l Milch verquirt man $\frac{1}{2}$ Pfd. Hafermehl, 2 Eier und etwas Salz, 1 Brötchen wird in kleine Würfel geschnitten, in Fett geröstet und in den Teig gemischt. Davon legt man eßlöffelweise mehrere Häufchen in die Pfanne mit etwas heißem Fett oder Öl, drückt sie leicht flach und brät sie von beiden Seiten schön knusprig.

163. Kartoffelpuffer von rohen Kartoffeln.

Große rohe Kartoffeln werden geschält und auf dem Reibeisen gerieben. Neue Kartoffeln läßt man gerieben ein Weilchen stehen und schöpft dann mit dem Löffel das sich oben angesammelte Wasser ab. Von alten Kartoffeln wird das meiste Wasser auf einem Siebe abgedrückt, aber nicht alles. Einen tiefen Teller voll dieser Kartoffeln verrührt man mit 1 Eßlöffel Mehl und dem nötigen Salz und bäckt davon in der Pfanne mit etwas heißem Fett oder Öl dünne Kuchen von beiden Seiten schön braun. — Man streicht die Kartoffelmasse ent-

weder dünn über die ganze Pfanne oder legt davon eßlöffelweise 2—3 Häufchen in die Pfanne und streicht sie dünn aus. Dazu wird Streuzucker gereicht.

164. Kartoffelpuffer mit Zwiebeln und Speck.

Ganz besonders wohlschmeckend. Etwas geräucherter Speck wird kleinwürfelig geschnitten und mit einer ebenso geschnittenen Zwiebel gelbgebraten. Damit wird die nach voriger Nummer bereitete Kartoffelmajse vermischt, auch ein wenig Pfeffer hinzugefügt und kleine Puffer davon gebraten.

165. Semmelpfanne mit Salat.

1 Brötchen wird in feine Scheiben geschnitten und mit $\frac{1}{2}$ Tasse heißer Milch übergossen, zugedeckt stehen gelassen, bis die Semmel weich ist, sie wird nicht ausgedrückt. Dann gibt man 2—3 Eigelb, 1 Eßlöffel ausge-



Fig. 16. Semmelpfanne.

bratenen Speck oder zerlassenes Fett hinzu, in welchem man eine feingeschnittene Zwiebel geschwitzt hat, rührt alles gut und zieht zuletzt den steifen Schnee der 2 Eißweiße darunter. In einer tiefen Eierkuchenpfanne läßt man 1 Löffel Butter oder Fett heiß werden, gibt die ganze Masse hinein und bäckt den Kuchen von beiden Seiten schön braun. Grüner Salat paßt dazu.

166. Nudelpfanne.

1 Tasse gekochte, übriggebliebene Nudeln oder Nöhrennudeln werden in kleine Stückchen geschnitten. 1 Brötchen wird in Scheiben geschnitten, mit $\frac{1}{2}$ Tasse heißer Milch übergossen und weichen lassen, aber nicht ausdrücken. Dann gibt man die Nudeln dazu, sowie etwas gehackte Petersilie, Salz, $\frac{1}{2}$ Löffel Fett und 1—2 Eier, verrührt die Masse gut und bäckt davon einen dicken Eierkuchen von beiden Seiten schön braun. Kann man

ein Stückchen feingehackten Schinken unter die Masse mischen oder über den fertiggebackenen Kuchen streuen, so ist die Sache noch feiner. Grüner Salat paßt dazu.

167. Fischpfanne.

Wird wie die Rübelpfanne bereitet. Anstatt Rübeln wird 1 Tasse entgrätete übriggebliebene Fischstückchen genommen, oder entgrätete Büclinge oder anderer geräucherter Fisch.

168. Gemüse-Eierkuchen.

1—2 Tassen übriges Gemüse oder frisch in wenig Wasser gekochtes wird in einen Eierkuchenteig von 2 Eiern, 2—3 Eßlöffel Mehl und 1 Tasse Milch leicht eingerührt. In der Pfanne läßt man 1 Löffel Fett heiß werden und bäckt von der Masse einen dicken oder mehrere dünne Kuchen und gibt sie heiß, mit geriebenem Käse bestreut, zu Tisch.

169. Pilze mit Ei.

Pfefferlinge, Steinpilze oder andere frische oder getrocknete Pilze werden gepuht, blätterig geschnitten und in ein wenig Fett mit Fleischbrühe oder Wasser und etwas Peterjilie weichgedämpft. Man kann zuletzt ein zerquirktes Ei darunterühren, oder man würzt die gedämpften Pilze mit Zitronensaft und legt beim Anrichten einige Seheier darauf. Getrocknete Pilze müssen vor dem Dämpfen mehrere Stunden in kaltem Wasser weichen.

Salate für den Abendtisch.

170. Kartoffelsalat ohne Öl.

1—2 feingeschnittene Zwiebeln und ein kleinwürfelig geschnittenes großes Stück Sellerie werden mit 1 l Wasser $\frac{1}{4}$ Std. gekocht, dann Salz, Pfeffer und etwas Zucker hinzugefügt, scharf mit Essig abgeschmeckt und mit 1 Eßlöffel in etwas Wasser aufgelöstem Kartoffelmehl gut sämig gekocht. In diese heiße Soße werden 3 Pfd. gekochte, geschälte in Scheiben geschnittene Pellkartoffeln getan und an warmer Herdstelle zugedeckt $\frac{1}{2}$ Std. ziehen gelassen. Beim Anrichten kann man den

Salat mit feingehacktem Schnittlauch oder gehacktem Dill bestreuen.

171. Roter Salat.

1 Pfd. eingemachte oder gekochte frische rote Rüben werden feinstreifig geschnitten und unter den nach vorigem Rezept bereiteten Salat gemischt.

172. Heringsalat mit weißen Bohnen.

2 Salzheringe werden 12—24 Stb. gewässert, gereinigt und feinstwürfelig geschnitten. Die Heringsmilch wird geschabt und mit etwas Essig und 1 reichlichen Eßlöffel Senf verrührt. 2—3 Pfd. gekochte Pellkartoffeln werden in kleine Würfel oder Scheiben geschnitten, die Heringe, einige geschnittene saure Gurken, Zwiebel und Apfel — wenn man sie hat — hinzugefügt. 1 Tasse weichgekochte weiße Bohnen werden mit der Senfsoße vermischt, alles andere dazugetan und mit Essig und Zucker abgeschmeckt.

Gurkensalat mit roh gebratenen Kartoffeln (s. S.) 25.

Billiges, nahrhaftes Backwerk.

173. Kriegskuchen.

Eignet sich sehr gut ins Feld zu schicken oder auf Ausflüge mitzunehmen.

1 Pfd. Kriegsmehl wird trocken mit 1 Eßlöffel Anisförmchen, der abgeriebenen Schale einer Zitrone, 5 Eßlöffel Zucker und 1 Päckchen Backpulver in einer Schüssel gut gemischt. Dann rührt man 1 Tasse kalten, schwarzen Kaffee darunter und zuletzt $\frac{1}{2}$ Pfd. Apfelgelee oder Apfelkraut, das man etwas erwärmt, wenn es zu dick sein sollte.

