

Motto:

„Wir halten durch“, spricht vor
Feinden umstellt, der Krieger in
Feld.

„Wir halten durch“, denkt von
Sorgen verzehrt, die Mutter am
Herd.

(Anna Pappritz)

„Die Küche rettet das Vaterland!“

*Dieser Ausspruch Fried. Naumanns
charakterisiert wohl am besten die Zeit
in der wir leben und macht uns die
ungeahnte Bedeutung klar, die Haus-
wirtschaft und Küche jetzt besitzen.*

*Außerste Sparsamkeit mit den vor-
handenen Lebensmitteln ist erste pa-
triotische Pflicht, und wir Hausfrauen
müssen stolz darauf sein, auch mit
unserem „Haushalten“ unseren Lieben
im Felde zum Siege zu verhelfen, denn
wir wissen, daß die erste Vorbedin-
gung des militärischen, der wirt-
schaftliche Sieg ist.*

Vom Standpunkte der Praxis und wirklichen Billigkeit sind die nachfolgenden Rezepte diktiert und werden daher auch gewiß die verdiente Beachtung und Verwertung finden.

Möge dies Büchlein allen Hausfrauen nützen und mögen sie alle, die uns durch den Krieg zur Pflicht gewordene Sparsamkeit nicht als Last und bittere Notwendigkeit empfinden, sondern dieselbe stolz und freudig als Opfer auf dem Altare des Vaterlandes niederlegen.

Wien, im März 1915. Elvira Rott.

KRIEGSBROT

im Hause zu bereiten. Aus 2 dkg Germ mit Gerstenmehl ein Dampf machen, gut aufgehen lassen, 1/2 kg gekochte, geschälte Erdäpfel passieren, heiß mit 1/2 kg Maismehl und 1/2 kg Mischmehl vermengen, Salz, Kümmel dazugeben und mit dem Dampf nebst der nötigen Menge Wasser gut durchkneten. Einen Wecken formen, aufgehen lassen, dann auf ein vorher erhitztes Blech geben und eine Stunde backen.

Die Kriegsküche bevorzugt mehlfreie oder mehlarme süße Speisen, spart Butter und Fett und gibt reichliches Obst an die Kinder, verwendet nur Mischmehl und bevorzugt Maismehl, wendet sich mehr als bisher der Fischnahrung zu, die, vernünftig zubereitet, ein vollständiger Ersatz der Fleischnahrung ist.

Suppen

soll man jetzt, wo es nötig ist mit den vorhandenen Lebensmitteln äußerst sparsam umzugehen, möglichst einfach bereiten. — Sehr empfehlenswert ist folgende Methode: Fleischsuppen kocht man am besten, indem man Fleisch und Gemüse zusammen kocht. Bei dieser Bereitungsart wird Zeit, Fett und Heizmaterial erspart. Besonders wohl-schmeckend sind solche Suppen aus Hülsenfrüchten z. B. Bohnen, Graupen oder Erbsen. Ein nicht zu mageres Stück Rindfleisch oder Hammelfleisch wird in einem genügend

großen Topf mit den Bohnen oder einer anderen Hülsenfrucht, mit der nötigen Menge Wasser, einem Stückchen Zwiebel, Salz und einer Messerspitze voll Paprika zum Kochen gestellt und muß nun solange langsam kochen bis Fleisch und Hülsenfrüchte weich sind, was gewöhnlich in 2 bis 2½ Stunden der Fall ist. Für die Bereitung in der Kochkiste empfiehlt es sich, das Fleisch ungefähr ½ bis ¾ Stunden vorzukochen.

Falsche Suppen

werden wie gewöhnlich gekocht. Verwendet man Gerstenmehl zum Einbrennen, so ist es empfehlenswert, das Mehl, ehe es in das heiße Fett kommt, vorzutrocknen. Ohne Einbrenn bereitete Suppen schmecken ebenfalls sehr gut, wenn man für je einen Liter Suppe einen Kraut- und Nährwürfel mitkochen läßt. In der *Nährhefe* haben wir ein vorzügliches Präparat, welches jeder Suppe und jedem Gemüse zugefügt werden kann und der Speise dadurch erhöhten Nährwert verleiht.

Gelbe Rübensuppe.

Die Rüben werden geputzt, gewaschen, geschnitten, in kaltem Salzwasser zugestellt, $1\frac{1}{4}$ bis $1\frac{1}{2}$ Stunden gekocht, dann passiert, eine Petersilieneinnmach (Butter oder Fett mit Gerstenmehl) mit Rindsuppe oder dem Rübenwasser aufgegossen, etwa noch fehlendes Salz hinzugegeben: In einem Suppentopf die Legierung (1 Dotter, 2 Löffel Rahm, nußgroß Butter) mit einer Gabel zerkloppt, die Suppe hineingegossen und serviert.

Sofie Nachod.

Kümmelsuppe.

6 dkg. Gerstenmehl gibt man mit gestossenem Kümmel in 5 dkg. heißes Schweinefett, läßt es braun rösten, dann gießt man zuerst mit etwas kaltem, dann heißem Salzwasser ($1\frac{1}{2}$ Liter) auf und läßt die Suppe zugedeckt mindestens eine Stunde schwach kochen. Als Einlage kann man geröstet. Semmel- oder Brotwürfel geben. (Das Gerstenmehl zuerst erhitzen.)

Sofie Nachod.

Getrocknete, grüne Erbsensuppe.

Ein halbes Kilogramm grüne, getrocknete Erbsen werden gekocht und passiert. Eine Einbrenn von Butter oder Fett mit Gerstenmehl (siehe Kümmelsuppe), feingehackter Zwiebel, Salz und Pfeffer mit dem Passierten hinein und aufkochen lassen.

Sofie Nachod.

Seefisch, gebraten, Nr. 1.

Ein beliebiger Fisch wird geschuppt oder enthäutet, gewaschen, trocken abgewischt, innen und außen gesalzen, mit Zitronensaft beträufelt und auf beiden Seiten in 3 cm breiten Abschnitten eingekerbt. In jeden Einschnitt kommt ein mit rotem Paprika vermisches Stückchen Butter, Margarine oder Speck, dann legt man den Fisch in die bebutterte Pfanne und bratet ihn bei starker Hitze je nach der Größe 20 bis 40 Minuten. — Erdäpfelsalat dazu.

