Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung

Objekttyp: **Appendix**

Zeitschrift: **Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis**

Band (Jahr): **33 (1911)**

Heft 32

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Q 231

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen. Nr. 8. August 1911.

Nahrungsmittelfälschungen.

Ihres besonderen Wohlgeschmackes wegen wird die Butter nie durch irgend ein Surrogat vollständig verdrängt werden. Von den Verfälschungen ist die bedenklichste die Beimischung einer zu großen Menge Wasser. Mit steigendem Wassergehalt nimmt natürlich der Nährwert der Butter ab. Der Fettgehalt sinkt manchmal bis 50 herunter. Eine weitere Fälschung bildet die Vermischung der Kuhbutter mit fremden Tier- oder Pflanzenfetten. Als solche kommen hauptsächlich in Betracht: Rindsfett, Kokosnußfett und Margarine. Eine andere Verfälschung ist das Versetzen derselben mit Konservierungsmitteln, wie Borsäure und Benzoesäure. Daß solche Zusätze verwerflich sind, haben eine ganze Reihe von Vergiftungserscheinungen gezeigt, die nach Genuß von mit Borsäure konservierter Butter auftraten. Verdorbene Butter ist in gesundheitlicher Hinsicht noch gefährlicher wie verfälschte Butter. Unzulässig ist es, wenn verdorbene Butter durch chemische Behandlung wieder in scheinbar normalen Zustand zu bringen versucht wird.

Was den Käse anbelangt, so ist eine Unterscheidung von Margarinekäse möglich. Um die Erkennung der Margarine für die Kontrolle zu erleichtern, besteht beinahe in allen Ländern die gesetzliche Vorschrift, daß der Margarine bei der Fabrikation ein gewisser Prozentsatz Sesamöl beigefügt werden muß. Durch diese Beimischung kennzeichnet sich die Margarine sofort, indem sie beim Schütteln mit Salzsäure diese karmoisinrot färbt. Eine ebenso große Verbreitung als Butterzusatz wie die Margarine hat auch das vegetarische Fett der Kokospalme gefunden. Dasselbe wird unter allen möglichen Fantasienamen in den Handel gebracht. Wegen seiner festeren Konsistenz und seiner weißen Farbe kann es kaum für Butter untergeschoben werden, dagegen hat der Nahrungsmitteltechniker darauf zu achten, daß dieses Fett nicht mit Butter gemischt, als solche verkauft wird.

Das schmackhafteste unter den Speiseölen ist unstreitig das Olivenöl, das aber je nach der Gewinnungsart in den verschiedensten Qualitäten in den Handel kommt, es ist ein großer Unterschied in bezug auf den Geschmack zwischen einem erst gepreßten Fruchtöl und einem in der Hitze gewonnenen Mahlöl. Keinem Speiseöl dürfen, wenn mit einem bestimmten Namen bezeichnet, andere fremde Oele beigemischt werden. Mischungen verschiedener Sorten dürfen nur unter dem Sammelnamen Speiseöle verkauft werden.

Bei den Teigwaren ist zwischen Wasserwaren und Eierware zu unterscheiden. Letztere darf diesen Namen nur dann bekommen, wenn sie auf ein Kilo Mehl mindestens drei Eier enthält. Die künstliche Färbung jeglicher Teigwaren auch mit unschädlichen Farbstoffen ist unstatthaft.

Bei den getrockneten Obst- und Gemüse-Dauerwaren ist es oft der daran haftende Schmutz, der dieselben eckelerregend und ungenießbar macht. Die Fabrikation von künstlichem Honig wird heute mit solcher Virtuosität betrieben, daß der Chemiker große Mühe hat, die Fälschungen zu erkennen. Aus Zucker, Pollenkörnern, Bienenbestandteilen und künstlichem Honigaroma versteht die Industrie ein Produkt herzustellen, das dem Bienenhonig sehr ähnlich ist.

Schleimsuppen.

