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

Band: 22 (1900)

Heft: 26

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: 11.02.2026

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

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | Nr. 7. | Juli 1900

Allgemeine Bemerkungen über das Gemüse.

Frische, grüne Gemüse, welche schön grün bleiben sollen, müssen in kochendes, angenehm gesalzenes Wasser auf's Feuer gesetzt und unbedeckt weich gekocht und dann mit kaltem Wasser abgekühlt werden, im Gegensatz zu den weiß bleibenen oder gedörrten Gemüsen, welche mit kaltem Wasser auf's Feuer gesetzt und nachher nicht abgekühlt werden.

Grüne Erbsen mit Butter.

Frisch gelesene und enthülste Erbsen werden in leicht gesalzenem, kochendem Wasser rasch weich gekocht, man schüttet sie auf ein Sieb und übergießt sie mit kaltem Wasser. Einige Minuten vor dem Anrichten läßt man 30 Gr. Butter schmelzen, gibt die gut abgetropften Erbsen dazu, würzt sie mit Salz und einer Prise gestoßenem Zucker, schwingt sie durcheinander und läßt sie gut heiß werden. Nach Belieben kann man etwas gehacktes Grünes darüber streuen.

Wenn die Erbsen sofort, nachdem sie weichgekocht sind, serviert werden können, so braucht man sie nicht abzukühlen, sie werden bloß abgeschüttet, mit einem Stück frischer Butter abgeschwungen, gewürzt und zu Tisch gegeben.

Rosenkohl mit Butter.

Der schön feste, gut erlesene und von gelben Blättchen entledigte Rosenkohl wird in kaltem Wasser gewaschen, dann in reichlich, mäßig gesalzenem, kochendem Wasser weich gekocht, auf ein Sieb geschüttet und mit kaltem Wasser abgekühlt. Man läßt in einer flachen Pfanne ca. 30 Gr. Butter schmelzen, gibt den gut abgetropften Rosenkohl hinein, würzt ihn mit Salz und schwingt ihn auf dem Feuer ab, bis er gut heiß ist.

Rosenkohl gehackt.

Hiezu wird gewöhnlich Rosenkohl verwendet, welcher etwas locker ist und daher beim Kochen nicht ganz bleibt, derselbe wird in kochendem, leicht gesalzenem Wasser weichgekocht und wie Spinat zubereitet.

Krautstiele in weißer Sauce.

Die Krautstiele werden in fingerlange und fingerbreite Stengel geschnitten, man zieht die faserige Haut ab und kocht die Stengel in leicht gesalzenem Wasser, welches mit etwas Milch oder angerührtem Mehl weißlich gefärbt ist, weich, legt sie zum Abtropfen auf ein Sieb und kühlt sie mit kaltem Wasser ab. Unterdessen wird 1/2 Liter Bouillonsauce fertig gemacht, man gibt die Krautstiele hinein, läßt sie noch einmal aufkochen, würzt sie gehörig, nach Belieben mit etwas Essig oder Kümmel, richtet sie gleichmäßig nebeneinander liegend an und gießt die Sauce darüber. Nach Belieben wird ein wenig Petersilie darüber gestreut und mit Liebig's Fleischextrakt gekräftigt.

Endiven gehackt.

Von den Endivenköpfen wird der Strunk abgeschnitten, die Blätter sauber gewaschen und wie Spinat fertig gemacht.

Heidelbeerbrei.

Man lasse 30 Gr. Butter leicht schmelzen, rühre 30 Gr. Mehl darunter und schweiße es leicht ab, gebe 1 1/2—2 Glas voll Wasser und 2—2 1/2 Liter erlesene, gewaschene und abgetropfte Heidelbeeren dazu, streue 2—3 handvoll gestoßenen Zucker darüber und lasse sie auf nicht zu starkem Feuer weich dämpfen. Einige Minuten vor dem Anrichten gebe man einen Teller voll in mittelgroße Würfel geschnittenes und in Butter braun geröstetes Brot dazu. Nach Belieben kann man den Zucker ganz weglassen und nur zum Anrichten ein wenig Zucker und Zimmt darüberstreuen.

Birnen in Rahmsauce.

