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

Band: 16 (1894)

Heft: 37

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

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: 07.01.2026

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

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am dritten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | No. 9 | September 1894

Das Konservieren des Obstes.

Bei allen Arten der Obstverwertung und so auch beim Konservieren des Obstes haben wir von dem Bestreben auszugehen, das Leben jener kleinen Organismen (Pilze) zu zerstören, welche das Faulen des Fruchtfleisches bewirken oder sie unter solche Verhältnisse zu bringen, unter denen sie nicht vegetieren und sich nicht vermehren können. Als Mittel, die Fäulniserreger zu zerstören, benützt man allgemein das Verfahren, die betreffenden Früchte längere Zeit auf die Kochtemperatur zu erhitzen. Man bringt die zum Einlegen bestimmten Früchte oder Gemüse bekannterweise in Glas- oder Blechgefäße, verschließt dieselben luftdicht, erhitzt nun die betreffenden Konserven auf Kochtemperatur und erhält sie je nach ihrer Beschaffenheit längere oder kürzere Zeit in derselben.

Die atmosphärische Luft ist ziemlich reichlich mit solchen Fäulniskeimen angefüllt, der Schutz vor dem Einfall neuer Keime ist mit dem völligen Abschluß der Luft von der fertigen Konserve gleichbedeutend.

Bei der Auswahl der Früchte hat man darauf zu achten, daß dieselben nicht etwa in der Reife schon zu weit vorgeschritten sind; sie müssen natürlich auch tadellos, ohne Faul- oder Druckflecke sein. Ungeschälte Früchte werden entweder in reinem Wasser abgespült, und man läßt dasselbe vor dem Einlegen in Gläser auf einem Sieb ablaufen oder man reinigt die Früchte, wie dies meist bei Pflaumen, Reineclauden und Kirschen geschieht, indem man sie auf einem Tuche hin und her rollen läßt und sie damit abwischt.

Die geschälten Früchte spült man in heißem, doch nicht kochendem Wasser ab und läßt sie so lange in demselben liegen bis das Einschichten in die Einlegegefäße geschieht; doch darf dies niemals zu lange dauern, damit die Früchte nicht an Aroma verlieren und zu wässerig in die Gefäße kommen.

Von der größten Bedeutung und Wichtigkeit für die Haltbarkeit der Konserven sind die Einlegegefäße oder Behälter selbst. Am liebsten wählt man hierzu Gläser, da man so die Konserven am besten im

Auge behalten und durch wiederholtes Kochen, sofern sich auf den Früchten Schimmelpilze gebildet haben sollten, nachhelfen kann. Im Haushalt wird es vorteilhaft sein, sich Glasbüchsen mit luftdichtem Verschluß zu bedienen; dieser besteht aus Gummiring und Glas- oder Porzellandeckel, welche mittelst Schraubengewinde so fest an einander gepreßt werden, daß der Verschluß vollkommen luftdicht wird. Man hat unmittelbar nach dem Kochprozeß die Schraube fest anzudrehen und sich durch Umkehren der Gläser zu überzeugen, ob kein Saft aus denselben herausfließt. Man hat darauf zu sehen, daß die Konservengläser oben einen etwas breiten Rand besitzen, um den Stoff, welchen man zur Herstellung eines luftdichten Verschlusses verwendet, darunter fest anbinden zu können. Statt der früher allgemein angewendeten Rinds- oder Schweinsblase, welche für den Gebrauch einer zeitraubenden Reinigung unterworfen werden mußte, bedient man sich allgemein des Pergamentpapieres, welches von bester Qualität sein muß und zum Gebrauch durch Hineinhalten in heißes Wasser geschmeidig gemacht wird. Vor dem Aufbinden wird es mit einem Tuche trocken abgewischt und entweder eine doppelte, besser noch dreifache Schicht einzeln fest gebunden.

Die Einlegegefäße werden vor dem Gebrauch mit einer Sodalösung ausgewaschen, mit reinem Wasser nachgespült und an der Luft getrocknet.