Von 4zeiliger, dicker Gerste, gemahlenem Grünkorn, von gebrochenem Hafer, und von Mailänder-Reis herzustellen. Besonders bei den Schleimsuppen, die schwer erzielt werden, ist es nicht ratsam, solche für einen kleinen Haushalt in für einmal begrenztem Quantum zu kochen. Zu dem ist aber auch ein verstärktes Quantum erforderlich, denn eine echte Schleimsuppe darf nicht erst durch Mehlzusatz den Anschein von Schleim annehmen, der Schleim muß wirklich den Körnern selbst abgerungen werden. Man nehme deshalb für 3—4 Personen nie weniger als 125 Gramm. Es ist ratsam, dicke Gerste z. B. über Nacht in laues, weiches Wasser einzuweichen. Man setzt solche Suppen niemals mit dem vollen Quantum Wasser auf, je nur so viel, daß es halbhandhoch darüber steht. Unter öfterem Schwingen läßt man es einkochen und füllt wiederum unter tüchtigem Schwingen nur so viel heißes Wasser wie oben zu. Dies wiederholt man noch 2—3 Mal. Hiedurch erzweckt man das Zerstören und Abreiben der äußern Partien, die bereits löslicher geworden sind, wodurch die tiefer liegenden auch besser aufquellen, und sich lösen. Nun füllt man auf, entweder mit Fleischbrühe oder man legt ein beliebiges Siedefleisch dazu, z. B. ein altes, schon etwas angekochtes Huhn, geräucherte, auch frische Zunge,

gespaltene Kalbsknochen, oder Kalbfleisch u. s. w. hinzu, fügt Salz- und Suppenwürze bei und läßt die Suppe unter öfterem Umrühren zum Sieden kommen, stellt sie auf Kleinfeuer und läßt sie 2½—3 Stunden unter öfterem Aufrühren fertig kochen. Vor dem Anrichten wird das Fleisch herausgenommen und in einer warmen Schüssel an die Wärme gestellt. Die Suppe hingegen wird tüchtig geschwungen, wenn nötig, etwas verdünnt und kochend heiß durch ein Sieb nach Belieben je über gebrühte Weckenschnitte, gebackene Brotwürfel, Mehlerbsen, über zierlich geschnittene, mit Salzwasser weichgekochte Wurzeln, über Erbsen, Spargelköpfchen, Rosenkohl, zerpflückten Blumenkohl, mit beliebigen Klöschen angerichtet und mit Muskatnuß oder reichlich Grünem dekoriet.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Kalbshirn- und Kopfsalat. 6 Personen 35 Minuten. Man häutet ein gut gewässertes Kalbshirn ab und kocht es in einem Gewürzsud, bestehend aus 6 Deziliter Wasser, 1 Prise Salz, 2 Löffel Essig, dünnen Mohrrüben- und Zwiebelscheiben und einem kleinen Kräuterbündel. 3 hartgekochte Eier werden geschält und in warmem Wasser heiß gehalten. 2 recht feste Lattichköpfe schneidet man in Streifen, das abgtropfte Hirn in dünne Scheiben und die Eier in je 6 Teile. Kurz vor dem Anrichten gibt man nun den Kopfsalat in die Schüssel, ordnet die noch warmen Hirnscheiben im Kranze darauf an und legt die Eier ringsum. Nebenher reicht man eine Salatsauce, gut gemischt aus 6 Löffeln Oel, 3 kleinen Löffeln Essig, einem reichlichen Löffel Kerbel und Estragon (zusammen gehackt), Salz und Pfeffer.