Die Birnen werden geschält, je nach ihrer Art entweder ganz gelassen oder in Hälften oder Viertel geschnitten. Setze sie mit genügend Wasser auf's Feuer, koche sie nur einigemal auf, schütte sie hernach zum Abtropfen auf ein Sieb, lasse 50—70 Gr. Butter schmelzen, gebe die hergerichteten Birnen hinein, decke sie zu und dämpfe sie weich, decke sie ab und lasse sie schön braun überbraten, streue eine gute Hand voll Zucker darüber, schwinge die Birnen recht oft ab, bis der Zucker bräunlich geschmolzen ist, rühre eine Tasse voll Rahm mit 1/2 Kaffeelöffel voll Mehl glatt an, gieße ihn zu den Birnen und lasse es zu einer leicht dicklichen Sauce aufkochen.

Gemischter Gemüsesalat.

Die meisten gekochten Gemüse wie Bohnen, Erbsen, Blumenkohl, Gelbrüben, Schwarzwurzeln u. s. w. kann man einzeln oder zusammen vermischt zu Salat verwenden. Blumenkohl wird in kleine Röschen verteilt, Bohnen, Gelbrüben, Schwarzwurzeln u. s. w. werden in erbsengroße Würfel geschnitten. Die so hergerichteten, gut abgetropften Gemüse werden in eine Schüssel gelegt, mit ein wenig Essig leicht bespritzt, mit dem nötigen Salz und Pfeffer bestreut und mit einem Teller bedeckt, etwas liegen gelassen. Vor dem Anrichten wird die allenfalls noch angesammelte Flüssigkeit sauber abgegossen, die nötige Salatsauce darüber gegeben und der Salat leicht durcheinander gemacht.

Gemischter Salat.

Hiezu wird vorerst ein Kartoffelsalat fertig gemacht und in eine Salatschüssel halb kugelförmig angerichtet, man gibt darüber eine fingerdicke Lage Endivensalat, verziert die Oberfläche und den Rand mit einigen Scheiben Randen, einigen Salatherzchen und gekochten, in Hälften geschnittenen Eiern. Nach Belieben kann man dem Kartoffelsalat einige zerschnittene Bohnen oder auch einige Würfel hergerichteter Häring beigeben.

Gebackene Kartoffelkügeli.

8—10 rohe, geschälte Kartoffeln werden weich gekocht und durch ein Sieb gestrichen, man läßt in einer Kasserolle oder Pfanne ca. 1½ Tasse voll Milch mit einem nußgroßen Stück Butter aufkochen, verarbeitet die durchgestrichene Kartoffelmasse mit 1—2 Hand voll Mehl, gibt sie hernach zu der kochenden Milch, rührt den Teig einige Minuten tüchtig auf dem Feuer ab, zieht ihn wieder zurück und gibt ihn in eine Schüssel, rührt ihn ab bis er die größte Hitze verloren hat, verarbeitet dann 3 ganze Eier, je eines nach dem andern recht gut mit dem Teig, so daß eine Masse wie fester Brühteig entsteht, würzt mit Salz, Pfeffer und Muskatnuß. Hebt ein kleines Stück von der Masse heraus und forme auf dem mit Mehl bestäubten Teigbrett eine fingerdicke Rolle, schneidet diese in nußgroße Kügelchen und backt sie in schwimmendem heißem Backfett schön braun. Sollten die Kügelchen beim Backen auseinandergehen, so verrührt man noch ein Ei und eine Hand voll Mehl mit der Masse und formt dann die kleinen Kügelchen daraus.

Spargelgemüse.