Nachdem alles so vorbereitet ist, werden die einzulegenden Früchte in die Einlegebehälter eingeschichtet und durch öfteres Aufstoßen auf die flache Hand und Rütteln dafür gesorgt, daß möglichst viel Früchte in dieselben hineingehen; so werden auf diese Weise die Behälter so weit gefüllt, daß vom oberen Rande des Halses aus ein Raum von Bleistiftstärke frei bleibt. Darauf gießt man eine Zuckerlösung, die man sich vom besten Raffinadezucker und Wasser derart herstellt, daß zur Auflösung von je 1/2 kg. Zucker 1/4 l. Wasser verwendet wird. Sobald der Zucker, welcher, wenn sich Unreinigkeiten zeigen sollten, durch Abschäumen klar gemacht wird, wasserhell geworden, wird derselbe heiß auf die Früchte gegossen derart, daß sie vollständig von der Zuckerlösung bedeckt sind.

Um ein Springen der Gläser beim Eingießen des heißen Zuckers zu vermeiden, werden dieselben vor dem Einfüllen auf dem Ofen oder Küchenherde allmählig erhitzt. Glaubt man, Salicylsäure für die bessere Haltbarkeit der Konserven zusetzen zu müssen, so wird dieselbe jetzt auf die Früchte gegeben, sei es in Pulverform oder indem man das Pulver zuvor in Cognac auflöst, und hierbei rechnet man auf je 1 kg. Früchte 1/2 gr. oder zirka 1/2 Teelöffel Salicylsäure.

Die größte Sorgfalt hat man auf den vollständig luftdichten Verschluß zu verwenden. Ein Zeichen des vollkommenen Schlusses bei Verwendung

des Pergamentpapieres ist folgendes: durch das Erhitzen der Konserven wird die in den Gläsern nach dem Verbinden noch vorhandene Luft ausgetrieben; infolge dessen entsteht eine blasenförmige Auftreibung des Papieres nach oben. Nach Abkühlung der Konserven aber fällt das Verbandmaterial bei vollkommenen Verschluß nach innen zusammen, indem die atmosphärische Luft schwerer ist als die im Glase vorhandene und bildet sonach eine Vertiefung nach innen. Bleibt jedoch nach der Erkaltung die blasenförmige Auftreibung des Verschlusses, so ist dies ein Zeichen, daß noch atmosphärische Luft in dem Einlegebehälter vorhanden, welche das Verderben der Konserven bewirken würde. Bei diesen Gläsern muß der Verband nochmals entfernt und durch erneutes, besseres Verbinden und nochmaliges Kochen auf geringere Zeit für einen vollkommen luftdichten Verschluß gesorgt werden.

Die mit Schraubenverschluß versehenen Büchsen dürfen vor dem Kochen nicht zu fest geschraubt werden, die Schraube darf nur locker angezogen werden. Sobald der Kochprozeß beendet ist, wird die Schraube fest angedreht, und man hat während der Aufbewahrung des öftern nachzusehen, ob sich die Schraube nicht gelockert hat.

Die auf irgend welche Weise verschlossenen Gläser werden nun in ein Dampfbad, das sogen. Marienbad, gebracht. Dies geschieht, indem man in einem eisernen Topf, der so hoch sein muß, daß die Gläser bei aufrechtem Stand nicht über den Rand hinaussehen, den Boden mit Heu, besser noch mit der sauberen Holzwolle so hoch bedeckt, daß die Gläser beim Kochen nicht springen, ebenso werden mit dem gleichen Material die Zwischenräume zwischen den Flaschen ausgefüllt, damit die Gläser beim Kochen sich nicht gegenseitig berühren, wodurch ebenfalls Bruch entstehen würde.