Stockfischlaibchen.

Ein Stück gut gewässerter Stockfisch wird in Salzwasser und wenig Wurzelwerk gekocht, dann aus dem Sud genommen und fein gehackt, mit einer geweihten Kriegsemmel, einem Ei, Pfeffer, gehackter Petersilie gut vermischt, Laibchen geformt, diese in Brösel gewälzt und dann in Oel oder irgend einem Fett gebacken.

Seefisch, gebraten, Nr. 2.

Den Fisch putzen, salzen in Streifen schneiden, in eine bebutterte Pfanne einordnen, dann Zitronensaft darüber träufeln, einige Stückchen Butter oder Margarine darauflegen, dann wieder eine Lage Fisch und so fort bis aller Fisch verbraucht ist. Die oberste Lage mit geriebenen Parmesan- oder Schweizerkäse bestreuen und langsam in der Röhre durchbacken. Man kann je nach Geschmack auch gehackte Petersilie, Pfeffer oder Paprika oder Schnittlauch zwischen die Fischstücke geben.

Seefisch mit Wurzeln.

Eine große Zwiebel dünnblättrig schneiden, dann eine Petersilienwurzel, eine gelbe Rübe, ein Stückchen Zeller nudelig schneiden, dies alles in einen Liter Wasser wickeln kochen. Einen beliebigen Seefisch putzen, in zweifingerbreite Stücke schneiden, salzen, in die Wurzelbrühe geben und langsam durchkochen lassen. Zum Schluß ein Stückchen Butter mit Mehl, Paprika und gehackter grüner Petersilie vermischen, dies zum Fisch geben, noch eine Weile verkochen lassen, den Fisch anrichten und die Brühe durch ein Sieb darübersehen. Polenta dazu.

Schleie gebraten.

Der Fisch muß erst mit Salz abgerieben werden, dann geschuppt und ausgenommen, in Stücke geschnitten, mit Zitronensaft, Salz und feingehackter Zwiebel eine Stunde mariniert liegen. Dann in eine Bratpfanne gelegt, mit heißer Butter

Margarine, Oel oder Fett über-
gossen und bei starker Hitze im Rohr
rasch abgebraten werden. Vor dem
Anrichten kocht man das Angelegte
mit 2 bis 3 Löffel sauerem Rahm auf
und gießt den Saft über den Fisch.

Schleie als Paprikafisch.

Fein geschnittener Zwiebel wird
in wenig Butter leicht angeröstet,
der mit Salz abgeriebene, geschuppte
in Stücke geschnittene Fisch da-
zugegeben, so viel Wasser darüber
gegossen, daß der Fisch bedeckt
ist, gesalzen und erst wenn der Fisch
kocht, Paprika nach Geschmack dazu
geben. Sehr langsam eine halbe
Stunde kochen lassen.

Hammelfleisch in Bier.

Ein halbes Kilo nicht zu fettes
Hammelfleisch, am besten von der
Schulter, in Würfel schneiden, salzen,
mit Kümmel bestreuen, eine Brot-
rinde dazugeben, $\frac{1}{4}$ Liter Bier da-
rüberschütten und langsam weich

dämpfen. — Gut in der Kochkiste zu bereiten. — Po'enta dazu.

Hammelfleisch mit Gurken.

Dazu können Reste von gebratenen oder gedämpften Fleisch verwendet werden. — Einen Löffel Mehl in Margarine oder Fett leicht anrösten, mit Wasser vergießen und gut verkochen lassen, dann zwei Essiggurken in kleine Würfel schneiden, in die Tunke geben, zuletzt das in Streifen oder Würfel geschnittene Fleisch und durchkochen lassen. Salz und Pfeffer nach Geschmack.

Hammelfleisch mit Sardellen.

Ein Stück Schulter von Haut und Sehnen befreien und sehr gut klopfen, dann mit Sardellenstreifen und lang geschnittenen gelben Rüben durchspicken, mit Fett bestreichen, fest zusammenrollen und in einer Pfanne mit Fett oder Margarine langsam braten. Oefter begießen und den Braten, wenn er schon eine Kruste

hat, einmal mit Zitronensaft beträufeln. — Auch kalt zu essen.

Hammelfleisch in Kohlblätter gefüllt.

Große Kohlblätter mit kochendem Wasser abbrühen, dann gut ablaufen lassen. Inzwischen Hammelfleisch fein faszieren, mit Salz, Pfeffer, einigen Reiskörnern, ein wenig fein gehackter Zwiebel, einer in Wasser geweichten, gut ausgedrückten Kriegssemmel gut vermengen, auf die Kohlblätter streichen, diese zusammenrollen, die Enden einschlagen, recht dicht neben und übereinander in eine Pfanne einschichten, wenig Wasser dazu gießen und langsam gar dünsten. Feiner wird die Speise, wenn man die Pfanne mit Speckplatten belegt, ehe die Rollen eingelegt werden. — Kochkistenrezept.

Hammelfleisch gedämpft Nr. 1.

Das gut geklopfte vorgerichtete Fleisch von der Schulter, Schlegel oder Rücken wird mit Zitronensaft,

Salz und Pfeffer gut eingerieben, dann mit reichlich Paradeis, einem Stückchen Zwiebel und grüner Petersilie sehr langsam weich gedämpft.

Hammelfleisch gedämpft Nr. 2.

Das Fleisch wird in daumenstarke Stücke geschnitten und lagenweise in die Rein eingeschichtet, zwischen jede Lage Fleisch gibt man eine Lage Zwiebel, Wurzeln, auch Pilze, salzt und würzt nach Geschmack mit Pfeffer, Lorbeerblatt, Petersilie, fügt wenig Schmalz hinzu, schüttet ein Glas Weißwein darüber und dämpft das Fleisch weich. Die Brühe vor dem Anrichten durch ein Sieb streichen.

Hammelfleisch mit Rüben.

Ein Bruststück wird in große Stücke zerschnitten, mit Mehl bestäubt und in einer Rein mit Schmalz halbweich gedünstet. Nun kommen je nach Geschmack saure oder frische Rüben dazu, alles wird fertiggedämpft mit einigen Eßlöffeln voll Rahm verkocht

und, wenn nötig, noch mit Bröseln gebunden. — Ebenso kann man das Hammelfleisch mit Kohl bereiten.