Auch kann man den Kuchen durch Zimt, Rosinen, Korinthen, Zitronat und geriebene Mandeln noch verfeinern.

174. Kriegskuchen anderer Art.

$1\frac{1}{2}$ Pfd. Kriegsmehl wird in einer Schüssel mit 1 Eßlöffel Kakao, 1 Teelöffel Zimt, 1 Teelöffel gestoße-

nen Nellen, $1\frac{1}{2}$ Päckchen Backpulver und $\frac{1}{2}$ Pfd. Zucker gut vermischt, dann nach und nach 1 Pfd. Sirup und so viel Milch daruntergerührt, daß ein nicht zu fester Teig entsteht, den man in einer Napftuchenform oder länglichen Kastenform bäckt.

Nach Belieben kann man auch 1 Tasse Korinthen oder Rosinen in den Teig mischen.

175. Marmeladenkuchen.

Man verrühre in einer Schüssel 200 g beliebige süße Marmelade mit 5 Eßlöffel Zucker, der abgeriebenen Schale und dem Saft einer halben Zitrone und 2 Eigelb $\frac{1}{4}$ Std. lang, mische dann $\frac{3}{4}$ Pfd. tags vorher gekochte, geriebene Kartoffeln, 1 Eßlöffel geriebene Semmel, 1 Päckchen Backpulver und zuletzt den festen Schnee der 2 Eiweiß darunter. Man fülle die Masse in eine beliebige Form, die man mit Fett ausgestrichen hat und backe ungefähr $\frac{3}{4}$ Std. Wenn der Kuchen vorher schon braun wird, so decke man ein gefettetes weißes Papier darüber, damit er nicht zu dunkel wird.

176. Billiger Napftuchen.

Ein guter halber Liter ungekochte saure dicke Milch wird mit 1 Eigelb, 6 Eßlöffel Zucker, Saft und abgeriebene Schale einer halben Zitrone und 2 Eßlöffel zerlassenem, lauwarmem Fett verquirlt. Das Eiweiß wird zu festem Schnee geschlagen, leicht daruntergemischt. In der Backschüssel mischt man sorgfältig $\frac{3}{4}$ Pfd. Maismehl mit 1 Päckchen Backpulver und mischt nach und nach recht glatt die gequirte Milch darunter.

Eine Napftuchenform wird mit Fett ausgestrichen und mit feinem Zucker ausgestreut, der Teig hineingefüllt (die Form darf nur $\frac{3}{4}$ gefüllt sein) und ungefähr 1 Std. in mäßiger Ofenhize gebacken. Dann wird er vorsichtig auf ein Sieb gestürzt und mit feinem Zucker besiebt. Der Kuchen hält sich mehrere Tage saftig.

177. Obstkuchen von Biskuitteig ohne Butter.

2 Eigelb werden mit 60 g Zucker schaumig gerührt, dann 60 g Kartoffelmehl, oder halb Weizenmehl, halb Kartoffelmehl dazugesetzt. Die Masse wird $\frac{1}{2}$ Std. lang gerührt und dann in einer mit Fett ausgestrichenen Tortenform in mäßiger Ofenhize $\frac{1}{2}$ Std. gebacken.

125 g Zucker werden mit $\frac{1}{8}$ l Wasser und 3 Blatt Gelatine einmal aufgekocht, so daß sich beides in dem Wasser auflöst, dann 1 Pfd. Kirschen oder gereinigtes Beerenobst wie, Erdbeeren, Himbeeren, Johannisbeeren, darin einige Minuten gedämpft und dann kaltgestellt. Wenn das Obst zu erstarren beginnt, gibt man es auf den fertiggebackenen Tortenboden.

Auch kann man jede Art gedämpftes Obst oder Marmelade auf den gebackenen Tortenboden füllen.

178. Obsttuchen von Kartoffelteig ohne Fett und ohne Mehl.

5 Eigelb werden mit 5 Eßlöffel Zucker recht schaumig gerührt, dann $1\frac{1}{2}$ Pfd. tags vorher gekochte, geriebene Kartoffeln damit vermischt und zuletzt der feste Schnee der 5 Eiweiß. $\frac{3}{4}$ des Teiges breitet man auf dem Boden einer geschmierten Torten- oder Springform aus, den Rest drückt man mit dem Löffel als Rand an den inneren Rand der Form und drückt ihn auch gut an den Teigboden fest. Der Teigrand fällt nicht um, sondern bleibt beim Backen stehen. Nun wird die Torte in den Ofen gestellt und bei guter Mittelhitze $\frac{3}{4}$ —1 Std. gebacken. Nach dem Auskühlen wird sie mit beliebigem Obstkompott gefüllt. Am besten schmeckt Stachelbeer- oder Rhabarberkompott. Das Kompott wird mit dem Schaumlöffel aus dem Saft gehoben und nach dem Erkalten auf die Torte gelegt. Der Saft wird dick eingekocht und abgekühlt darübergegossen. Auch kann man in dem heißen Saft 3 Blatt Gelatine auflösen, dann braucht man ihn nicht so kurz einzukochen, seiner ist es jedoch ohne Gelatine.

179. Kirschentuchen ohne Mehl und ohne Butter.

5 Eigelb werden mit 5 Eßlöffel Zucker und der abgeriebenen Schale einer halben Zitrone $\frac{1}{2}$ Std. lang recht dickschaumig gerührt, dann mischt man 5—6 Eßlöffel geriebene Semmel oder halb Brot, halb Semmel darunter und zuletzt den festen Schnee der 5 Eiweiß. Eine kleine Tortenform wird mit Fett ausgestrichen, die Hälfte des Teiges hineingefüllt, eine Lage dicht nebeneinander gelegter großer, schwarzer, nicht entkernter Kirschen oder halbsaure Weichselkirschen daraufgelegt und mit dem Rest des Teiges so bedeckt, daß die Früchte ganz

zugebedt sind. Die Torte wird langsam 1 Std. gebacken und mit feinem Zucker bestäubt zu Tisch gegeben.

180. Mohrrübenkuchen, sehr nahrhaft.

1 Pfd. Mohrrüben werden gepuzt, sauber gewaschen und roh auf dem Reibeisen gerieben.

$\frac{1}{2}$ Pfd. Walnüsse oder Haselnüsse oder Mandeln (ohne die Schalen gewogen) werden gerieben. 3—4 Eiweiß werden zu festem Schnee geschlagen und dann mit 200 g Zucker und dem Saft einer halben Zitrone $\frac{1}{2}$ Std. lang gerührt. Dann rührt man nach und nach die geriebenen Nüsse oder Mandeln, die geriebenen Mohrrüben, 2 bis 3 Eßlöffel geriebene Semmel, $\frac{1}{2}$ Teelöffel Backpulver oder 1 Eßlöffel Rum und die abgeriebene Schale einer halben Zitrone darunter, gibt die Masse in eine mit Fett aus-



Fig. 17 Mohrrübenkuchen.

gestrichene Kasten- oder Tortenform, und bäckt bei mäßiger Ofenhitze ungefähr 1 Std. — Die Eigelbe kann man auch in den Teig rühren, nötig sind sie jedoch nicht.