Der zu verwendende Kochtopf wird mit lauem Wasser derart angefüllt, daß dasselbe beim Kochen bis an den Hals der Einlegegefäße gelangt, aber nicht etwa über das Pergamentpapier spült, worauf nun das Wasser zum Kochen gebracht wird. Von dem Moment an, wo durch Wellen die Kochtemperatur des Wassers angezeigt wird, rechnet man nun die Kochzeit der Konserven: dieselbe dauert bei Früchten mit weichem Fleisch 20—30 Minuten, bei solchen mit festem dagegen 45 Minuten. Die Konserven läßt man dann noch im Kochgefäß erkalten und sie können, nachdem die Konservengläser äußerlich gut gereinigt und mäßig bewegt sind, damit flüssiger und fester Inhalt sich gleichmäßig verteilt, was erforderlichenfalls am nächsten Tage nochmals zu wiederholen ist, sodann in den Aufbewahrungsraum, welcher trocken, kühl und dunkel sein muß, gebracht werden.

Was wir mit dem Fallobst tun.

Die Falläpfel werden am zweckmäßigsten zur Geleebereitung verwendet, denn sie besitzen jene Stoffe in reichem Maße, welche die Geleebildung begünstigen. Soll das zu erzeugende Gelee klar werden, so ist darauf zu sehen, daß die Aepfel im Innern rein weiß gefärbt sind, so daß also Wurmstellen auszuschneiden sind.

Man vierteilt die ungeschälten Aepfel, entfernt die Wurmstellen und spült die Stücke mit reinem Wasser gut ab. Hierauf bringt man die Aepfel in einen Kessel, gibt so viel Wasser zu, daß die Früchte bedeckt sind, und kocht so lange, bis sie sich zerdrücken lassen. Nun spannt man ein großes weißes Leinentuch über einem entsprechend großen Gefäße auf, schöpft die ganze Masse aus dem Kessel hinein, läßt den Saft ablaufen und preßt nach dem Abkühlen den restierenden Saft aus. Hierauf bleibt der Saft so lange stehen, bis sich die trübenden Fleischteile zu Boden setzen, wird dann vorsichtig so abgegossen, daß man nur klaren Saft erhält, bringt diesen in einen Kessel, welcher so groß sein muß, daß der Saft ohne überzukochen steigen kann, setzt per Kilo Saft $^1/_2$—$^3/_4$ kg. gute blaufreie Raffinade zu und schäumt beim Kochen gut aus. Der Saft wird sofort getrübt, wenn sich am Rande des Kessels irgend welcher Ansatz bildet, und aus diesem Grunde ist der Rand des Kessels mittelst eines in Wasser getauchten Pinsels stets rein zu halten.

Sobald der Saft vom Rande des eingetauchten Schaumlöffels nicht mehr in einzelnen Tropfen, sondern in Lappen herunterfällt, wird der Kessel sofort vom Feuer genommen, das fertige Gelee in die dafür bestimmten Gefäße gebracht, welche luftdicht verschlossen am zweckmäßigsten in trockenen kühlen Räumen aufbewahrt werden. In einem Beutel mitgekochte, geschälte Quitten mit Kernen und Kernhäusern geben dem Gelee eine hübsche rote Färbung, etwas abgeriebene Zitrone, Apfelsine oder ein kleiner Vanillezusatz einen aromatischen Geschmack.

Apfelsaft. Man reinigt Falläpfel, zerschneidet sie in vier Teile, kocht sie in einem Kessel mit überstehendem Wasser, so daß sie sich zerdrücken lassen, und preßt den Saft ab. Nachdem sich die Fleischteile zu Boden setzten, schüttet man den klaren Saft vorsichtig ab, setzt per Liter 150 gr. Zucker zu, kocht den Saft 20 Minuten lang unter sorgfältigem Ausschäumen, füllt ihn abgekühlt in Flaschen, welche man gut verkorkt an kühlem Ort stehend aufbewahrt. Als Zusatz zu Wasser ist dieser Saft bei heißem Wetter von hohem Werte und würde wegen seiner erfrischenden Eigenschaft und seines Wohlgeschmackes sicher viele Käufer finden, wenn er im Handel zu haben wäre.