Blitzgericht.

Ein Stück Hammelfleisch vom Schlögel tüchtig klopfen und in dünne Streifen schneiden. Zu je einen halben Kilo Fleisch eine mittelgroße Zwiebel fein schneiden, in Fett, Margarine oder auf Speck hellgelb rösten, eine feingehackte Sardelle dazugeben, dann das Fleisch sowie Salz und Pfeffer und auf starker Hitze rasch abrösten, mit Zitronensaft beträufeln und gleich anrichten. — Salzerdäpfel dazu.

Hammelfleischgulasch.

Zwei bis drei Zwiebel werden in Scheiben geschnitten, dann gibt man das in große Würfel geschnittene Fleisch, Salz und Paprika sowie Paradeis nach Geschmack dazu, überstreut das Fleisch mit einigen Kümmelkörnern und dämpft es sehr langsam unter Hinzugabe von wenig

Wasser weich. Das Gulasch muß eine kurze, schön rote Brühe haben. Vorzüglich eignet sich Polenta dazu.

Hammelfleisch mit Erdäpfel.

Eine Pfanne wird mit dünnem Speck belegt, darauf kommt eine Schichte roher, geschälter, in Scheiben geschnittener Erdäpfel, auf diese gekochtes, in Scheiben geschnittenes Hammelfleisch, dieses wird mit Salz und Paprika sowie fein gehackten Zwiebel bestreut, darauf wieder eine Lage Erdäpfel. Darüber gießt man nun ein wenig Rahm, etwas Wasser oder Fleischbrühe, deckt einen Deckel über die Pfanne und brät die Speise bei guter Hitze.

Pillaw von Hammelfleisch.

Große Würfel von Hammelfleisch werden mit Salz und Wasser langsam weichgekocht. Inzwischen röstet man Reis auf Zwiebel und Schmalz hellgelb, vergießt ihn mit der Brühe, worin das Fleisch gekocht, läßt ihn

gehörig ausquellen und richtet dann das Fleisch mit dem Reis vermischt an.

Hammelfleisch gedämpft Nr. 3.

Ein Stück frisches und ein gleich großes Stück geselchtes Hammelfleisch mit in Scheiben geschnittenen Kartoffeln und Kohl und so viel Wasser, daß das Fleisch bedeckt ist, sowie Salz und Pfeffer, auch Majoran, je nach Geschmack, in einer Pfanne weich dämpfen. — Kochkistenrezept — Polenta als Beilage

Rinderbrust mit Gemüse gefüllt.

Ungefähr 1—1½ kg gut abgelegene Rinderbrust wird sorgfältig entbeint und mit Wurzelwerk und Gewürz eine Stunde lang gesotten. Dann füllt man die Brust mit auf Fett überdunsteten nudelig geschnittenen Kohl, legt sie auf Speckscheiben und dämpft sie unter öfterem Hinzugießen der Brühe, in welcher sie gesotten wurde, weich. Sie wird mit dem eigenen kurzen, klaren Saft aufgegeben.

Rinderbrust, gedämpft

Ein Stück Rinderbrust, je nach Bedarf, wird erst halbweich gesotten, dann auf Wurzelwerk, Gewürz, Speck und wenig Wasser, noch besser Weißwein, weich gedämpft. Die Tunke wird dann entfettet, mit wenig Semmelbrösel gebunden und einigen Eßlöfel voll sauren Rahm aufgekocht. Das Wasser, in welchem man die Brust gesotten, gibt eine kräftige Suppe, in welche man eine beliebige Einlage kochen kann, vorher kocht man einen Kraft- und Nährwürfel ein.

Pfefferfleisch.

Ein Stück ausgelöstes fettes Meisel wird in Würfel geschnitten und unter Beigabe von geschnittener Zwiebel und Salz ohne Fett langsam gedämpft. Das Fleisch muß mehr im eigenen Fett braten als kochen, die Tunke eine hellbraune Farbe haben. Ist das Fleisch unter öfterer Zugabe von Wasser weich geworden, wird etwas gemahlener weißer Pfeffer dazu gegeben. **Beilage** nach Belieben.

Rinderbraten.

Ein Stück gut geklopftes Schulterschmelz brät man in Fett von beiden Seiten braun an, gießt dann siedendes Wasser (einviertel Liter für 1 kg Fleisch) dazu, gibt einige ganze Pfefferkörner an das Fleisch und schmort es langsam weich, wobei man immer wieder Wasser zugeißen muß.

Wadschunken als Fleischsalat.

Der Wadschunken wird wie jedes andere Siedefleisch weich gekocht. Die Suppe kann zu Mittag zu Tisch gegeben werden. Das Fleisch wird in dünne Streifen geschnitten, mit Essig, Oel, Salz, Pfeffer, kleinen in Streifen geschnittenen Gurken, in Scheiben geschnittenen hartgekochten Eiern und etwas Senf vermischt und gibt so zubereitet ein vorzügliches Nichtmahl.

Schnitzel von Rindsleber,

Dazu gehört eine schöne nicht

stark mit Adern durchwachsene Leber, welche von einem jungen Tier stammt. Die Leber wird in schöne 2 cm dicke Stücke geschnitten, diese mit Salz und Pfeffer bestreut in Mehl gedreht und in sehr heißem Fett rasch gebraten.

Milz.

Eine frische Rindermilz schabt man aus der Haut. Nun reibt man eine mittelgroße Zwiebel auf dem Reibeisen und röstet sie auf kleiwürfig geschnittenen Speck hellgelb, gibt die Milz dazu, röstet das ganze bei starker Hitze ungefähr 10 Minuten lang, würzt dann mit Salz und Pfeffer, etwas Majoran, fügt 2 Eßlöffel sauren Rahm dazu, läßt einmal kurz aufkochen und streicht die Masse auf geröstete Brödchen. Sehr fein als selbständige Speise zum Nacht- mahl, dann gebratene Kartoffel dazu.

Kaldaunen gebacken.

Die sorgfältig gereinigten Kuttelflecke (macht der Fleischhauer) sie-

det man mit Salz. Wurzeln und Gewürz weich, was etwa 5--6 Stunden in Anspruch nimmt, daher es empfehlenswert ist, die Kaldaunen schon einen Tag früher als sie gebraucht werden vorzukochen. Sind sie weich, so läßt man sie im Sude erkalten, dann werden sie in Stücke geschnitten paniert und gebacken. Beliebigen Salat dazu.