*

Gefüllte Kohlrabi mit Kalbsschnittchen. 6 Personen. 2½ Stunden. 12 gleichmäßige, recht zarte Kohlrabiköpfchen schneidet man oben und unten glatt, schält und höhlt sie mittels eines Kartoffelbohrers halb aus und wirft sie eine Minute in kochendes Wasser. Dann läßt man sie gut abtropfen. Die zarten Blätter streift man von den Stielen, kocht sie mit viel Salzwasser weich, kühlt sie ab und hackt sie fein. Dieses Mus rührt man unter 125 Gramm recht fein gehacktes Schweinefleisch (Bratwurstfleisch) salzt und pfeffert leicht, füllt die Kohlrabi damit reichlich voll und stellt sie in ein flaches Geschirr, das man mit Butter ausgestrichen und mit dünnen mageren Speck- oder Schinkenscheiben ausgelegt hat. Nun gießt man eine Schöpfkelle helle, milde Fleischbrühe an, legt ein Butterpapier und einen Deckel auf und dünstet

die Kohlrabi langsam weich. Aus zwei starken Kalbsfilets oder einem entsprechenden, schwächeren Karrestück schneidet man 12 fingerdicke runde Scheiben, klopft sie ein wenig, salzt und pfeffert sie, brät sie im letzten Augenblick mit Butter ab, richtet sie in der Mitte einer runden Schüssel hoch an und stellt die Kohlraben sternförmig ringsherum. Zu dem Fond der letzteren gießt man einen kleinen Löffel Kalbsjus, streicht die Sauce durch ein feines Sieb, bringt sie nochmals ans Kochen, schlägt sie mit 50 Gramm Butter auf, gibt ein wenig davon über die Kohlrabi, den Rest extra.

*

Schweinsrippchen mit pikanter Gurkensauce. 6 Personen. 25 Minuten. Für jede Person ein Rippchen. Nachdem man diese gut geklopft hat, salzt und pfeffert man sie, taucht sie in geschmolzenes Schweineschmalz und wendet sie in feingeriebener Semmel. Dann röstet man sie über gelindem Feuer und befeuchtet sie dabei wiederholt mit Schmalz. Zur Sauce schwitzt man 25 Gramm Butter mit 15 Gramm Mehl, gibt eine feingehackte Zwiebel hinein und läßt die Schwitze noch einige Zeit leicht bräunen. Dann füllt man sie mit 1 Deziliter Weißwein und 2 Deziliter guter Fleischbrühe auf, die man mangels vorrätiger aus einem Maggischen Bouillonwürfel bereitet, rührt ins Kochen und läßt langsam eine knappe Viertelstunde weiterkochen. Im letzten Augenblick macht man diese Sauce mit einer Messerspitze feinem Zucker, einer Prise Pfeffer und etwas Fleischextrakt fertig, nimmt sie vom Feuer und rührt 1/2 Löffel Senf und 4 kleine, in Scheiben geschnittene eingemachte Gürckchen (Cornichons) hinein. Man gibt die Sauce extra.

*

Gelbe Rüben gedünstet oder gekocht. Die geschabten Karotten oder auch große früische Rüben werden nudelig geschnitten, mit reichlich fein gewiegter, grüner Petersilie, etwas Salz, Fett und einem Schöpflöffel Wasssser weich gedünstet, mit einem Kochlöffel Mehl gestaubt mit fetter Fleischbrühe aufgegossen, mit wenig Zucker und einer kleinen Prise Pfeffer gewürzt. Gekochte Rüben werden ebenso vorbereitet wie die gedünsteten. mit reichlich Wasserzusatz weich gekocht, mit dünner gelblicher Einbrenne, in welcher viel gewiegte Petersilie eingerührt wurde, vergossen, etwas fette Fleischbrühe kommt ebenfalls dazu, nebst Salz, wenig Zucker und Pfeffer. Recht weich kochen lassen.

*

Sauerampfergemüse. Man bereitet es aus dem englischen perennierenden, breitblätterigen Sauerampfer, dessen Blätter abgewellt,

zerkleinert und mit etwas Apfelwein, kleinen, gut abgewaschenen Korinthen und ein wenig Kartoffelmehl aufgekocht werden.