181. Kürbis-Schwarzbrod.

6 Tassen Kriegsmehl oder 3 Tassen Roggenmehl und 3 Tassen Maismehl werden mit 1 Teelöffel Salz und



Fig. 18. Kürbis-Schwarzbrod.

2 Teelöffel Backpulver trocken gut gemischt, dann werden nach und nach 2 Tassen Kürbissaft, $\frac{1}{2}$ Tasse brauner Sirup und 2 Tassen Milch hineingerührt, so daß es ein glatter Teig ist. Man füllt ihn in eine große oder

2 kleinere gut mit Fett oder Butter ausgestrichene Kastenformen oder Napfkuchenform, bedeckt ihn mit einem gefetteten Papier, damit die Oberfläche nicht zu braun wird und bäckt das Brot in mäßiger Ofenhitze, bis an einem hineingesteckten Hölzchen beim Herausziehen nichts hängen bleibt (s. Fig. 18).

Kürbissaft: Ein Stück reifer Kürbis wird geschält, in Stücke geschnitten und auf heißer Herdplatte ohne Wasser aufmerksam gedämpft, bis er ganz zerfallen ist. Nach einigem Verkühlen preßt man den Saft durch ein Tuch ab und kocht ihn mit etwas Zucker dicklich.

182. Kürbiskuchen.

1 Stück reifer, aber nicht weicher Kürbis wird in Stücke geschnitten und ohne Wasser zu Brei gedämpft und durch ein Sieb gestrichen.

Von diesem Brei nimmt man 1 Tasse voll, mischt



Fig. 19. Kürbiskuchen.

$\frac{1}{2}$ Tasse Zucker, 1 Ei, 3 Tassen Mehl, 1 Eßlöffel geschmolzene Butter oder Fett, $\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz und 3 Teelöffel Backpulver darunter, füllt den Teig in mehrere kleine gerippte oder glatte Förmchen oder in eine größere Form, oder in eine Kasserolle, die man gut mit Butter

oder Fett ausgestrichen und dann mit Mehl bepudert hat und bäckt in mäßiger Ofenhitze die kleinen Kuchen 25 Min., die großen etwas länger.

Will man die Kuchen zum Kaffee oder Tee geben, so kann man auch ein wenig Zimt oder gestoßenen Ingwer in den Teig mischen (s. Fig. 19).

183. Graubrot.

Brotreste werden in kleine Stücke gebrochen. Davon nimmt man $1\frac{1}{2}$ Tasse voll, legt es in eine Schüssel, gibt $\frac{1}{2}$ l kaltes Wasser darüber und läßt es über Nacht weichen. Dann wird es durch ein Sieb gestrichen, $\frac{1}{4}$ Tasse Sirup oder Fruchtgelee hinzugefügt, sowie auch $1\frac{1}{2}$ Tasse Roggenmehl, $1\frac{1}{2}$ Tasse Maismehl und $1\frac{1}{2}$ Tasse Grahammehl oder nur $4\frac{1}{2}$ Tasse Kriegsmehl, ferner noch $1\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz und 3 Teelöffel Backpulver und

1¼ Tasse kaltes Wasser hinzugefügt. Der Teig wird in eine beliebige Form oder Kasserolle gefüllt und langsam gebacken, bis an einem hineingesteckten Hölzchen beim Herausziehen nichts hängen bleibt, was ungefähr 1½ Std. dauert.

184. Kartoffelgebäck.

Frisch gekochte Kartoffeln werden zerdrückt, so daß man 2 Tassenköpfe voll davon hat. Man knetet sie in einer Schüssel mit 2 Eßlöffeln heißer Milch, 1 Eßlöffel zerlassener Butter oder Fett, 1 Teelöffel Zucker, 1 Messerspitze Salz und 1 Tasse Mehl. Aus diesem Teig werden 3 Rollen gemacht,



Fig. 20. Kartoffelgebäck.

jede in 4 Scheiben geschnitten auf ein heißes Backblech gelegt oder in der Pfanne auf dem Herd von jeder Seite 5 Min. schön braun gebacken. Man gibt sie warm mit Zucker bestreut zu Tisch. Oder — in Friedenszeiten mit frischer Butter bestrichen.

Man kann diese Kuchen auch von übriggebliebenen Kartoffeln bereiten, schmecken von frisch gekochten aber besser.

185. Kartoffelhörnchen.

Tags vorher gekochte Kartoffeln werden geschält und gerieben. Ein tiefer Teller voll davon wird auf dem Backbrett mit einer großen Tasse Mehl, 1 Eßlöffel recht kalter Butter oder Fett, 3 Eßlöffel Zucker, ½ Teelöffel Salz und 1 Ei tüchtig geknetet. Dieser Teig wird dann dünn ausgerollt und in ungefähr handlange und ebenso breite Vierecke geschnitten. Auf die Mitte eines jeden wird etwas dickes Apfelmus oder Gelee gelegt, darüber dann zwei Ecken des Teiges übereinander geschlagen, diese Ecken umgebogen und das Ganze halbrund gebogen, so daß sie Hörnchen gleichen. Man legt sie alle nebeneinander auf ein gefettetes Backblech und bäckt sie hellbraun. Sie schmecken warm und kalt gut. Auch

kann man sie mit einer Fülle aus feingewiegtem Schinken, 1 Ei und etwas feingehackter Petersilie und einer feingehackten Sardelle füllen und sind dann auch zum Tee sehr beliebt.

186. Kartoffelbrot.

500 g Kriegsmehl werden mit 1 Päckchen Backpulver gut gemischt. In einer Schüssel werden 2 Eßlöffel Fett glatt gerührt, mit 2 Eßlöffel Zucker, 1 Ei, zuletzt Saft und abgeriebene Schale einer halben Zitrone und $\frac{1}{4}$ l Milch damit vermengt. Dann gibt man nach und nach das Mehl und 3 gekochte, geriebene Kartoffeln und etwas Salz dazu und verarbeitet alles zu einem glatten Teige, was ungefähr $\frac{1}{2}$ Std. dauert. Davon werden zwei nicht zu dicke längliche Brote geformt, auf ein gefettetes Backblech gelegt, mit Wasser bestrichen und ungefähr 1 Std. schön hellbraun gebacken. Während des Backens werden sie noch zweimal mit warmem Wasser bestrichen. Das Brot soll erst am andern Tage gegessen werden.

Einnachen der Früchte ohne Zucker.

