Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 48 (1944-1945)
Heft: 16

Artikel: Die Seite der Frau : Gerichte aus gekochten Schalenkartoffeln
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-670620

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 06.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Ratschläge zur Verwendung heißer gesottener Kartoffeln.

Wer die Möglichkeit hat, gesottene Kartoffeln heiß zu erhalten, kann dadurch noch erheblich mehr Gas einsparen. Um den Wärmeverlust der Kartoffeln beim Nachhausetragen möglichst herabzusetzen, werden sie am besten in mehrfach gefaltetes Zeitungspapier eingeschlagen. Es lassen sich daraus, außer die obgenannten Rezepte auch Petersilien- oder Kräuterkartoffeln, Salzkartoffeln oder Käsekartoffeln ohne jeglichen Gaskonsum zubereiten. Auch Kartoffelstock wird aus heißen Kartoffeln rascher und mit geringerem Gasverbrauch hergestellt.

Rezepte.

Petersilien- oder Kräuterkartoffeln.

Zutaten: 1—1,5 kg heiße gesottene Kartoffeln, Salz, Grünes.
Petersilie oder Schnittlauch fein verwiegen. Salz zum Bestreuen der Kartoffeln bereitstellen. Die Kartoffeln werden nun so rasch als möglich geschält, in größere Würfel geschnitten, mit den verwiegten Kräutern und dem Salz schichtweise bestreut und sofort zu Tisch gebracht.

Salzkartoffeln.

Zutaten: 1—1,5 kg heiße gesottene Kartoffeln, etwas Butter oder Fett, Salz.
Die heißen Kartoffeln möglichst rasch schälen, in Würfel oder Stengel schneiden, mit Salz bestreuen und einige Butterflöckli darauf geben. Die Kartoffeln 1—2 Minuten zugedeckt stehen lassen, damit das Fett zergehen kann.

Käsekartoffeln.

Zutaten: 1—1,5 kg Kartoffeln, Salz, 50—80 g Käse.
Die heißen Kartoffeln schälen, der Länge nach halbieren und in eine gewärmte Platte legen, mit fein geriebenem Käse und etwas Salz bestreuen und zugedeckt, am besten auf einer Pfanne, in der gekocht wird, stehen lassen, bis der Käse etwas geschmolzen ist.

Kartoffelstock.

Zutaten: 1½—2 kg heiße gesottene Kartoffeln, 2½ dl Milch, event. etwas Wasser, Salz, wenn möglich Muskat.
Die heißen Kartoffeln schälen und sofort durch das Passe-vite treiben. Die Milch heiß machen, die noch warmen Kartoffeln beigeben, würzen und aufkochen.

Winke zum Gassparen.

Sparsamer Gasverbrauch.

Die Monatszuteilung in einzelne Wochenrationen einteilen. Womöglich jeden Tag Gasuhr ablesen und den Stand notieren, um eine gute Übersicht zu haben.

Für sämtliche Kochgeschirre gut schließende, möglichst schwere Deckel verwenden, evtl. beschweren, damit kein Dampf entweichen kann. (Der Dampfkochtopf beruht auf diesem Prinzip.) Möglichst breite Kochgeschirre verwenden; auch kleine Mengen in breiten Pfannen zubereiten.

Die Flammen nie über den Pfannenrand hinaus ragen lassen, weil damit die größte Hitze verloren geht. Die Flammenspitzen sollen 1—2 cm innerhalb des Pfannenrandes stehen.

Sobald ein Gericht kocht, auf kleiner Flamme weiterkochen (die kleine Flamme braucht höchstens ein Siebentel des Gasverbrauches der großen Flamme).

Turmkochen. Sobald der Kochpunkt eines Gerichtes erreicht ist, eine zweite Pfanne mit einem schon kochenden Gericht darauf stellen. **Achtung!** Zwischen der ersten und zweiten Pfanne muß **immer** ein Stufenring oder ein umgekehrter Pfannendeckel aufgelegt werden. Das Gericht in der obern Pfanne muß mindestens 5 Minuten vorgekocht werden.