Gefüllter Kohlkopf.

Ein ziemlich großer Kohlkopf wird gut ausgehöhlt und dann mit siedendem Salzwasser gebrüht. Zur Fülle schabt man $\frac{1}{4}$ kg Rindsleber fein, gibt $\frac{1}{4}$ kg gemahlenes Fleisch, zwei in Milch geweichte ausgedrückte Semmeln, Salz, Pfeffer, ein ganzes Ei und ein großes Stück Butter dazu. rührt alles fein ab, füllt den Kohlkopf und dämpft ihn 2 Stunden in Fett und Wasser.

Fleischsalat.

Alle Reste von gebratenem, gekochtem oder gedämpftem Fleisch,

sei es Schwein, Rind oder Hammel, lassen sich verwenden. Das Fleisch wird in kleine Würfel geschnitten, natürlich müssen Fett, Haut oder Knochen entfernt werden, ein gut ausgewässertes Häring oder Sardelle, einige gekochte Erdäpfel, ein hart gesottenes Ei, 1 — 2 Essiggurken, wenn gekochte, getrocknete oder grüne Fisolen da sind, auch diese. Alles klein schneiden, mit dem Fleisch vermengen und Oel und Essig darüber geben, doch nur soviel, daß das Fleisch eben damit durchzogen ist.

Rindfleisch marinirt.

Ein gut abgelegenes Stück Schulter wird geklopft, gespickt, 12 Stunden in eine Marinade von ziemlich viel Tafelöl, schwachen Essig und Salz gelegt. Dann brät man das Fleisch in Butter und gießt hin und wieder ein Löffel Marinade an. — Mixed pikles oder sonst einen Salat dazu. Die Abfälle wie Haut, Zuwage bräunt man in Fett an, verkocht dann mit

der nötigen Menge Wasser, einen Kraft-Würfel und hat eine kräftige Suppe, in welche man beliebige Einlage geben kann.

Fleischkäse von Bratenresten.

Sehr leicht herzustellen und schmackhaft und billig als Nachmahlspeise. Man rechnet auf ein halbes Kilo Braten 15 dkg. Speck. Beides wird zweimal durch die Fleischmühle getrieben. Ein halbes Kilo Schweinsleber mit wenig Zwiebel dünsten, dann passieren, eine Kriegssemmel in Wasser einweichen, gut au drücken, Salz, Pfeffer, Majoran nach Geschmack dazugeben, alles mit dem Fleisch fest vermischen, dieses in eine mit Fett beschmierte Pfanne eindrücken und eine Stunde auf folgende Art im Rohre backen oder auf der Herdplatte sieden. — Die Pfanne in eine etwas größere, worin siedendes Wasser ist, stellen, dann zudecken und kochen lassen.

Hirnwürste.

Ein gebrühtes, abgehäutetes Rinds-

hirn wird sehr fein gehackt und auf Schmalz nebst gehackter Petersilie gedünstet, Erkalte, wird es gesalzen, gepfeffert, auf Oblaten in Form von Würstchen gerollt, in Brösel gedreht und gebacken. Paradeistunke dazu.

Krautkuchen.

Ein großer fester Krautkopf, von dem man den Strunk ausgeschnitten hat, wird in Salzwasser weich gekocht, abgekühlt und ausgedrückt, worauf man ihn nudelig schneidet. Eine feuerfeste Form wird mit Butter ausgestrichen und mit Brösel bestreut, dann legt man eine Schicht Kraut ein, gibt darauf gehörig gewürztes, gehacktes Fleisch von Bratenresten oder Suppenfleisch oder Rauchfleisch, 1 bis 2 Löffel Rahm darüber, wieder Kraut, dann Fleisch, bis die Form voll ist. Die oberste Krautschicht belegt man mit Speckplatten und bäckt nun den Kuchen, bis der Speck hellbraun ist.

Kohlsohnitzel.

Den in kleine Stücke geschnittenen

Kohl in kochendes Wasser gehen und einmal aufwallen lassen, dann abtropfen und mit etwas Fett und Salz ganz weich dämpfen. Ausgekühlt, wird der Kohl in einer Schüssel glattgedrückt, hierauf Koteletten daraus formen, panieren und in Schmalz backen.

Schwammsohnitzel.

Dazu eignen sich alle Sorten von Schwämmen. Die Schwämme werden sauber geputzt, gewaschen, dann ausgedrückt und auf wenig sehr fein gehacktem, hell gerösteten Zwiebel gedünstet. Nach dem Erkalten fügt man gehackte grüne Petersilie, 1 Ei, 1 in Milch oder Wasser geweichtes, ausgedrücktes Kriegsweckerl, Salz und Pfeffer dazu, formt Schnitzel daraus, dreht diese in Brösel und bäckt sie in heißer Margarine.

Erdäpfel als Paprikasoh.

Eine große Zwiebel fein hacken, mit Schmalz lichtbraun rösten, 6—7 Stück geschälte, in Würfel geschnit-

tene Erdäpfel dazu geben, salzen und nach Geschmack paprizieren, etwas Paradeismark, so viel Wasser dazu gießen, daß die Erdäpfel davon bedeckt sind u langsam weichkochen.

Erdäpfel gefüllt, Nr. 1.

Mittelgroße Erdäpfel werden roh geschält und möglichst gut ausgehört, die Abfälle sind für Suppe zu verwenden. Ein Stückchen zarte Rinds- oder Schweinsleber wird fein geschabt, mit wenig gehackter Petersilie und fein gehackter, gerösteter Zwiebel sowie einer in Wasser geweichten und ausgedrückten Kriesssemmel, Salz und Pfeffer vermischt. Mit dieser Masse werden die Erdäpfel gefüllt, dann in eine mit Fett bestrichene Pfanne gestellt und in der heißen Röhre gebraten. Von den Leberresten eine Tunke dazu machen indem man etwas Gerstemehl in Fett ausröstet, die gehackten Leberabfälle nebst Petersilie, Salz, Pfeffer und die nötige Quantität Wasser dazugibt und gut verkochen läßt.

Erdäpfel gefüllt, Nr. 2.