*

Brunnenkresse. Man wäscht und verputzt die grünen Blätter, kocht sie in Salzwasser ab, wiegt sie so fein wie Spinat und bereitet dann aus Butter und Mehl eine Einbrenne, gibt die Brunnenkresse hinzu und soviel frischen sauren Rahm, daß ein angenehmes Gemüse entsteht. Man würzt mit Pfeffer und legt einen Kranz von gerösteten Semmelbröckchen rings herum.

*

Semmelmehlspeise mit Aepfeln. Mehrere altbackene Semmeln werden von der Rinde befreit und in ziemlich große Würfel geschnitten, sodaß man etwa einen gehäuften Suppenteller davon hat; man röstet diese Semmelwürfel in 125 Gr. Butter hellbraun und läßt sie auf einem Durchschlag abtropfen; ebensoviel geschälte und würflig geschnittene saftige Aepfel werden mit etwas Butter und Zucker halbweich geschwitzt. Hierauf quirlt man 8 Eidotter, 125 Gr. Zucker und die abgeriebene Schale einer Zitrone in einem halben Liter Rahm oder Milch, mischt die Aepfel, die geröstete Semmel und 125 Gr. gereinigte Korinthen hinzu, zieht den Schnee der Eiweiße unter die Masse und füllt die Backschüssel damit. Die Speise wird in mittlerer Hitze gebacken.

*

Aepfelnudeln. Man kocht die fingerbreit geschnittenen Nudeln in gesalzenem Wasser, schüttet sie auf ein Sieb, übergießt sie mit kaltem Wasser und läßt sie abtropfen. Apfelmuß mit Zucker, Korinthen, abgeriebener Zitronenschale und gehackten Mandeln wird bereitet, dann schichtet man auf eine Schüssel erst die Nudeln, darauf das Apfelmuß und wieder Nudeln. Mit goldgelb zerlassener Butter begossen und mit Zucker und Zimmt bestreut, werden sie serviert.

*

Aepfel-Mehlspeise a la Crême. Sie besteht aus: 12 mittelgroßen Borsdorfer Aepfeln, ¾ Liter Rahm, 100 Gr. Mehl, 125 Gr. Zucker, 60 Gr. Butter, einer halben Stange Vanille und 8 Eiern. Die Aepfel werden ganz geschält, die Kerngehäuse ausgestochen, wie zum Kompot gekocht und, nachdem sie rein abgetropft sind, mit Aprikosen-Marmelade gefüllt. Den Rahm läßt man mit der Vanille aufkochen, verdeckt eine Weile ziehen und erkalten, nimmt die Vanille heraus, rührt den Rahm mit dem Mehle klar, fügt 4 Eidotter, den Zucker und die Butter hinzu und rührt dies auf dem Feuer zu einem glatten Brei ab. Sobald dieser erkaltet ist, vermischt man ihn mit 4 Eigelben und

dem festgeschlagenen Schnee von 8 Eiern, füllt etwas von der Masse in einen Teigrand, ordnet die Aepfel nebeneinander darauf und füllt die übrige Masse darüber, doch darf der Rand nicht ganz voll sein. Nun bestreut man die Mehlspeise mit Zucker, bäckt sie eine Stunde bei mäßiger Hitze im Ofen und gibt sie sogleich zur Tafel.

*

Tomaten, gefüllte. Sechs bis acht große, reife Tomaten höhlt man behutsam aus, indem man ein zwei Zentimeter großes Stück um den Stiel herum abschneidet und die Kerne nebst einem Teil des Marks mit dem Stiel eines Kaffeelöffels herausholt, ohne die Außenseite der Früchte zu beschädigen. Dann bereitet man eine Farce, indem man 60 Gr. Speck und sechs Champignons, eine Handvoll Petersilie, drei Schalotten und ein Zweigelchen Thymian sehr fein hackt, mit Pfeffer und Salz würzt, die Mischung fünf Minuten über gelindem Feuer verrührt nnd mit drei zerquirlten Eidottern mischt. Man füllt die Tomaten damit, stellt sie nebeneinander in eine Kasserolle oder eine Sautierpfanne, gießt etwas feines Salatöl in dieselbe, überstäubt das Ganze mit geriebenem und durchgesiebtem Weißbrot und brät sie so 10—15 Minuten über raschem Feuer, bräunt sie von oben mit einer glühenden Schaufel und begießt sie beim Anrichten mit brauner Coulis.