Unter den mannigfachen Verwendungsarten für grüne, wegen ihrer aufgeschossenen Spitzen nicht mehr ganz tafelfähigen, von den Kennern aber nichts desto weniger sehr geschätzten Spargeln verdient die folgende vor allem Erwähnung, denn sie ist ebenso einfach in ihrer Zubereitung,

wie vorzüglich in ihren Resultaten. — Nachdem die Spargeln auf gewohnte Weise geputzt, gewaschen und in Bündchen vereint in Salzwasser gekocht sind, schneidet man deren Spitzen in centimeterlange Stückchen, dämpft sie auf gutem Feuer mit einem Stück Butter bis sich ihre Feuchtigkeit verdunstet hat und legiert sie außerhalb Feuer mit einem Löffel seimiger weißer Sauce, welche aus Mehl, Spargelabsud vermischter Fleischbrühe und einer Spitze Cayenne hergestellt und im letzten Augenblick durch Einverleibung eines Stückchens frischer Butter und eines Güßchens „Maggi" verfeinert wurde. — Wann legiert, sind die Spargeln dem Kochen nicht mehr auszusetzen. — Dieses Gericht eignet sich besonders auch als Beigabe zu kleinen Fleischgerichten wie Croquettes von Geflügel, Fleischpastetchen 2c. J. W.

Spiegeleier auf geröstetem Speck oder Schinken. Einige Scheiben von rohem, magerem, geräuchertem Speck oder rohem oder gekochtem Schinken werden in einer flachen Pfanne leicht überbraten, man richtet sie auf eine Platte an und gibt die gebratenen Eier darüber. Will man die Eier in einer Kochplatte servieren, so streicht man dieselbe mit Butter aus, gibt die gerösteten Speck- oder Schinkenscheiben hinein, schlägt die Eier sorgfältig darüber auf, würzt sie nur leicht und bäckt sie halbweich.

*

Die Füllung der Bratgans ist je nach dem in den einzelnen Gegenden bestehendem Gebrauche eine verschiedene. Während z. B. in Norddeutschland Aepfel mit einer Beigabe von Thymian dazu gewählt werden, ist in den Rheingegenden die Füllung mit Kastanien beliebter. Bei der Gewinnung des in vielfacher Weise verwendbaren Schmalzes macht man wohl in der Behandlung des Bauch- und des Darmfettes insofern einen Unterschied, als man bei dem Ausbraten des ersteren dasselbe nicht wässert und auch Zusätze von Aepfeln und gewürzigen Küchenkräutern vermeidet, um den feinen natürlichen Geschmack des Schmalzes voll und rein zu erhalten. Das Darmfett wird dagegen behufs Beseitigung jedes unangenehmen Nebengeschmackes während etwa drei Tagen in öfter zu erneuerndes Wasser gelegt, und, nachdem es dann zum Ausbraten eine Zeit lang gekocht hat, werden Thymian, Zwiebeln und Aepfel, aus denen das Kerngehäuse entfernt ist, hinzugetan. Sobald letztere weich gekocht sind, nimmt man sie wieder heraus. Das Schmalz läßt man unter beständigem Umrühren nur so lange braten, bis die Grieben anfangen, sich hellbraun zu färben, die dann vermittelst eines Durchschlages entfernt werden und im Gemenge mit gebratenen Aepfeln auch noch eine angenehme Speise zu Pellkartoffeln geben. Das sehr wohlschmeckende Schmalz ist nicht nur zum Bestreichen

des Brodes als Ersatz für Butter, sondern auch zu vielerlei Fleischgerichten und Gebäck, insbesondere zu Pfannkuchen und Aepfelschnitten sehr verwendbar und wenn es so bereitet und gereinigt wird, daß es dünnflüssig bleibt, in welchem Zustand es das einzige tierische Fett ist, das durch Einwirkung des Frostes nicht erstarrt, auch zum Ersatze des Olivenöles und gibt dann namentlich einen ausgezeichneten Kartoffelsalat.

*

Ragout ist eine saure, pikante Speise von Fleischresten; sie wird verschiedenartig bereitet. Man röstet einige Eßlöffel Mehl in zerlassener Butter gelb, dämpft darin Schalotten, etwas Citronenschale, Petersilie, Sardellen oder Hering, alles zerkleinert, gießt Bouillon oder kochendes Wasser dazu und läßt die Masse aufkochen. Hierauf schneidet man übriggebliebenen Kalbsbraten (auch Rinderbraten oder Geflügel) in Würfel, schüttet das Fleisch nebst Essig oder Citronensaft, Lorbeerblättern, ganzen Nelken und Pfefferkörnern in die Sauce, gießt, wenn man solche hat, mit Liebigs Fleischextrakt gekräftigte Fleischbrühe hinzu und läßt gut durchkochen.