Man brät ungelähr 12 Stück mittelgroße Erdäpfel im Rohre gar. Dann schneidet man von jeden einen Deckel ab, höhlt die Erdäpfel mit einem Löffelchen aus und passiert die Masse. V rher hat man Reste von gesottenem oder gedämpftem oder gebratenem Rindfleisch fein gemahlen, einen Teller davon mischt man nebst $\frac{1}{8}$ Liter Rahm, Salz, Pfeffer und Majoran, sowie ein großes Stück Butter zu den passierten Erdäpfel, mischt alles tüchtig durch und füllt die Erdäpfel wieder ein. Dann gibt man die Deckel wieder daraut, stellt die Erdäpfel dicht nebeneinander ins Backblech, läßt sie im Rohr tüchtig durchhitzen und richtet sofort an.

Spinatauflauf.

Der gewaschene, in Salzwasser überkochte Spinat wird fein gehackt oder durch die Fleischmühle getrieben. Zu $\frac{1}{2}$ kg Spinat weicht man 3 Semmel in Milch, drückt sie gut

aus, verrührt sie mit 12 dkg. Butter, 4 Eidotter, Salz, Pfeffer und dem Schnee der 4 Klar, gibt zuletzt den Spinat dazu, füllt die Masse in eine bebutterte Form und bäckt den Auflauf eine Stunde.

Spinatpudding.

6 Deka Butter rührt man flaumig ab, gibt dann 4 Eidotter, ungefähr 10 Deka gekochten, passierten Spinat dazu, rührt wieder gut ab, fügt dann noch eine in Milch geweichte, ausgedrückte Semmel, gehackte grüne Petersilie, 2 Löffel sauren Rahm, Salz, Pfeffer sowie den festen Schnee der 4 Klar bei, füllt in eine bebutterte Puddingform und siedet den Pudding dreiviertel Stunden in Dunst.

Gemüseauflauf.

Beliebiges Gemüse, wie Karfiol, Kohlsprossen, grüne Erbsen, Karotten, Champignons, werden in Salzwasser weich gekocht, die Champignons in Butter gedünstet. Nun bereitet man aus Fett eine ganz

lichte Einbrenn, vergießt mit Milch, gibt das Gemüse dazu und fügt dann für 6 Personen 3 Dotter sowie den Schnee der 3 Klar hinzu, füllt den Auflauf in eine bebutterte Form und läßt ihn in der Röhre backen. Eier natürlich erst nach Erkalten der Einbrenntunke dazugeben.

Gemüseschnitzel.

In Butter gedünstete Champignons sowie eine Handvoll roher gebackter Spinat werden mit 2 in Milch geweichten und ausgedrückten Semmeln gehackter grüner Petersilie, 1 ganzen Ei, Salz und Pfeffer gut vermischt, dann fügt man so viel Brösel hinzu, als nötig ist, um Schnitzchen formen zu können. Diese werden in Mehl, Ei und Brösel paniert und aus heißem Schmalz gebacken. Kartoffelmus dazu.

Kartoffelpudding.

Aus 10 dkg Butter oder Fett und zwei Eßlöffel voll Mischmehl wird eine semmelgelbe Einbrenn gemacht, diese dann mit drei

Zehntelliter Milch vergossen und während des Kochens fest gerührt, hierauf zu kühlen geessen. Dann gibt man 4 Dotter, 2 Eßlöffel geriebenen Parmesankäse, von 4 Eiklar den Schnee dazu, mischt alles gut, schichtet die in Salzwasser weich gekochten Karfiolrosen in eine feuerfeste Schüssel, mit den Köpfen nach oben, ein, übergießt mit der Masse und läßt den Pudding im Rohr schön gelb backen.

Hirseknödel.

Hirse muß zwei bis dreimal gebrüht werden um ihr den für uns ungewohnten Geschmack zu nehmen. Die so abgebrühte Hirse wird in Milch weich gekocht, und zwar einviertel Liter Hirse in 1 Liter Milch. Ist die Hirse schon weich, so fügt man 5 dkg Butter dazu und läßt die Masse erkalten. Dann fügt man 2 ganze Eier, 2 Löffel Rahm, etwas Salz und soviel Gerstemehl dazu, daß man Knödel formen kann, rollt diese in Mehl und kocht die Knödel

In Salzwasser. Mit Butter oder Margarine abschmalzen.

Hirsebrein.

In 1 Liter siedender Milch, gezuckert oder nur gesalzen, kocht man einen halben Liter gut durchgewaschener Hirse und läßt sie langsam ohne Aufrühren weichkochen. Sobald sie dicklich ist, gibt man sie in ein gut bebuttert's Kasserol, streicht oben ebenfalls Butter darauf und stellt sie ins Rohr. Wenn sie angerichtet wird, gibt man die gebräunte Seite nach oben.

Sofie Nachod.

Hirsebreinauflauf.

Man verührt den gekochten Hirsebrein mit Zucker nach Geschmack und 3—4 Douern, mischt den Schnee dazu und bäckt ihn in einem Model.

Sofie Nachod.

Ein Nationalgericht aus Westphalen.

Ein halbes Kilo Reis wird mit

Salzwasser abgebrüht, ein halbes Kilo gedörrte Zwetschken werden sehr sauber gewaschen. Eine im heißen Wasser ausgewaschene Serviette legt man in eine Rein, streut Reis und Pilawen in mehreren Lagen übereinander, bindet die Serviette so zu, daß genügend Raum zum Ausquellen bleibt, gibt unter die Serviette einen Teller, gießt dann siedendes Wasser zu und läßt nun sehr langsam, fast eine Stunde kochen. Beim Anrichten stürzt man die Speise auf eine Schüssel, gießt Schmelzbutter darüber und bestreut mit Zucker und Zimmt.

Erdäpfelknödel mit Haldenmehl.

Zu 1 kg gekochter und geriebener Erdäpfel gibt man 6 dkg Butter oder Margarine, 2 Eier, 1 Eßlöffel Milch, Salz und soviel Haldenmehl, daß die Masse fest wird Knödel formen und in siedendem Salzwasser kochen, mit Butter abschmalzen.

Germteig,

welcher als Strudel, Buchtel u. s. w. verwendet werden kann.