*

Unreife Tomaten, die wegen der vorgeschrittenen Jahreszeit im Freien nicht mehr reif werden, braucht man nicht dem Froste preiszugeben. Diese lassen sich recht leicht zur Nachreife bringen, wenn die Pflanzen entblättert und an einen trockenen und sonnigen Ort auf Bretter gelegt werden. Hat man ein trockenes Gewächshaus zur Verfügung, so ist dieses am geeignetsten. Da die Mäuse sehr große Freunde der Tomatensamen sind, so ist darauf ganz besonders zu achten.

*

Reispudding mit Aepfeln. 250 Gramm gewaschener, blanchierter Reis werden mit einem Liter Milch, einer halben Stange Vanille gut weich gekocht und mit 150 Gr. Zucker halb erkaltet versüßt. Unterdessen wurden 8—10 große, geschälte Aepfel vom Kernhaus befreit, in Scheiben geschnitten, in einem halben Liter Weißwein, Zucker, fein gehackter Zitronenschale, sowie 75 Gramm gewaschenen Sultanrosinen weich gedämpft, mit einem halben Löffel in kaltem Wasser angerührten Kartoffelmehl vermischt und einmal aufgekocht. Eine große, glatte Puddingform, mit kaltem Wasser ausgespült, wird erst mit einigen Löffeln Reis ausgelegt, darüber von der Apfelmasse gegeben und so weiter abwechselnd bis zu einer Schlußreihe Reis eingefüllt. Einige

Stunden auf Eis gestellt, wird der Pudding gestürzt und mit einer Fruchtsauce von Aprikosenmarmelade zu Tische gegeben.

*

Krebssauce. 12 Krebse koche man in Salzwasser rot, entferne das Fleisch, zerstoße die Schalen, schmore sie in reichlich Butter, gieße diese von den Schalen und koche sie in Fleischbrühe eine Stunde. In der Butter schwitzt man zwei Eßlöffel Mehl, gießt die Fleischbrühe durch ein Sieb dazu, kocht sämig, zieht mit Eigelb ab und würzt mit Zitronensaft.

*

Käsestangen oder Käsestroh, in der feinen Kochkunst mehr unter dem engl. Namen cheesestraws oder den franz. Benennungen qaille au parmesan oder bâtons au fromage bekannt. Ein der engl. Küche entlehntes Gebäck, das bei vornehmen Tafeln bisweilen zum Schluß des Diners an Stelle von Käse und Butter gegeben wird. Man bereitet es in folgender Weise: Nachdem man 120 Gramm frische Butter zu Schaum gerührt, fügt man nach und nach 240 Gramm feingeriebenen Emmentalerkäse, 100 Gramm Parmesankäse, 240 Gramm feinstes Weizenmehl, eine kleine Prise Cayennepfeffer, eine Prise Salz und drei Eßlöffel Wasser hinzu, arbeitet die Masse gehörig durch, rollt sie auf einem mit Mehl bestreuten Brett ½ Zentimeter stark aus und schneidet sie in beliebig lange Streifen, oder man treibt den Teig dünner aus und schneidet ihn in fingerlange Nudeln. Mit Ei bestrichen werden die Stengel dann auf einem Blech bei mäßiger Hitze gebacken und heiß serviert.