Essigbereitung aus Fallobst. Zur Essigbereitung eignen sich alle Obstarten, d. h. Kernobst sowohl als Steinobst und Beerenobst in all seinen Arten und Sorten. Auch die Beschaffenheit der Frucht schließt ihre Verwendung nicht aus, so daß demnach Obst, welches im Sommer vom Sturme nur halbreif vom Baume abgeschlagen wurde, angefaultes, wurmiges Obst, welches für andere Zwecke überhaupt nicht mehr verwendbar ist, weiter die Obstabfälle beim Dörren und der Weinbereitung recht zweckmäßig zur Essigbereitung Verwendung finden können.

Essig besteht aus Essigsäure und Wasser, sowie eventuell aromatischen Stoffen, welche die betreffende Frucht liefert. Die Essigsäure entsteht aus Alkohol, dieser aus Zucker, sonach können zur Essigbereitung die Früchte dienen, deren Saft einer weinigen Gährung fähig ist, d. h. solche mit zuckerhaltigem Saft oder solche, deren Stärkegehalt sich im Zucker umbildet. Die Umwandlung von Alkohol in Essig erfolgt unter folgenden Voraussetzungen:

1. die betreffende Flüssigkeit darf nicht über 10 % und nicht unter 3 % Alkohol enthalten;

2. die Temperatur sei nicht zu hoch und zu niedrig, am zweckmäßigsten 30—35 ° C.;

3. es muß der Zutritt des Sauerstoffes der Luft zum Gärgefäß möglichst begünstigt sein;

4. es ist die Gegenwart eines essigbildenden Fermentes (Mycoderma aceti) notwendig.

Wir beschränken uns darauf, die primitivste Art der Essigbereitung anzugeben, welche in jeder Wirtschaft ohne besondere Vorbereitungen ausführbar ist, sind aber eventuell auch bereit, später, sobald sich ein Interesse dafür zeigt, Fabrikationsmethoden für den größern Betrieb mitzuteilen.

Man zerquetscht das zur Verfügung stehende Obst, bringt es in ein Faß, gibt so viel Wasser zu, daß nach dem Beschweren des Obstes mit einem losen Faßboden und Steinen alle Früchte bedeckt sind und placiert das Faß an eine möglichst warme Stelle. Später gewonnenes Obst kann bis zur Füllung des Fasses hinzugenommen werden.

Nach genügender Gährung der Masse preßt man den Saft ab, zieht ihn auf ein reines nicht geschwefeltes Faß, welches man an einer möglichst warmen, jedenfalls aber frostsicheren Stelle aufstellt, und so lange mit gutem starkem Essig spundvoll hält, bis die Essiggährung vorüber ist, was der Fall ist, wenn jedes Geräusch im Fasse aufgehört hat.

Um Unreinigkeiten abzuhalten, legt man ein Brettstückchen auf das Spundloch, welches man der Sicherheit wegen mit einigen Nägeln leicht anheften kann. Der Essig muß bis zur völligen Vollendung der Essiggährung auf dem Faße lagern, welche mindestens ½ Jahr beansprucht.

Setzt man dem Essiggut Himbeeren, Brombeeren ꝛc. zu, so geben diese Früchte ein vorzügliches Aroma. Für den eigenen Bedarf braucht der so gewonnene Essig nicht abgezogen zu werden. Behufs seiner Klärung zum Verkaufe setzt man per Liter Faßgehalt einen Löffel pulverisierte Knochenkohle zu, rührt sie ordentlich ein, und läßt den Essig, nachdem sich die Kohle zu Boden setzte, über einen einfachen Filter laufen.

Für Küche und Haus.