Bei der jetzigen Zuckerknappheit dürfte es vielen Hausfrauen erwünscht sein, zu wissen, daß alles Kom-



Fig. 21. Das Einfüllen der Beeren in Flaschen.

pottobst, sowie Marmeladen und Säfte ohne Zucker eingemacht werden können. Ohne Zucker eingekochte Früchte behalten sogar besser den feinen Fruchtgeschmack und ihre schöne Farbe, und manche Hausfrau wird sicher auch in zuckerreichen Zeiten dieses Einnachen ohne

Zucker vorziehen, wenn sie es erst einmal versucht hat. Beim Gebrauch hat man nur nötig, die Früchte aus dem Glase zu schütten und den Saft mit dem nötigen Zucker aufzukochen. Kleine Beerenfrüchte, wie Preiselbeeren und Heidelbeeren brauchen nicht aufgekocht zu werden, sondern werden nur einige Stunden vor dem Gebrauch mit dem nötigen feinen Zucker vermischt.

Zu den großen Früchten wie: Birnen, Pfirsiche, große Erdbeeren und ganze Pflaumen, müssen wir die Konservengläser mit luftdichtem Verschluss haben, bei den kleinen Früchten wie: Preiselbeeren, Heidelbeeren, Himbeeren, Stachelbeeren und kleinen Erdbeeren kommen wir ohne diese Gläser aus und benutzen alle Flaschen die sich im Haushalt ansammeln oder billig zu kaufen sind; natürlich dürfen sie keine Sprünge haben, sondern müssen tadellos ganz sein. Bierflaschen mit Patentverschluss sind immer vorzuziehen, wenn man sie haben kann, sonst alle Rotwein- und Champagnerflaschen. Sie müssen mehrere Tage vor dem Gebrauch sauber gewaschen und umgekehrt in einen Eimer oder Korb gestürzt werden, damit sie vollständig austrocknen. Sauberkeit ist die Hauptsache. Zu den Flaschen ohne Patentverschluss brauchen wir neue Korken, die in kochendem Wasser gebrüht werden, bis sie sich leicht zusammendrücken lassen.

Das Brechen der Flaschenhälse. Um aus den Flaschen das Eingemachte bequem herausnehmen zu können, schlägt man nicht einfach den Hals der Flasche ab, wie das meistens geschieht, weil dadurch sehr leicht Glassplinter in das Eingemachte kommen, sondern man macht den kleinsten Herdring im Feuer glühend, nimmt ihn mit dem Feuerhaken heraus und schiebt ihn über den Flaschenhals, wie Fig. 22 zeigt. Nach einigen Augenblicken springt die Flasche rings um den Ring, man tropft dann auf die gesprungene Stelle etwas kaltes Wasser, damit der Riß vollständig durchspringt. Danach kann man den Flaschenhals abheben und das Obst bequem ausschütten.



Fig. 22. Das Brechen der Flaschenhälse.

187. Das Kochen.

Ist man im Besitz eines „Wackapparates“, so wird man die gefüllten Gläser natürlich darin erhitzen. Ebenso die gefüllten Flaschen, die man nebeneinander auf den Einsatz stellt und so viel laues Wasser hineingießt, daß es bis zum Hals der Flaschen reicht und ganz langsam auf 80—90° erhitzt, nicht höher. Andernfalls legt man auf den Boden eines gewöhnlichen großen Kochtopfes, der etwas höher als die Flaschen sein muß, eine dicke Lage zerzupftes Zeitungspapier oder Heu, stellt die Flaschen oder Gläser darauf, stopft auch die Zwischenräume mit Papier oder Heu aus, damit sie feststehen, gießt so viel laues Wasser hinein, daß es bis an den Hals der Flaschen oder Gläser reicht, stellt den Topf auf die Herdplatte — nicht auf offenes Feuer, weil sonst die Flaschen leicht platzen —, und läßt das Wasser ganz langsam bis kurz vor's Kochen kommen, richtig kochen soll es nicht, sonst platzen leicht die Flaschen. Auf diesem Hitzegrade hält man es dann so lange, wie in den Rezepten angegeben ist. Danach wird der Topf vom Herd genommen und erst nach dem Erkalten nimmt man die Flaschen heraus.

Kompottfrüchte in Gläsern ohne Zucker.

(Pflirsiche, Birnen, Aprikosen usw.)

188. Die Früchte werden geschält, entkernt, dabei in Hälften geschnitten in Wackgläser gefüllt, so viel abgekochtes Wasser darübergelassen, daß sie nicht ganz bedeckt sind, mit Gummiring und Deckel luftdicht geschlossen und im Wackapparat 25 Min. bei 90—100° erhitzt.

Beim Gebrauch wird der Saft mit Zucker nach Geschmack aufgekocht, die Früchte in den noch heißen Saft gelegt und kaltgestellt.

Kompottfrüchte in Flaschen ohne Zucker.**189. Rhabarber.**

Der zarte rosa Rhabarber ist der beste. Er wird dünn geschält, in 2—3 cm lange Stücke geschnitten, die man der Länge nach noch einmal durchschneidet, damit sie durch den Hals der Flasche gehen. Dabei stößt man die Flasche

auf einem vielfach zusammengelegten weichen Tuche öfter auf, damit recht viel in die Flasche geht, gießt nur $\frac{1}{4}$ Tasse abgekochtes erkaltetes Wasser darüber. Auf diese Weise füllt man so viel Flaschen, wie man haben will, verkorkt und überbindet sie kreuzweise mit Bindfaden, wenn es keine Patentflaschen sind, und erhitzt sie im Wasserbade nach Nr. 187 $\frac{3}{4}$ —1 Std.

Beim Gebrauch wird er aus der Flasche geschüttelt und mit dem Saft und dem nötigen Zucker ausgekocht.

Man kann den Rhabarber auch in Stücke geschnitten mit einigen Eßlöffeln Wasser in einem Topfe weichdämpfen und abgekühlt mit dem Saft in die Flaschen füllen und dann noch $\frac{1}{2}$ St. sterilisieren.

190. Unreife Stachelbeeren.

Die Beeren werden von Stiel und Blüte befreit, sauber gewaschen und nach voriger Nummer fest in die Flaschen eingerüttelt. Man kann $\frac{1}{4}$ Tasse abgekochtes erkaltetes Wasser darüber füllen oder nichts hinzutun. Die Flaschen werden verkorkt und nach Nr. 187 $\frac{1}{2}$ Std. erhitzt.

Beim Gebrauch werden die Beeren mit Zucker nach Geschmack und etwas Zitronenschale aufgekocht und kaltgestellt.

191. Himbeeren und Brombeeren.

Von Himbeeren oder Brombeeren werden die Stiele und Blättchen entfernt, schnell gewaschen und abgetropft, in die Flaschen gefüllt, diese geschlossen und nach Nr. 187 $\frac{1}{2}$ Std. erhitzt.

Beim Gebrauch werden sie nur mit Zucker vermischt.

192. Kirschen.

Die Kirschen, am besten saure (Schattenmorelle), werden gewaschen und ganz oder entkernt in die Flaschen gefüllt und so viel abgekochtes erkaltetes Wasser darübergegossen, daß sie fast bedeckt sind. Dann werden die Flaschen geschlossen und $\frac{1}{2}$ Std. nach Nr. 187 erhitzt.

