

eingreifenden Deckeln. Steht nur eine Speise in der Kochkiste, so füllt man den zweiten Topf mit siedendem Wasser.

Nach Gebrauch soll man die Kiste offen auslüften lassen.

Vorschriften für das Kochen in der Kochkiste.

Die Zeit des Ankochens richtet sich nach der Art der Speisen, u. zw. bedürfen Hülsenfrüchte 25 Minuten Ankochzeit (vorher 24 Stunden einweichen und mit demselben Wasser ansetzen), Reis 2—4 Minuten Ankochzeit, mit siedender Flüssigkeit aufgießen und noch 2—4 Minuten wallen lassen.

Kochfleisch in Stücken zu 500—750 g 30 Minuten, Kartoffeln 5 Minuten, junge Gemüse 6—10 Minuten.

Die Zeit des Garwerdens in der Kochkiste richtet sich nach der Art der Speisen.

Im Allgemeinen rechnet man für Hülsenfrüchte 3—4 Stunden, Kochfleisch 3—5 Stunden, junge Gemüse $\frac{1}{2}$ —1 Stunde, Kartoffeln in der Schale oder geschält $1\frac{1}{4}$ — $1\frac{1}{2}$ Stunden, Reis $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Stunden. Es schadet aber den Speisen durchaus nicht, wenn sie auch länger in der Kochkiste gelassen werden, nur Kartoffeln und Reis sind möglichst genau zu behandeln.

Erprobte Flüssigkeitsmengen. Auf eine Tasse Reis 4 Tassen Flüssigkeit, auf 500 g Bohnen 2 Liter Flüssigkeit. Auf 500 g Kochfleisch 1 Liter Wasser usw. Zu bemerken ist, dass immer knapper Flüssigkeit genommen werden muss, als beim Kochen auf der Herdplatte, weil nichts verdampft.

Kartoffelsuppe.

Rohe Kartoffeln schälen, auf dem Reibeisen reiben, klein gehackte Zwiebel und Petersilie dazu geben, salzen, pfeffern nach Geschmack, auch etwas Kümmel oder Majoran beifügen und mit dem nötigen Wasser kochen lassen. Man rechnet zu $\frac{1}{2}$ kg Kartoffel $\frac{1}{2}$ Liter Wasser.

Bohnensuppe.

$\frac{1}{2}$ Liter braune oder weisse Bohnen über Nacht weichen lassen, dann mit 1 Liter Wasser, Salz, $\frac{1}{2}$ Zwiebel $\frac{1}{4}$ Stunde ankochen und in die Kochkiste geben. Vor dem Aufgeben kleine Nockerl einkochen.