Die Verwendung der Hagebutten. Um die Hagebutten einzumachen, verfahre man auf folgende Weise: vor dem Einmachen läßt man die von den Kernen und Haaren befreiten Früchte einige Tage liegen, damit sie etwas teigig werden, oder erweicht sie in warmem Wasser, worauf man aufgelösten, siedend heißen Zucker (1/4 Pfund auf ein Pfund Hagebutten, oder auch gleiche Teile) über sie gießt und etwas Citronensaft oder auch noch anderes Gewürz zusetzt. Nach einigen Tagen gießt man den Zucker wieder ab, verdickt denselben durch Kochen und gießt ihn auf die Früchte zurück. Dieses Aufkochen des Zuckers wiederholt man, bis der Zucker dick genug bleibt, d. h. bis er sich zu Fäden ziehen läßt. Auf diese Weise behalten die Früchte die schöne Farbe und ihr frisches Ansehen. Andere schütten auch die gereinigten Früchte in den siedenden Zucker (sobald derselbe, wenn man ihn im Löffel kalt bläst, dick zu werden anfängt) und läßt sie mit demselben sieden, bis sie klar und weich geworden sind, setzt das nötige Gewürz zu, füllt sie in Einmachgläser und bewahrt sie an einem nicht zu warmen Orte auf.

Hagebuttensuppe stellt man her, indem man die gereinigten frischen oder getrockneten Früchte in Wasser (besser unter Weinzusatz) mit Zucker, Zimt, Citronenschalen und etwas Kartoffelmehl (welches „sämig" macht) weich kocht, durch ein Sieb streicht und mit gerösteten Semmelschnitten anrichtet. Die gerösteten und gemahlenen Samenkerne dienen als Kaffeesurrogat und können auch frisch getrocknet, als Mehl, zu Suppen und Brotzusatz verwendet werden.

*

Bedeutung der Bohnen als Nahrungsmittel. Obgleich die Hülsenfrüchte alle Blutbestandteile enthalten, besitzen sie bei unserer gewöhnlichen Zubereitung in der Küche doch nur einen ziemlich geringen Wert für die Ernährung. Die dem Körper so notwendigen, in den Hülsenfrüchten in Menge enthaltenen Eiweißstoffe werden in der Regel gar nicht oder nur in sehr geringem Grade gelöst und für die Verdauung geschickt gemacht.

Ohne gelöste Eiweißstoffe aber ist der Nährwert der Bohnen gering. Um ein vortreffliches Nahrungsmittel zu liefern, müssen die Bohnen 48 Stunden mit kaltem Wasser übergossen stehen. Nach Ablauf dieser Zeit wird das Wasser abgegossen, das Gefäß bedeckt, die aufgeschwellten Bohnen nochmals 24 Stunden feucht stehen gelassen und dann erst mit Regenwasser gekocht. Selbst bereits drei Jahre alte Bohnen werden bei dieser Behandlung innerhalb drei Stunden weich und gut verdaulich. Derartig zugerichtete Bohnen machen auch nicht die geringsten Verdauungsbeschwerden, haben einen guten Geschmack, indem ein Teil des Stärkemehls durch den beginnenden Keimungsprozeß in Dextrin übergeht und eine schnellere Lösung des Eiweißkörpers bewirkt, wodurch die Einwirkung auf die Blutbereitung rascher vor sich geht.

*

Hasenbraten. Man nimmt zum Braten nur den Rücken, alle übrigen Teile braucht man zu dem untenstehend beschriebenen „Pfeffer". Der gut gehäutete Rücken wird reichlich gespickt und im Ofen in steigender Butter unter häufigem Begießen in höchstens 45—55 Minuten gebraten. Indes stößt man zur Sauce die Leber, schwitzt die durchgestrichene Lebermasse nebst einigen gewiegten Chalotten in Butter einige Minuten, kocht dies mit Weißwein und kräftiger Bouillon zu dicklicher Sauce, salzt und pfeffert und reicht diese Sauce neben dem fertigen Hasenbraten. Oder man verkocht den Bratensaft des Hasen mit saurem Rahm.