1 viertel Kilo Margarine, 3 ganze Eier, 1 achtel Kilo Staubzucker, gut abtreiben, 3 dkg. in 1 halben Liter Milch aufgelöste Germ dazu geben, die Masse fest verquirlen und so lange stehen lassen bis sie gut aufgegangen ist. Dann 1 viertel Kilo Maismehl und 15 dkg. Mischmehl, Saft und Schale einer halben Zitrone, Salz dazugeben, den Teig fest abschlagen und sollte er zu fett sein, noch etwas Milch dazugießen. — Den Teig nicht erst aufgehen lassen, sondern sofort verwenden u. zw. je nach Geschmack Buchtel oder Strudel formen, die beliebig füllen und dann erst tüchtig aufgehen lassen. Vor dem Backen mit Milch bestreichen

Nudel-Tatscherln

oder sonstige gesottene Mehlspeisen aus Gerstenmehl werden wie aus

Weizenmehl bereitet, nur empfiehlt es sich, das Mehl vorzutrocknen und den Teig fester zu machen als gewöhnlich.

Kartoffelmehltorte.

12 dkg Butter fest verrühren, dann 4 Dotter, 12 dkg Staubzucker, Zitronenschale oder Vanille, 4 dkg abgezogene geriebene Mandeln sowie den Schnee der vier Eiweiße darunter mischen, in ein bebutertes Tortenblech füllen und langsam backen.

Gugelhupf von Kartoffelmehl.

12 dkg Butter schaumig rühren, 3 Eidotter, 2 Eßlöffel Rahm, 2 Eßlöffel Staubzucker, knapp 2 dkg aufgelöste Germ dazugeben und aufgehen lassen, dann 10 dkg Kartoffelmehl sowie den Schnee der 3 Eiweiße nebst etwas Salz darunter

mischen. In bebutterter Form nochmals aufgehen lassen und langsam backen.

Kartoffelmehlauf.

4 Eßlöffel voll Kartoffelmehl, 6 dkg Staubzucker in ein viertel Liter Milch glatt rühren, dann mit 3 dkg Butter oder Margarine über Feuer zu dickem Brei verrühren. — Noch lauwarm 4 Dotter, dann 4 Schnee, etwas Salz, Zitronenschale, 1 Kaffeelöffel Rum dazu mischen, in bebutterter Form backen und sofort anrichten.

Kartoffelmehlpudding.

Ein halber Liter Milch mit Zitronenschale auskochen lassen, 2 Kinderlöffel Kartoffelmehl mit etwas kalter Milch glatt rühren, dann die kochende Milch darüber gießen und bis zum Erkalten rühren. 3 ganze Eier schaumig schlagen, mit 7 dkg Zucker, 1 Eßlöffel Rum und etwas Salz unter den Brei mischen, das Ganze in bebutterter, ausgebröselter Form backen.

Weißkirchner-Torte.

56 dkg Kastanien werden weich gekocht oder in der Röhre gebraten, heiß geschält und passiert. Dann treibt man 20 dkg Zucker mit 5 Dottern flaumig ab, gibt gleichzeitig mit dem Schnee von 5 klar die passierten Kastanien nach und nach hinzu. Ein kleinerer Teil der Masse wird kaltgestellt, der andere Teil, dem man noch eine Messerspitze Backpulver zufügte, in gebutterter, gebröselter Form langsam gebacken. Erkalte, wird die Torte auseinandergeschnitten, mit der vorher kalt gestellten Masse gefüllt und eventuell glaciert und mit Schlagobers gespritzt.

Erfunden u. mitgeteilt S. Nachod.

Sterz aus Gerstenmehl.

20 dkg Gerstenmehl läßt man in einer Kasserole unter stetem Rühren sehr heiß werden, gießt nach und nach einen halben Liter stark gesalzenes kochendes Wasser zu und ver-

rührt den Sterz mit einer Gabel so, daß lauter kleine Stückchen entstehen. 10 dkg Speck werden kleinstwürflig geschnitten, geröstet bis die Grieben gelb werden und mit dem Sterz verrührt. *Sofie Nachod.*

Knödel.

8 Semmeln werden würflig geschnitten und mit 4 dkg heißem Fett, in dem Zwiebel und Petersilie angeröstet wurden, sowie mit ein achtes Liter Milch oder Wasser, wo 1 Ei versprudelt wurde, übergossen, gesalzen und stehen gelassen. Dann gibt man 3 dkg Gerstenmehl dazu, verrührt den Teig gut, formt Knödel und kocht sie im Salzwasser.

Sofie Nachod.

Butternockerl.

5 dkg Butter oder Fett werden mit 1 Dotter flaumig abg rührt, etwas Salz, 2 Löffel Milch, 6 dkg Gerstenmehl zugleich mit dem Schnee dazugegeben, verrührt den Teig, formt Nockerl und läßt sie einige Minuten in Salzwasser

oder Rindsuppe kochen.

Sofie Nachod.

Frittaten.

Ein achtel Liter Milch, 1 Ei, 4 dkg Gerstenmehl, etwas Salz werden zu einem dünnflüßigen Teig gut verquiert, aus dem man Frittaten bäckt.

Sofie Nachod.

Mürber Apfelstrudel.

14 dkg. Gerstenmehl, 10 dkg Butter, (oder 8 dkg. Margarine), 2 dkg. Zucker, etwas Salz, 1 Dotter, 2 Löffel Milch, 1 halben Kaffee öffel voll Rum, verarbeitet man zu einem mürben Teig, den man nach halbstündigem Rasten möglichst dünn zu einem Rechteck auswaekt, in der Mitte mit feinhäutig geschnittenen Aepfeln, 2 dkg. Rosinen, 5 dkg. Zucker belegt, zusammenschlägt, mit Ei klar bestreicht und auf einem Blech in ziemlich heißer Röhre bäckt.

Sofie Nachod.

Pfannkuchen aus Gerstenmehl (für 4 Personen).

In einem halben Liter kochende Milch kocht man soviel Gerstenmehl ein daß ein zäher, dicker Teig entsteht, welchen man glatt abrühren muß. Ist der Teig nur mehr lauwarm, so fügt man nach und nach die ganze Eier, eine Messerspitze Backpulver und etwas Salz hinzu und bäckt die Pfannkuchen wie gewöhnlich. Beliebig Marmeladenfülle und mit Zucker bestreuen. — Hauptsache ist, daß alle Speisen aus Gerstenmehl möglichst frisch ange richtet werden.