Beim Gebrauch wird der Saft abgegossen, mit Zucker nach Geschmack gesüßt, mit Kartoffelmehl ganz leicht sämig gemacht und die Kirschen einmal darin ausgekocht. Oder man kocht den Saft mit Zucker so kurz ein, daß er sämig genüg ist.

193. Heidelbeeren.

Die Beeren werden sauber verlesen, in viel Wasser gewaschen und abgetropft, dann in Flaschen gefüllt und ohne Wasser hinzuzugießen die Flaschen geschlossen und $\frac{1}{2}$ Std. nach Nr. 187 erhitzt.

Beim Gebrauch werden sie nur mit Zucker vermischt zu Tisch gegeben.

194. Preiselbeeren.

Die Beeren werden verlesen, sauber gewaschen, abgetropft und fest in die Flaschen eingerüttelt, wie bei Nr. 189 gesagt ist. Man kann $\frac{1}{4}$ Tasse abgekochtes erkaltetes Wasser in jede Flasche gießen, wenn die Beeren nicht sehr saftig sind. Die Flaschen werden geschlossen und $\frac{1}{2}$ Std. nach Nr. 187 erhitzt.

Beim Gebrauch werden die Beeren möglichst 2 Std. vorher mit reichlich feinem Zucker vermischt, nicht gekocht.

195. Blaue Pflaumen.

Reife Pflaumen, die sich leicht vom Kern lösen, werden gewaschen, der Länge nach in Viertel geschnitten und ohne die Steine in die Flaschen gefüllt. Man kann sie so lassen oder $\frac{1}{4}$ Tasse gekochtes erkaltetes Wasser darübergießen, dann werden die Flaschen geschlossen und $\frac{1}{2}$ Std. nach Nr. 187 erhitzt.

Marmeladen ohne Zucker einmachen.

196. Die gewählten Früchte, wie: Himbeeren, Erdbeeren, Johannisbeeren, unreife oder reife Stachelbeeren, Rhabarber, Preiselbeeren, oder mehrere Fruchtarten zusammen werden gewaschen, Stiele und Blüten entfernt und in wenig Wasser weichgekocht, so daß sie zerfallen und mit dem Saft durch ein Sieb gestrichen, oder wer die Kerne in der Marmelade liebt, streicht sie nicht durch. Der Brei wird in Flaschen oder Weckgläser gefüllt, luftdicht geschlossen und $\frac{1}{2}$ Std. nach Nr. 187 erhitzt.

Will man davon später Marmelade bereiten, so tut man gut, diese nur auf eine Woche im Vorrat zu kochen, weil man sie dann nicht so kurz einzukochen braucht und weniger Zucker dazu nötig ist. In diesem Fall nimmt man auf jedes Pfund Fruchtbrei $\frac{1}{2}$ Pfd. Zucker und

kocht ihn zur gewünschten Dicke ein, sie hält sich, in kleinen Töpfchen mit Pergamentpapier zugebunden, 8 Tage. Soll sie sich monatelang halten, so muß man auf jedes Pfund Fruchtbrei 1 Pfd. Zucker nehmen und dick einkochen.

Auch kann man die in Gläsern und Flaschen eingemachten Kompottfrüchte mit ihrem Saft und dem nötigen Zucker im Winter zu Marmelade kochen.

Fruchtsaft ohne Zucker auch für Gelee einzumachen.

197. Die Früchte, wie Himbeeren, Johannisbeeren, Erdbeeren, Kirschen werden mit der Holzstelle leicht zerdrückt und fast ohne Wasser langsam erhitzt, bis sie viel Saft gezogen haben. Dann gießt man sie in den Saftbeutel oder auf ein aufgespanntes weißes Barchenttuch und läßt den Saft, ohne zu pressen, in eine daruntergestellte Schüssel ablaufen, was bis 12 Std. dauert.

Der Saft wird dann in trockene Flaschen gefüllt, diese geschlossen und 15 Min. im Wasserbade nach Nr. 187 erhitzt. Im Beckapparat bei 90°.

Dieser Saft wird beim Gebrauch nach Geschmack gesüßt und dient als Soße zu Flammeris und andern kalten Süßspeisen, mit Wasser verdünnt als erfrischende Limonade und zur Bereitung der sehr wohlschmeckenden und gesunden kalten und warmen Obstsuppen. Auch kann man die vortrefflichen Fruchtgelees davon bereiten, genau wie von frisch gewonnenem Saft.

Einfache Marmeladen mit Zucker eingemacht.

198. Pflaumenmus.

Recht reife blaue Pflaumen werden gewaschen, entkernt und etwa madige Stellen weggeschnitten. Dann werden sie in den Einmachetopf geschüttet und nur mit einigen Eßlöffeln Wasser unter stetem Rühren dick eingekocht. Sind die Pflaumen nicht süß genug, so kann man beim Kochen etwas Zucker hinzufügen, sowie auch einige Gewürznelken und 1 Stück Zimt.

Das Mus wird in trockene Steintöpfchen gefüllt, in der Röhre überbacken, dann dick Zucker darübergestreut und nach dem Erkalten zugebunden und an trockenem Ort aufbewahrt.

199. Mohrrübenmarmelade.

Auf 1 Pfd. Mohrrüben rechnet man $\frac{1}{2}$ Pfd. Zucker, Saft und Schale von einer halben Zitrone und 1 Messerspiße Salz.

Die Mohrrüben werden gepuht, sauber gewaschen, roh durch die Fleischmaschine getrieben und mit $\frac{1}{2}$ l Wasser und den oben angegebenen Zutaten zu dicker Marmelade eingekocht.

200. Kürbismarmelade.

Der Kürbis wird geschält, ausgepuht und in größere, viereckige Stücke geschnitten. Zu 500 g Kürbis nimmt man 250 g Zucker, die abgeriebene Schale und den Saft einer Zitrone, und 7 g ganzen Ingwer, schüttet alles in eine Schüssel und läßt diese zugedeckt bis zum nächsten Tage stehen. Dann wird der Saft abgegossen und etwas eingekocht, dann der Kürbis dazugetan und unter tüchtigem Rühren zu dicker, durchsichtiger Marmelade gekocht. Diese ähnelt der besten Aprikosenmarmelade und hält sich gut.

Trocknen oder Dörren von Obst, Gemüse und Pilzen.

Obst und Gemüse kann man in der warmen Herdröhre auf einer Darre oder einem mit festem Papier belegten Backbleche dörren, wobei die Röhre nicht zu heiß sein darf.

Das getrocknete Obst und Gemüse wird vor dem Gebrauch über Nacht in so viel kaltes Wasser gelegt, daß es bedeckt ist und dann in diesem Wasser wie frisches gekocht.

201. Apfel und Birnen.

Diese werden geschält oder die Birnen ungeschält in Viertel oder Achtel geschnitten, dabei das Kernhaus entfernt und dann eng aneinander, aber nicht aufeinander, auf die Darre oder das Blech gelegt und unter öfterem Wenden im Ofen getrocknet, bis sie nicht mehr feucht, aber noch biegsam sind. Nach dem Erkalten in Stoff- oder Papierbeuteln lustig aufbewahren.