Verwendung der Kochkiste. (Das Gericht vom Kochpunkt an ein Sechstel der üblichen Kochzeit in zugedeckter Pfanne kochen, dann rasch in die Kochkiste stellen und während mindestens der doppelten üblichen Kochzeit darin stehen lassen.) Wir verweisen auf das Merkblatt „Wissenswertes über die Kochkiste", beziehbar bei der Eidgenössischen Zentralstelle für Kriegswirtschaft, Bern.

Sämtliche Mahlprodukte einweichen. Mehl, Erbsmehl und Suppenmehl usw., Mais, Erbsgrieß, Hafergrütze, -flocken usw., anrühren und quellen lassen.

(Fortsetzung 3. Umschlagseite)

Gemüse und Kartoffeln klein schneiden, Fleisch dünn geschnitten, geschnetzelt oder gehackt zubereiten.

Kleine Teigwaren, Gerstenflocken, geschnittene Dörrbohnen usw. verwenden.

Eintopfgerichte herstellen. (Kochkiste oder Turmkochen.)

Jede Gelegenheit benützen um Kartoffeln auf dem Gemüse, mit dem Fleisch oder in der Suppe garmachen (gut schließender Deckel).

Klein geschnittenes Gemüse oder Kartoffeln gleichzeitig mit Zwiebeln und etwas Fett in die Pfanne geben und zugedeckt weichdämpfen, bevor Flüssigkeit zugegeben wird.

Flüssigkeitsmengen so knapp berechnen, daß z. B. bei Teigwaren u. a. m. alle Flüssigkeit aufgesogen wird. Bleibt doch etwas Kochwasser übrig, so soll es noch warm zu der gleichen Mahlzeit, z. B. zur Suppe verwendet werden.

Suppen und Gerichte mit längerer Kochzeit für 2—3 Mal zubereiten (Kochkiste verwenden).

Gekochte Kartoffeln und Gemüse kaufen.

Gemüse und Hülsenfrüchte erst am Schluß der Kochzeit salzen.

Einige kalte, nicht gekochte Speisen.

Rohe Gemüsesalate. (Gemüse sorgfältig waschen. Wurmgefahr!) Das Gemüse klein schneiden oder raffeln und sofort mit der Salatsauce mischen. Die Salatsaucen können ohne Öl hergestellt werden, wenn immer möglich, etwas Milch zugießen.

Rohe Äpfel- und übrige Obstgerichte zubereiten. Gutes Dörrobst mit Süßmost über Nacht einweichen, nicht kochen.

Pudding aus eingeweichtem, durchgetriebenem Dörrobst und Brot, Zwieback oder Getreideflocken.

Käse- und Wurstsalat.

Hafer- und z. T. unrationierte Flocken roh servieren, event. mit Milch oder verdünntem Quark übergießen.

In der warmen Jahreszeit Joghurt und andere kalte Milchgerichte an Stelle von warmen Milchgetränken.

Warmes Wasser.

An Waschtagen das Wasser aus dem Mantel des Waschkessels benützen. (Achtung wieder auffüllen!) Das Wasser aus **verzinkten** Kesseln darf nicht zum Kochen verwendet werden.

Waschwasser (Lauge) zum Putzen verwenden.

Im Winter Wasser auf dem Ofen erwärmen (für Putz- und Waschzwecke).

Kaldor oder eine Pfanne mit Wasser auf ein schon kochendes Gericht stellen. (Nur wenig Wasser aufstellen, sonst ist der Gaskonsum größer!)

Möglichst wenig Geschirr beschmutzen.

Geschirr sofort nach dem Essen unter dem Wasserstrahl abbürsten. Einmal im Tag mit warmem Wasser abwaschen; fettig gewordenes Geschirr kann nicht kalt, sondern nur mit warmem Sodawasser reingemacht werden.

Gottfried Keller

Züricher Novellen

Ausgabe des Vereins für Verbreitung guter Schriften Zürich

Leinenband / 350 Seiten / mit einem Bild des Dichters / Preis Fr. 3.50 / Zu beziehen beim

Verein Gute Schriften Zürich

Wolfbachstraße 19 / Telephon 32 55 76

Familiendrucksachen

VERLOBUNGS- UND VERMÄHLUNGSANZEIGEN, TRAUERZIRKULARE ETC.

MÜLLER, WERDER & CO. AG.

ZÜRICH, WOLFBACHSTR. 19