*

Hasenpfeffer. Man schneidet alle Teile außer dem zum Braten bestimmten Rücken in Stücke. Dann brät man 150 gr. Speck, den man in Würfel geschnitten, mit etwas Butter aus, entfernt die Würfel, tut die Stücke hinein, brät sie auf allen Seiten an und überstreut sie dann mit Mehl, bedeckt sie mit den vorher entfernten Speckwürfeln und gießt nun eine halbe Flasche Rotwein, 1/4 Liter kräftige Bouillon an. Als Gewürz setzt man noch Zitronenscheiben, ein Kräuterbündelchen, Wachholderbeeren und Pfefferkörner zu und dämpft alles eine halbe Stunde. Indes dünstet man kleine Zwiebeln und Champignons (können auch weggelassen werden) in Butter und etwas Zucker, tut diese zu dem Fleisch und dämpft es langsam völlig gar. Man entfettet die durchgeseihte Sauce, begießt sie mit etwas Hasenblut und gibt die Speise sofort zu Tisch.

*

Kastanienpurée. Man entfernt von den Kastanien die äußere Schale und rührt sie über dem Feuer so lange mit etwas Butter in einer Kasserolle, bis die dünne Haut von selbst ablöst. Dann bringt man sie

mit etwas Wasser, Butter und Salz abermals aufs Feuer, zerstampft sie, sobald sie gar sind, treibt sie mit Milch durch ein Sieb und fügt Butter, sowie etwas Bratenjus oder in Ermangelung dessen kräftige Auflösung von Liebigs Fleischextrakt hinzu. In den Niederlanden bildet dieses Purée ein sehr beliebte Beilage zu den verschiedensten Braten.

*

Wie muß man eine Petroleumlampe auslöschen? Gewiß hat schon jede der geehrten Leserinnen nach Auslöschung einer Petroleumlampe mit dem Qualme und dem mehr oder weniger recht unangenehmen Geruch derselben Bekanntschaft gemacht. Doch ist dieser Geruch nur dort zu spüren, wo man eine Lampe von oben oder von der Seite auslöscht. Diejenigen, welche ihre Lampe so weit herunterschrauben, daß dieselbe allmählig von selbst erlischt, werden ihr Geruchsorgan nicht beleidigen. Während die erste Art und Weise des Auslöschens auch manchmal noch zu einer Explosion führen kann, ist die letzte Art vollständig gefahrlos und somit allein anzuwenden. In dem Maße, wie wir die Dochtfläche von dem oberen Rande des Brenners entfernen, wird die Temperatur des Dochtes und des in demselben verdampfenden Petroleums erniedrigt. Die Folge davon ist, daß die Menge der gebildeten Dämpfe abnimmt und die Flamme allmählich kleiner wird. Dieser Vorgang führt wieder zu einer Abnahme der Temperatur der oberen Brenner- und Dochtteile und einer damit Hand in Hand gehenden Abnahme der Bildung von Petroleumdämpfen. Das Verlöschen der Flamme geschieht in dem Augenblicke, in welchem die Dämpfe nicht mehr ausreichen, die Flamme zu erhalten. Eine Explosion ist vollständig ausgeschlossen, wenn die Lampe sauber gehalten wird. Wird die Flamme ausgeblasen, so steigen erhitzte Petroleumdämpfe auf, welche die allmählich ersterbende Flamme selbst verzehrt.

Sie hat ein gut Gemüt, drum kocht sie gut,
Drum wird an ihrem Tisch mir froh zu Mut! —
Der Frauen Herz voll rätselhaften Zügen,
Erprobt sich stets am Wohlschmack ihrer Speisen,
Wenn so ein gutes Weib kocht, brät und schürt,
Und in den Topf den Wunsch des Herzens rührt,
Daß es den Gästen schmecke und gedeihe,
Das gibt den Speisen erst die rechte Weihe.

Lenau.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.
Druck von Th. Wirth & Co. in St. Gallen.