202. Pflaumen.

Diese sind schwerer zu trocken und dürfen nur ganz gelinde Wärme haben, sonst fließt der Saft heraus.

Man stellt sie auf der Darre ganz dicht nebeneinander, mit der Stielseite nach oben, oder legt sie auf das Blech dicht nebeneinander, und wendet sie öfters bis sie trocken sind, was 10—12 Stunden dauert.

203. Kirſchen.

Reife ſaure oder ſüße Kirſchen werden entſtielt auf einen großen Bogen Papier dicht nebeneinander gelegt und zuerſt einige Tage in einen ſonnigen, luſtigen Raum gelegt zum Abwelken, wobei man ſie täglich umrüttelt. Dann werden ſie mit dem Papier auf die Darre oder das Blech gelegt und im Ofen langſam getrocknet, was 6—8 Std. dauert.

204. Pilze.

Die Pilze werden nicht gewaſchen, ſondern nur abgeſchabt, wo es nothwendig iſt, und alles Unbrauchbare entfernt, dann in große, aber dünne Scheiben geſchnitten, wo es geht, gleich mit dem Stiel zuſammen, dann auf Brettern an der Sonne getrocknet. Oder man reiht ſie mit einer großen Nadel an Fäden und hängt ſie in die Sonne.

205. Karotten und Kohlrabi

ſchneidet man in feine Stifte oder Scheiben und trocknet ſie im Ofen.

206. Grüne Bohnen.

Zarte friſche grüne Bohnen werden abgeſädel, gewaſchen, fein geſchnippelt und im Ofen langſam getrocknet, ſo daß ſie grün bleiben und nicht etwa braun werden. Beim Gebrauch abends vorher im Waſſer einweichen und in demſelben Waſſer kochen wie friſche.

Alphabetisches Register.

A.		Seite	G.		Seite
Apfel-Bettelmann	61	Gemüse-Gierfuchen	67		
" " Kartoffeln	45	" " Reis	39		
" " Ringe, gedämpfte	18	" " Sülze	58		
" " Speise, rote	60	" " Suppe	19 32		
" " Suppe	32	Graubrot	72		
Apfel, das Dörren der	80	Graupensuppe	14, 31		
Aprisojensuppe	25	Grievenschnitzel	53		
B.			G.		
Biskass, gehackte	14	Gurken, geschmorte	15		
" " bulgarische	34	" " saure	63		
Birnen, das Dörren der	80	" " Salat	7, 35		
Blaubeerspeise	26	Gulasch	35, 35, 63		
Blumentohl mit Pilzen	42	H.			
" " Schnitzel	51	Hafersflockenbrätlinge	25		
" " Sülze	58	" " Suppe	16, 30		
Bohnen, grüne, mit Matjeshering	16	Hafermehlpuffer	65		
" " " mit Sezierer	42	" " Suppe	6, 22		
" " " das Dörren der	81	Hammelfleisch mit Bohnen	23		
" " " Schnittbohnen mit Tomaten	29	Heidelbeeren einmachen	78		
Bohnen, weiße, mit Speck	28	Heringe in Senfsoße	64		
" " " in gelber Soße	36	" " grüne	53		
" " " mit Tomaten	37	Herings-Häckerle	62		
" " " Sauertraut	37	" " Kartoffeln	44		
" " " Mohrrüben	37	" " Kloppe	34		
" " " Apfel	37	" " Salat mit Bohnen	68		
Bohnensuppe	10, 17	" " Schnitzel	53		
Bohnenschnitzel	51	Himbeeren einzumachen	77		
Bratkartoffeln, rohe, mit Gurkensalat	27	Hirtjeschnitzel	52		
Brombeeren einmachen	77	I.			
Brotsuppe	12	Iabelsau gebraten	24		
D. E.			Ialbsbrustragu	20	
Dillkartoffeln	26	Ianinchenragu	35		
Gierfuchen, gefüllte	11, 29	Karotten, das Dörren von	81		
Einmachen der Früchte ohne Zucker	74	Kartoffeln als Brotaufstrich	63		
Erbensuppe	19	" " holländische	44		
F.			" " saure	44	
Fisch, gedämpfter	54	" " neue mit Hering	20		
" " mit Mostschloße	12	Kartoffelbrot	44		
" " Spargel	55	" " Brot	74		
" " Buletten	13, 55	" " Gebäck	78		
" " Kloppe	53	" " Gulasch	22		
" " Pfanne	67	" " Dörnschen	78		
" " Sülze	58	" " Klöße	9, 47		
Flammeri	15	" " Pudding	45, 46		
Fleischkloppe in Senfsoße	34	" " Puffer	65, 66		
Flundern, gebratene	29	" " Salat	13, 67		
Fruchtsaft ohne Zucker	79	" " Schnitzel	52		
		" " Suppe	8		

	Seite		Seite
Kerbelsuppe	28	Pilze mit Ei	67
Kirsch-Bettelmansstuchen	61	" das Dörren der	81
" Kloß	48	Pflaumen, blaue	78, 80
Kirschen einzumachen	77	" Klöße	48
" dörren	81	" Mus	79
" Flammeri	21	Polenta	49, 49
" Kaltchale	22	Polentaklöße	49
" Kuchen	70	Preiselbeeren einzumachen	78
Kochkäse	62	" Speise	60
Kohlragemüse	40		
" mit Fischfüllung	40	N.	
" " Pilzen	41	Reischnitzel	18
" das Dörren von	81	" Suppe	17
Kohlrollen mit Graupenfüllung	30	Retzich	64
Kohlrüben	40	Rhabarber in Flaschen ohne Zucker	76
Kompottfrüchte ohne Zucker einzu- machen	76	" Flammeri	59
Kopfsalat	11, 22	Rindfleisch, getohtes	26
Krautgemüse	43	Roggenmehlsuppe	31
" Schnitzel	51	Rührei	19
Kriegsstuchen	68, 68		
Kürbis wie Spargel	42	S.	
" Gemüse	42	Salat roter	68
" Kuchen	72	Salzheringe gebraten	55
" Marmelade	80	Sardellensoße	56
" Schwarzbrod	71	Sauerkrautpuffer	65
		" Suppe	33
L. M.		Schmorfleisch	17
Linse, saure	38	Schnittlauchsoße	26, 56
" Schnitzel	52	Schusterpaste	64, 64
Lunge, saure	36	Schweinebauch mit Mohrrüben	28
" Klopfe	33	Schweinebraten	7
Maisgrießspeise	61	Schweinsgulach	10
Marmeladen ohne Zucker	78	Sellerie mit Kartoffeln	39
" Kuchen	69	" Reis	39
Mohrrüben mit Schotenkernen	23	Semmelbäckchen	54
" Kuchen	71	Semmelpfanne mit Salat	66
" Marmelade	80	Senfsoße	56
" Suppe	27	Spargelgemüse	18, 43
		" Sülze	57
N. D.		Spinat mit Ei	8
Napfstuchen, billiger	69	" Schnitzel	51
Nudeln	46, 46	" Suppe	9
" mit Käse	17	Stachelbeeren einzumachen	77
" in Milch	47	" Flammeri	59
" von Quark	47	" Größe	60
Nudelpfanne	66	" Speise	10, 60
" Schnitzel	52	Suppe von gedörrten Äpfeln	32
Obststuchen	69, 70		
" Suppe	31	T. Z.	
		Tomaten als Brotbelag	63
N.		" Soße	57
Petersilie-Kartoffeln	44	" Suppe	24, 32
Pichelsteiner	35, 38, 38	Weißer Käse	63
Pilaw ohne Fleisch	39	Weißer Soße	56
Pilzbratlinge	23	Weißkraut	43
" Schnitzel	50	Zwiebelkartoffeln	44
" Soße	56	" Soße	56

