

Inhalt.

	Seite
Vorwort.	1
Anfertigung und Ausnützung der Kiste	9
Anleitung für das richtige Kochen in der Kiste.	17
Das Kochen, Backen und Braten in der gekauften Kochkiste	27
Kochdauer der einzelnen Speisen bei ihrer Zubereitung in der Kochkiste	30
Für Fleisch.	30
" Hülsenfrüchte.	31
" Sauerkraut und Kohl.	32
" junges, frisches Gemüse	32
Reis.	33
Nudeln	33
Erdäpfel.	34
Obst für Kompott	34

Rezepte:

Suppen

Suppe aus grünen Erbsen.	35
Suppe von Erbsenhülsen	35
Rindsuppe	36
Gemüsesuppe anderer Art	37
Paradeissuppe	37
Salat- und Spinatsuppe	38
Schwammerlsuppe	38
Graupensuppen.	38

Fleischspeisen

Gurkenbraten.	39
Schwammerlfleisch.	40
Gemüsebraten	40
Gespickter Rindsbraten ohne Speck	40
Paradeisbraten.	41
Pichelsteinerfleisch, Rindsgulasch, Kalbs- und Schweins- gulasch und Kalbsragout	42

	Seite
Schöpfernes mit weißen Rüben	42
Lämmernes mit Schwämmen und Zeller	42
Lämmernes mit Haferreis	43
Schöpfernes mit Haferreis	43
Wildfleisch	44
Wildfleisch mit getrocknetem Gemüse	44
Gemüse	
Gelbe Rüben oder Karotten	44
Kohlrüben	45
Kochsalat	45
Alle Erdäpfelgemüse	46
Rüben mit Paradeis	47
Rüben mit groben Ulmergersteln (Graupen)	47
Rüben mit weißen Fisoln	47
Rüben mit Schwammerln	48
Weiße Fisoln mit Paradeis	48
Erdäpfelgulasch	49
Kotkraut, ebenso wie frisches, junges Kraut	49
Rote Rüben als warmes Gemüse	49
Buddings und Aufläufe	
Beuschelauflauf oder Pudding	50
Kohlpudding oder Auflauf	51
Nudelauflauf	52
Krautpudding oder Auflauf	52
Ulmergerstel- (Graupen-) Auflauf oder Pudding	53
Zusammengekochtes	53
Polenta	54
Hirse Speisen	55
Einige Kuchen- und Tortenrezepte	
Erdäpfeltorte	56
Rußtorte mit Bohnenmehl	56
Mirber Kuchen	57
Maiskuchen	57
Ankochzeiten und Kochdauer einzelner Speisen	
Was man beim Kochen in der Kiste beachten muß	60