*

S, gebackene. Ein halbes Kilogramm feines Mehl wird mit 250 Gramm frischer Butter, drei Eidottern, zwei ganzen Eiern, der abgeriebenen Schale einer Zitrone, 250 Gr. Zucker und einer Prise Salz zu einem Teig zusammengewirkt, den man zu fingerdicken Streifen oder Rollen formt; diese Rollen zerschneidet man in 10—12 Zentimeter lange Stücke, bildet S daraus, legt sie auf gebutterte, mit Mehl bestäubte Bleche, überstreicht sie mit schaumig geschlagenem Eiweiß, streut Hagelzucker darauf und bäckt sie bei mäßiger Hitze gelb.

*

Straßburger Kuchen. Den Boden sowie den Rand einer Springform belegt man dicht und lückenlos mit Biscuits, reibt hierauf 150 Gramm süße Mandeln und vermischt sie mit 150 Gramm zu Schaum geriebener Butter, 150 Gramm feinstem Zucker und einer sehr dicken Vanillecreme, die man ohne Mehl und Zucker aus ½ Liter Rahm,

Vanille und 9 Eidottern auf gelindem Feuer rührte. Diese Masse füllt man in die Form, belegt sie auch oben mit Biscuits, deckt einen Teller auf die Form, auf welchen man einige schwere Gewichte zum Pressen legt und stellt diesen Kuchen etwa 24 Stunden an einen kühlen Ort. Vor dem Anrichten stürzt man ihn, belegt ihn geschmackvoll mit glacierten Früchten und Fruchtgelee und reicht noch nach Belieben Schlagrahm dazu.

*

Kattune zu waschen, ohne daß sie in der Farbe im geringsten nachlassen. In einen mit Wasser gefüllten Kessel tut man etwa den vierten Teil Weizenkleie und läßt fünf Minuten lang kochen. Ist das Wasser wieder erkaltet, so wäscht man die Zeuge ohne Seife oder Lauge darin und spült sie zuletzt in kaltem Wasser aus.

*

Um Fußböden schön weiß zu scheuern, scheure man nicht mit Seife, sondern mit einem Teil ungelöschtem Kalk und drei Teilen Sand. In diese Mischung wird die nasse Putzbürste getaucht. Diese Weise, zu reinigen, stellt sich billiger als die mit Seife und benimmt allen Schmutz, tötet vorkommende Insekten und macht sehr rein und weiß. Der Fußboden muß aber mit reinem Wasser nachgespült werden. Sind Fettflecken mit zu entfernen, so bedeckt man diese mit Tonerde, die zuvor mit heißem Wasser angefeuchtet ist, und läßt sie einen Tag darauf, ehe man, wie beschrieben, scheuert.

*

Schafgarbe als Heilmittel. Gegen langwierige Schleimflüsse und Katarrhe der Lungen-, Harn- und dergleichen Apparate, sowie gegen geschwürige, mit vielem Auswurf verbundene Lungensucht und andere mit Körperabzehrnng einhergehende Eiterungen dient der frisch ausgepreßte Saft der Blätter der Schafgarbe häufig bei Kuren in Verbindung mit Brunnenkresse. Die Schafgarbe wird gereicht: als Teeaufguß (nicht Absud). Man nimmt zu diesem Zwecke 15—30 Gramm Kraut und Blüten, brüht sie mit 1/2 bis 3/4 Liter heißem Wasser auf, läßt sie ein wenig ziehen und trinkt davon halbtassenweise einige Male täglich; dieser Tee, mit Honig vermischt, ist ausgezeichnet gegen Influenza.

*

Wasser frisch zu erhalten. Um Wasser frisch zu erhalten und es so auch bei bedeutender Hitze mit Genuß trinken zu können, nachdem schon Stunden verstrichen sind, seitdem man es vom Brunnen geholt hat, braucht man blos eine ungeschälte Orange hineinzulegen, in welche man vorher einen sauberen Holzsplitter hineingestoßen hat. Auf den großen Segelschiffen, welche die Meere durchfahren, hat man kein anderes Mittel, das Wasser trinkbar zu erhalten.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.