Von derselben Verfasserin erschien:

Illustriertes Kochbuch

für die einfache und feine Küche

von

Mary Sahn

Ein unentbehrliches Lehr- und Nachschlagebuch für
Hausfrauen und Köchinnen, unter besonderer
Berücksichtigung der Anfängerinnen

Enthaltend:

2300 Originalrezepte, mit 406 praktischen Bildern

Preis: dauerhaft gebunden, 700 Seiten stark, 5 Mark

Wie die Hausfrauen und Köchinnen über das Buch urteilen:



Probekbild aus dem Kochbuch zu 5 Mark.

gan, besonders durch die hübschen Abbildungen Anregung zu neuen Versuchen, so daß ich es bei Gelegenheit bestens empfehlen kann.

Karlsruhe i. B.

Frau Eppeler.

Ersuche Sie, mir noch 2 von den außerordentlich praktischen Kochbüchern senden zu wollen. Alle, die es bei mir sehen, sind entzückt davon, und in meinem eigenen Hause wird es viel gebraucht. Es ist wirklich auf das wärmste zu empfehlen.

Reinbeck.

Frau J. Müller-Wirkened.

... Ihr Kochbuch gefällt mir sehr, die Speisen daraus sind billig und doch sehr schmackhaft und dabei schön verzert. Ich kann dasselbe jeder Hausfrau empfehlen.

Graudenz.

Frau Luise Wiedmann.

... Mein Mann bestellte zu Weihnachten das große Kochbuch von Ihnen. Ich hatte es mir nicht so reichhaltig und schön gedacht. Auch ist es so einfach und leichtverständlich in seinen Erklärungen; ich kann es in jedem Fall warm empfehlen.

Saldenburg.

Frau Amtsrichter Eise Schneid.

Mary Hahn's Kochbuch berücksichtigt insbesondere sparsames Wirtschaften u. Resteverwendung



Probepild aus dem Kochbuch zu 5 Mark.

.... Hierdurch teile ich Ihnen mit, daß mir Ihr Kochbuch außerordentlich gut gefällt. Ich bin glücklich, daß ich es habe. Es erleichtert mir das Kochen sehr. Ganz besonders interessieren mich die vielen Abbildungen der wirklich schön angerichteten Salate, Kompotte und Teetischgerichte, Teegebäcke und Kuchen. Ich bin sicher, daß jede Hausfrau, die diesen Schatz besitzt, Ihnen dankbar sein wird. Ich werde es gern weiter empfehlen.

Antwerpen.

Frau G. Droessaert.

Ihr Kochbuch hat mir und meinen Töchtern viel Freude gemacht, so daß besonders die jungen Mädchen, angeregt durch das hübsche Anrichten der Speisen, mit viel mehr Lust an das Kochen gehen.

Deutschferno.

Frau Pfarrer Langhoff

.... An Ihrem zu Weihnachten bezogenen Kochbuch habe ich außerordentliche Freude gefunden! Es ist bei seiner Vielseitigkeit leicht übersichtlich und verständlich. Ganz besonders aber interessiert darin das so wunderschön, mit einfachen Mitteln dargestellte Anrichten und Verzieren von Speisen, Torten und anderem mehr. Gerade darin habe ich mir in der kurzen Zeit, in der ich dieses Buch besitze, so manches Vorbild entnommen und Beifall damit geerntet.

Mittergut Berthelsdorf.

Frau Sarfert.

Dieses prächtige Buch sollte in keiner Familie fehlen.

Aufgabe der Küche ist es, durch zweckmäßige Zubereitung unverfälschter Speisen und Getränke Leib und Geist leistungsfähig zu machen und beide bei frischer Arbeitslust und Kraft zu erhalten. Wenn sich manche Hausfrau voll bewußt wäre, wieviel Krankheiten an Gatte und Kindern sie verhindert, wieviel Verstimmungen und Mißhelligkeiten im ehelichen Leben sie vermeidet, wieviel Freude und Annehmlichkeiten sie in der Familie schafft durch eine gute sorgfältige Kochkunst, dann würde sicher eine solche Gattin und Mutter alle ihre weibliche Sorgfalt aufwenden, um den an sie gestellten Pflichten bezüglich einer guten Küche gerecht zu werden. Darum sollte jede Hausfrau auch im kleinsten Haushalt sich das Kochbuch von Mary Hahn anschaffen! **Trotz der gesteigerten Lebensmittelpreise wäre sie in der Lage, ihre Familie billiger, nahrhafter und gesünder zu verpflegen,** wenn sie nach diesem Buche kocht. Dasselbe zeigt in außerordentlich klarer Ausdrucksweise, die gerade in anderen Kochbüchern fehlt, die Technik des Kochens, ferner das sparsame Wirtschaften und

die Verwendung der Reste, die so oft achtlos weggeworfen werden. Außerdem zeigt das Buch an über 400 Bildern, wie die Speisen herzustellen und anzurichten sind, nach denen selbst die ungelübte junge Hausfrau und Köchin, sowie jede Anfängerin sogleich geschieht zu kochen versteht.

Der Inhalt des Buches:

Außer dem sorgfältig bearbeiteten Text bringt das Kochbuch 406 prachtvolle Abbildungen schön angerichteter Vorspeisen, garnierter Fleisch- und Fischschüsseln sowie den so oft vermischten Abschnitt über Pasteten und Blätterteig, mit vielen erläuternden Bildern; zahlreiche Abbildungen von Torten, Kuchen, feinem Teegebäck, Pralinés, sowie Festtagsbäckerei. Besonders interessant dürfte jeder Hausfrau der Abschnitt: Teetisch- oder Abendgerichte sein, mit seinen zahlreichen Abbildungen von gefüllten Eiern, gefüllten Tomaten, Fleisch und Fisch in Gelee, sowie Wurst, Schinken und Butter zierlich anzurichten. Sehr bequem für die Hausfrau ist die Bewirtung ihrer Gäste mit einem hübsch garnierten pikanten Salat, mit appetitlichen, fertig belegten Brötchen und Käseschnitten, deren Zubereitung nur kurze Zeit beansprucht. Alles dies zeigt das Buch in leichtverständlicher Darstellung. Ferner die Kapitel: Klöße / Soßen / Suppen / Fische / Fleisch / Geflügel / Tranchieren / Gemüse / Kompotte / Salate / Saure Sülzen / Majonnaisen / Eier / Omelettes / Eierluchen / Plinzen / Puddinge / Aufläufe / Flammeris / Gelees / Cremes / Eis / Getränke usw.