Reisgrießmehlsspeise m. Äpfel.

In einem halben Liter Milch kocht man die nötige Menge Reisgrieß weich und dick. Erkalte, mit drei Eidotter, 10 dkg. Zucker, Saft und Schale einer halben Orange oder Zitrone und dem Schnee der drei E.weiße vermischen. Eine Form mit Butter bestreichen, eine Lage ge-

schälter, geschnittener Aepfel hineingeben, die Grießmasse darüber schütten und langsam backen.

Gebaokene Knödel aus Maisgrieß.

Ein viertel Liter Maisgrieß in einem viertel Liter Wasser zu einem steifen Brei kochen. Erkalte, mit 3 dkg. Butter, 2 ganzen Eiern, etwas Salz, einen Kaffeelöffel voll Staubzucker, einen Kaffeelöffel voll Rum sehr gut vermengen, dann kleine eiförmige Knödel formen, diese in Mehl rollen und in heißer Margarine backen. Zucker bestreuen.

Pudding aus Maisgrieß.

Maisgrieß wie oben kochen. Erkalte, mit 6 dkg. Staubzucker, 3 Dotter, 3 Schnee, etwas Salz und 1 Kaffeelöffel voll Rum, sowie 4 Eßlöffel voll Milch vermischen in bebutterter Form backen.

Pfannkuchen.

Ein halbes Kilo Haidenmehl, einen

halben Liter lauwarmer Milch, drei Dekagramm aufgelöste Germ, etwas Salz vermischen, gut aufgehen lassen und dicke Pfannkuchen davon backen. Diese noch heiß anrichten, nach Belieben mit Powidl füllen.

Pfannkuchen v. Erdäpfelmehl.

25 dkg. Erdäpfelmehl in 2 Deziliter Milch kalt einrühren, dann 4 Deziliter kochende Milch darübergießen und zu einem dicken Brei vermengen. Ausgekühlt, 8 dkg. Butter, 4 Dotter, 4 Schnee dazugeben und die Pfannkuchen wie gewöhnlich backen. Die Masse genügt für 6 Personen.

Bauernknödeln

Ein viertel Liter Milch wird mit 3 dkg. Butter zum kochen gebracht, dann 10 dkg. Maismehl dazugegeben und solange gerührt, bis die Masse sich vom Löffel löst. Erkalte, gibt man 2 ganze Eier, etwas Salz, eine Messerspitze Backpulver sowie 6 bis 8 Eßlöffel voll Maismehl dazu,

formt Knödel daraus und kocht diese in Salzwasser. Mit Butter abschmalzen und gedünstetes Obst dazureichen. Es empfiehlt sich einen kleinen Knödel zur Probe einzukochen und zu kosten, sollte der Teig zu weich sein, muß noch Mehl nachgegeben werden.

Polenta.

Auf einen halben Liter Polentagrieß nimmt man 1 Liter siedendes, gesalzenes Wasser, läßt die Polenta langsam, wie Grieß hinein rieseln und rührt ihn während des Kochens wiederholt auf. Nach ungefähr einer Viertelstunde rührt man das ganze gut ab und läßt es seitwärts auf dem Herd, zugedeckt, noch eine Viertelstunde stehen. Dann läßt man Butter heiß werden, faßt die Polenta löffelweise hinein, dünstet sie etwas auf und gibt sie zu frischer, saurer Milch oder zu Salat. *Softe Nachod.*

Polenta mit Zucker u. Zimmt.

Bereitung wie oben, nockenartig

herausgenommen, schichtenweise auf eine warme Schüssel gelegt, mit Zucker und Zimmt bestreut und heiÙe Butter darübergergeben.

Sofie Nachod.

Mamaliga.

Ziemlich weich bereitete Polenta gibt man in eine beliebige, glatte Form, streicht sie halbfingerdick auseinander und streut feinblättrig geschnittenen Schafkäse (Primsen) darüber, streicht wieder von der Polenta darüber und wechselt so ab, bis die Form voll ist, worauf man Butter darübergießt und bäckt, bis eine gelbe Kruste ist, dann stürzt und zu Tische gibt.

Sofie Nachod.

Gugelhupf aus Polentamehl ohne Ei.

5 mittelgroÙe Erdäpfel schälen 'n Salzwasser weich kochen, dann durch ein Sieb streichen. 10 dkg. Margarine, ein viertel Kilo Staubzucker, zwei Dekka aufgelöste Germ, einen

halben Liter Milch mit der passierten Erdäpfelmasse fest verrühren, 60 dkg. Polentamehl, Saft und Schale einer halben Zitrone, 1 Kaffeelöffel voll Rum dazugeben. Sollte der Teig zu fest erscheinen, so noch etwas Milch nachgießen, in die gut bebutterte Form geben, aufgehen lassen und langsam backen.

Topfenbäckerei.

1 $\frac{1}{2}$ kg. Margarine, 20 dkg. Maismehl, 1 Eßlöffel voll Zucker, 2 Eigelb, 1 Messerspitze Backpulver und soviel Milch, daß ein geschmeidiger Teig wird, rasch durcharbeiten und zwei gleich große Plätten davon ausrollen, eine davon auf dem Backblech gleich backen und auskühlen lassen. Fülle von ein viertel Kilo passierten Topfen, 10 dkg Stauzucker, Zitronenschale, einige Rosinen, 1 Eigelb und 3 Eiweißschnee auf die gebackene Platte streichen, die zweite Platte darauf legen und fertig backen. Ausgekühlt schneiden und mit Zucker bestreuen.

Topfenpudding (vorzüglich)

Ein halbes Kilo passierten Topfen ganz leicht salzen, mit 7 dkg. Butter oder Fett abtreiben, 4 ganze Eier, eine Kaffeetasse Maisgrieß, 1 Messerspitze Backpulver dazugeben. Eine Serviette in kaltes Wasser tauchen, auswinden, dann die Masse daraufgeben, die Serviette lose zusammenbinden, in siedendes Wasser, welches man leicht salzt, hängen und 1 Stunde kochen lassen. Den Pudding vor dem Anrichten mit gebräunter Butter begießen.