*

Kalbsbries-Ragout in Muscheln. Ein sehr kräftig mit Madeira gekochtes, mit Eidotter abgerührtes und mit Liebig's Fleischextrakt würzig gemachtes Ragout von feingeschnittenem Kalbsbries, so dick gehalten, daß es Backhitze verträgt, wird in mit Butter ausgestrichenen großen Muscheln, mit Semmelbröseln bestreut, mit Citronensaft beträufelt, rasch überbacken und nach der Suppe gereicht.

*

Spätzli mit Eier gebacken. Spätzli werden, nachdem sie gekocht sind, auf ein Sieb herausgehoben und mit kaltem Wasser übergossen, damit sie nicht zusammenkleben. Nachdem sie gut abgetropft sind, werden ca. 30 Gr. Butter heiß gemacht, man gibt die Spätzli hinein, schwingt sie auf dem Feuer ab, bis sie leicht geröstet sind, schütte dann 3—4 gut verklopfte, mit Salz und Pfeffer gewürzte Eier darüber und rührt sie mit dem Spätzli ab, bis alles leicht überbacken ist.

*

Bauernknödel. 1/2 Liter Mehl wird mit lauer Milch und etwas Salz dünnflüssig gemacht und über 5—6 fettgeröstete Semmeln, die man würfelig geschnitten hat, gegossen; man läßt den gut abgeschlagenen Teig eine Stunde stehen und formt Knödel, die man in Salzwasser kocht.

*

Kartoffelwürfel mit geröstetem Brot. Rohe geschälte Kartoffeln werden in gleichmäßige, stark Haselnuß große Würfel geschnitten und in mäßig gesalzenem Wasser weichgekocht. Lasse dann 5 Gr. Butter heiß werden, am besten in einer flachen Pfanne, gebe eine Hand voll geriebenes Weißbrot oder Paniermehl hinein, rühre es ab, bis es leicht braun geröstet ist und schweiße damit die Kartoffeln ab.

Kirschenpfannkuchen. 125 Gramm Weißbrot (2 kleine Weckchen) wird in kalter Milch geweicht, ausgedrückt und fein gehackt. Hierauf rührt man 60 Gramm Butter weiß, gibt 60 Gramm Zucker dazu und wenn beides miteinander verbunden ist, so rührt man 4 Eigelb dazu. Ist die Masse dick und aufgegangen, so mengt man das Brot und 60 Gramm fein gehackte Mandeln, sowie eine Messerspitze voll Zimmet darunter. Zuletzt kommt noch der steife Schnee der Eier hinzu und endlich 1/2 Kilo von den Stielen befreite Kirschen. Nun füllt man diesen Teig in eine kleinere, flache, aber etwas tiefe Eisenpfanne, worin 30 Gramm frische Butter zum Steigen gebracht worden sind. Sie wird gedeckt und der Kuchen sehr langsam bereits eine Stunde auf beiden Seiten dunkelbraun gebacken. Er wird warm mit Zucker und Zimmet bestreut zu Tische gegeben. — Dieser Pfannkuchen kann auch im Ofen gebacken werden. Dann aber wird die Form mit Butter bestrichen und mit Brot oder Paniermehl bestreut, ehe der Teig eingefüllt wird. — Statt Kirschen können auch 1/8 Kilo gut gereinigte Rosinen oder von den Steinchen befreite Weinbeeren genommen werden.

*

Erdbeerschnitten. Schöne Wald-Erdbeeren werden gereinigt, dann zu einem feinen Brei gedrückt, mit ein paar Löffeln voll süßem Rahm, etwas in Butter gelb geröstetem Brot, Zucker, bis es süß genug ist, und Zimmet gut vermischt und einige Zeit stehen gelassen, damit das Brot erweiche. Von Semmel- oder Milchbrot reibt man die Rinde, schneidet dünne Schnitten davon, taucht diese in Milch oder Wein und preßt sie mittelst eines Gewichtes rein aus, backt sie in heißem Schmalz hübsch gelb und streicht auf die noch warmen Schnitten eine kleine, fingerdicke Erdbeerlage, bestreut sie mit Zucker und Zimmet und serviert sie noch warm. Viele streichen die Fülle vor dem Backen auf. — Auf diese Weise macht man von Himbeeren, süßem Aepfel- oder Birnbrei Schnitten. — Eingemachtes oder beliebige Confitüre ist auch vortrefflich.