Außer der großen Ausgabe zu 5 M. gibt es noch folgende kleinere Auszüge:

Kleine Ausgabe

mit 150 Bildern. Preis 3 Mark.

Schmackhafte Hausmannskost

mit 54 Bildern. Preis 1.80 Mark.

Billige Mahlzeiten

mit 30 Bildern. Preis 1 Mark.

Ferner

Das Einmachen der Früchte und Gemüse,
sowie die Bereitung der Fruchtsäfte, Gelees, Marmeladen und Liköre.

242 Rezepte mit 27 Abbildungen. Preis 1 Mark.

Die leichte verständliche Darlegung der Rezepte wird gewiß in jeder Hausfrau die Lust zum Selbsteinmachen wecken. Mit wieviel mehr Appetit ist Selbsteingemachtes zu genießen, und wie so manche Abwechslung kann man damit dem einfachsten Mittagstisch bieten. Wie reizvoll gestaltet sich ein Frühstückstisch mit einem Gläschen durchsichtig klarem Obstgelee. Und wie gern essen es die lieben Kleinen anstatt der Butter auf Semmel gestrichen!

Gesunde Kinder / Glückliche Eltern!



Oft ist Leichtsinu und Vernachlässigung, aber zumeist doch Unwissenheit die Ursache des Krankseins und des Dahinsiehens der Kinder! Und wieviel Leid könnte erspart bleiben, wenn die Eltern das Gedeihen ihrer Kinder mit mehr Ernst verfolgten, und nicht erst, wenn es meistens zu spät ist, durch allerlei Maßnahmen das Schlimmste abwenden wollen. Hier soll nun das neu erschienene Buch

„Ich und mein Mütterlein“ von Dr. med. P. Croner Gutes schaffen!

Besonders seien aus dem überaus reichen Inhalt die folgenden Kapitel erwähnt: Die Eigenart des weiblichen Körpers und seine Veränderung durch die Schwangerschaft / Die Entwicklung im Mutterleibe / Die Schwangerschaftspflege / Störungen während der Schwangerschaft / Die Geburt / Die Pflege der Mutter im Wochenbett und während des Stillens /

Die körperliche und seelische Entwicklung des Säuglings / Erste Handgriffe in der Pflege des Säuglings / Natürliche und künstliche Ernährung / Das Abstillen / Krankheitsursachen des Neugeborenen und des Säuglings / Pflege des Kleinkindes / Gesundheitsstörungen des Kleinkindalters / Infektionskrankheiten, wie Masern, Röteln, Scharlach usw.

Kurz, es ist alles Wissenswerte in dem prächtigen Buche niedergelegt, und es wird in der Hand der Frau tausendfach Gutes stiften. Eine größere Anzahl Abbildungen warnt vor falschen, die Gesundheit schädigenden Anwendungen und erklärt, wie das und jenes zu handhaben ist.

Das Buch sollte in keiner Familie fehlen, und Mütter sollten es ihren verlobten Töchtern schenken, damit diese ebenso wie mit der Aussteuer auch vor der Hochzeit sich mit dem Buche beschäftigen können; es eignet sich vorzüglich zur Mitgift jeder Braut. — Auch angehende Ehemänner und Väter sollten das Buch lesen.

Das Buch kostet gebunden nur 5 Mark und ist in den meisten Buchhandlungen vorrätig; wo nicht erhältlich, sendet es auch direkt der Verlag: W. Hahn, Verlagsbuchhandlung in Wernigerode im Harz

Mary Hahn

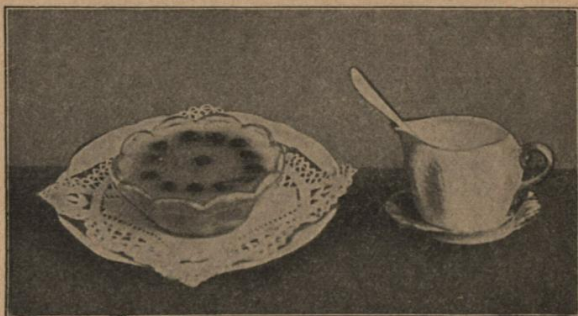
Illustrierte Krankenkost gebunden 8 Mark.

Noch niemals war es wohl so notwendig zu wissen,
wie Krankenkost zubereitet wird, als jetzt,

wo der unerbittliche Krieg so viele Wunden geschlagen hat und die Notwendigkeit an uns herantritt, für Kranke zu kochen.

Hängt schon für gesunde Menschen von gut zubereiteten Mahlzeiten das Glück und Wohlergehen ab, wieviel schwerer und verantwortungsvoller ist die Zubereitung der Krankenkost.

Bei der Behandlung der verschiedenen Krankheiten ist die richtige Ernährung die Hauptsache. Von ihr hängt der Kräftezustand, ja oft das Leben ab. Darum sollte



Probepbild aus Mary Hahn's illustrierter Krankenkost.

nicht nur die Hausfrau, sondern auch jede Krankenpflegerin gut zu kochen verstehen, damit sie den Anordnungen des Arztes folgen kann. An den Zutaten für Kranken Speisen soll man niemals sparen wollen, denn eine gute zweckmäßige Kost ist oft die beste Medizin. Wenn auch manches durch die jetzige Kriegslage schwer zu beschaffen ist, so geht doch alles einzurichten.

Wenn dann die Genesung des Kranken vorwärts schreitet, so ist auch große Abwechslung in den kleinen Speisen notwendig, und besonders auch das hübsche Anrichten, das appetitanregend auf den Kranken wirkt und ihn gewissermaßen verlockt, einige Bissen zu kosten, und damit ist schon viel gewonnen. Der Kranke muß dadurch täglich von neuem fühlen, daß uns keine Mühe für ihn zu viel ist, er muß fühlen, daß wir um ihn besorgt sind, daß wir ihn lieb haben und sein Leiden mit ihm tragen. Dieses Mitgefühl und die Fürsorge hebt ihn über viele Schmerzen hinweg und läßt ihn auf endliche Genesung hoffen. Das Alles wird die Hausfrau in dem neuen Buch von Mary Hahn, die

„Illustrierte Krankenkost“

finden, und es allen Hausfrauen und Pflegerinnen zur Anschaffung empfohlen; auch dem Arzt möge es ein Helfer und Berater sein. — Betont soll noch werden, daß die Rezepte sich nicht nur für wirkliche Kranke eignen, sondern auch für in der Ernährung heruntergekommene, entkräftete, altersschwache Personen und für Magenschwache.

Das Buch enthält über 500 Originalrezepte mit 200 Abbildungen, außerdem einen Anhang ärztlicher Ratschläge.

Die vorstehenden Bilder sind in den meisten Buchhandlungen vorrätig; wo nicht erhältlich, sendet auch der Verlag direkt: M. Hahn, Verlagsbuchhandlung in Wernigerode.