Kümmelbrötchen

Ein halbes Kilo Mischmehl, 7 dkg. Fett, 1 ganzes Ei, 2 dkg. in einen viertel Liter Milch aufgelöste Germ und Salz knetet man tüchtig ab und läßt den Teig aufgehen, formt dann kleine Wecken, läßt diese wieder aufgehen, bestreicht sie mit Wasser, streut Kümmel darauf und backt die Wecken goldgelb.

Nachtrag.

„He-Ka“ Nährhefe-Kartoffel- suppe.

Die billigste und einfachste Art, eine vorzügliche und besonders nahrhafte Kartoffelsuppe zu bereiten, ist: Den Inhalt eines Päckchens „He-Ka“ Nährhefe-Kartoffelsuppe löse man in kaltem Wasser auf (es gibt Pakete zu 1 halben und 1 ganzen Liter Suppe) und koche die Mischung zirka 15 Minuten. Nach Geschmack nachsalzen.

Seefisch, in Oel gebraten.

Ein beliebiger Seefisch wird enthäutet, geputzt, gesalzen, mit Zitronensaft beträufelt und nachdem er eine Stunde gelegen, mit Meismehl eingestaubt und in heißem Oel rasch gebraten.

Seefisch mit Kartoffelscheiben

Seelachs enthäuten, salzen, mit Zitronensaft beträufeln, eine halbe

Stunde liegen lassen. In einer Pfanne Margarine heiß werden lassen, rohe, geschälte, in Scheiben geschnittene Kartoffel hineingeben, den Fisch darauflegen und unter öfteren begießen, in heißer Röhre braten. Zum Schlusse einige Löffel sauern Rahm über den Fisch gießen. Sehr schmackhaft wird der Fisch, wenn man einige ganze Paradeis, eine grüne Paprikaschote und eine kleine Zwiebel in die Pfanne legt.

Rahmsuppe.

Dreiviertel Liter Rahm im Kochtopf mit einigen Löffeln Mischmehl zu eineinhalb Liter kochendem Wasser mit Kümmel und Salz verkochen lassen, mit Semmelschnitten anrichten. *Softe Nachod.*

Tiroler-Leber.

1 Kilogramm Kalbs- oder Schweinsleber wird abgehäutet, gewaschen, Schnitzel geschnitten, gesalzen, gepfeffert, gespickt, in eine Kasserolle mit etwas heißem Fett gelegt, an-

gebraten, gewendet, erst Suppe, später
Rahm zugewogen, 30 bis 40 Minuten
gedünstet, nachgegossen, eventuell
Zitronensaft dazugegeben.

Sofie Nachod.

Matrosenfleisch.

1-20 kg Rindzapfenschnitzel haut-
befreit, würflich geschnitten, gesalzen,
gepfeffert. In einer Kasserolle, in
heißem Fett, eine fein gehackte Zwie-
bel dunkel rösten, etwas Paprika,
dann das Fleisch hinein, angießen,
zudecken, eineinhalb bis zwei Stun-
den dünsten. Nach dem Andünsten
2 bis 3 gehackte Sardellen hinein.
Zum Schluß etwas Saft mit etwas
Mehl abrühren und über das Fleisch
gießen.

Sofie Nachod.

Omelette mit Parmesan.

In einem Heferl 3 ganze Eier,
1 Prise Salz, 2-5 dkg gereinigen
Parmesan absprudeln, in der Ome-
lettenpfanne Fett oder Butter heiß
werden lassen, das ganze hinein-
schütten, anbacken, mit der Gabel

öfters aufstechen, dann mit dem Backlöffel eine Seite aufheben und darüber schlagen. — Schinken- oder Sardellenomelette wird ebenso bereitet. *Softe Nachod.*

Grießknödel.

1 dcl. Grieß oder Reisgrieß wird in 2 dcl Milch gekocht und kalt gestellt. 2 Semmeln werden kleinwürflig geschnitten. 7 dkg. Fett mit 2 ganzen Eiern und etwas Petersilie flaumig gerührt, die Semmeln und der Grieß dazugegeben, zu einem Knödel geformt. Eine Serviette mit Fett bestreichen, der Knödel eingebunden, in stark gesalzenem, siedendem Wasser ungefähr eine halbe Stunde gekocht. Vor dem Anrichten mit einem starken Bindfaden in Stücke geteilt, mit Fett oder Butter und Bröseln betropft. Als Beilage zu Rahmtunken. Als Mehlspeise mit Kompott anrichten *Softe Nachod.*

Biskuit

In den festen Schnee von 3 Eiklar

rührt man 3 Dotter, 4 dkg. Kartoffelmehl und 4 dkg. Weizenmehl (vermischt) gibt eine Messerspitze Backpulver dazu, füllt es in die gebutterte, gebröselte Form und bäckt es langsam. *Softe Nachod.*

Sandtorte.

14 dkg. Butter oder 12 dkg. Margarine, 4 Dotter, 14 dkg. Zucker und 1 Löffel Rum werden flaumig gerührt. Mit dem Schnee von 4 Klar zugleich 14 dkg. Kartoffelmehl, $\frac{1}{3}$ Päckchen Backpulver einrühren und langsam backen. *Softe Nachod.*

Bosnische Torte.

5 Schnee, 14 dkg. Staubzucker, 14 dkg. ungeschälte, geriebene Haselnüsse, 3 dkg. feingeschnittene Arangini oder Cedrini, eineinhalb Tafeln geriebene Schokolade, ein viertel Zitrone Saft und Schale, werden langsam vermischt, eine Messerspitze Backpulver dazugegeben und in mäßiger Hitze gebacken.

Softe Nachod.

Als Ersparnis für Eier

kann Backpulver mit bestem Erfolg verwendet werden. Zehn Gramm Backpulver bilden einen Ersatz für die Triebkraft von 2 Eiweiß. Es ist nur immer zu beachten, daß das Backpulver zum Schlusse, wenn alle anderen Zutaten schon miteinander verrührt wurden, leicht beigemischt wird.

Kochkisten.

Um Zeit, Feuermaterial und Arbeit zu ersparen, wird den Hausfrauen dringend die Verwendung der Kochkiste empfohlen. — Aufklärungen über den Gebrauch der Kiste erhalten die Frauen in jedem einschlägigen Küchengerätschattengeschäft oder im XII. Bezirk, Korbergasse 4, wo jeden Donnerstag bis auf weiteres von 2 bis 7 Uhr eine Holzkochkiste der „Rohö“ demonstriert wird.