*

Apfelcompote von getrockneten Aepfeln. Halbierte, trockene Aepfel oder Schnitte von solchen weicht man eine halbe bis eine Stunde in lauwarmem Zuckerwasser. In halb Wasser halb Weißwein, mit viel Zucker, Zimmt und Citronenschalen dämpft man die Aepfel etwa 45 Minuten und richtet sie dann mit dem Saft an.

*

Rettigsalat. Etwa 6 Monatrettiche werden sauber geputzt, fein gescheibelt und in die Salatschüssel gethan. Dann schneidet oder hackt man 1 Blatt Petersilie, 1 Blatt Sellerie und etwas Schnittlauch ziemlich fein und thut dies zu dem Rettich. Ueber alles wird nun

guter Essig geschüttet und dies 1 Stunde stehen gelassen. Unterdessen wird übrig gebliebenes Rindfleisch in kleine Stücke fein geschnitten und mit Pfeffer und Salz bestreut. Hierauf thut man dies auch in die Salatschüssel, gibt einen Löffel gutes Olivenöl dazu und vermengt das ganze. — Oder: Monatrettiche werden sauber geputzt und fein geschneibelt; etwas Schnittlauch dazu in die Schüssel getan und ein Löffel Essig darüber gegossen. Frischen Salat, Kopf- oder Schnittsalat rüstet man, wäscht ihn und läßt ihn im Tropfsieb liegen. Er hält sich stundenlang frisch und wird sehr schmackhaft, wenn man eine Prise gestoßenen Zucker darüber streut. Kurz vor dem Essen erst wird der Salat zu den Rettich getan, ein Löffel Olivenöl dazu gegossen und nun sorgfältig das Ganze gemengt.

*

Die verdaulichste Speise ist der Reis, zu dessen Verdauung, natürlich wenn er gekocht ist, nur eine einzige Stunde erforderlich ist. Eine halbe Stunde mehr Zeit beanspruchen Gerstensuppe, geschlagene Eier, gebratenes Wildbret, weich gekochte Aepfel und Birnen, Obstkraut, gekochter Lachs und gekochte Forellen, Spargel, Sellerie, durchgetriebener Bohnen- und Erbsenbrei, Hafergrütze und Gerstenbrei, gekochter Sago und gekochtes Hirn noch fünf Minuten mehr. Am schwersten verdaulich sind — zu ihrer Verdauung bedarf es fünf Stunden — hartgesottene Eier, Rauchwurst, zäher Kalbsbraten, gebratenes altes Hammelfleisch, gekochte Därme und Sehnen, Ochsentalg, Steinobst, Rosinen, Mandeln, Nüsse, Pilze, und die Hülsen der Hülsenfrüchte; noch eine Stunde mehr zur Verdauung aber beanspruchen altes Pökelfleisch, gebratener Aal und gebratene Neunaugen. Im allgemeinen wird die Verdauung, nach Dr. Klenkes Untersuchungen, durch Zusatz von Salz, Rettig, Zucker und Wein gefördert, aber durch Zusatz von Fett, Oel und Sauce verzögert.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Hanföl, ein Mittel gegen Ungeziefer. Das ärmere russische Volk auf dem Lande und in den Städten hält viel auf dem Hanf und verwendet Büschel frischer und getrockneter Hanfpflanzen im Hause und in den Betten, um sich des Ungeziefers zu erwehren. Ebenso wird das Hanföl neuerdings zur schnellen und gefahrlosen Vertreibung von Hautschmarotzern empfohlen. In 2—3 Stunden nach dem Einreiben hörte bei den massenhaft mit Läusen bedeckten Haustieren das Hautjucken auf, die Schmarotzer waren abgestorben. Auch gegen Hautmilben thut es gute Dienste. Von 7 mit Milben behafteten Pferden waren 2 nur

einmal, dagegen 5 zweimal mit Hanföl eingerieben; der Erfolg war ein vollkommener, ungeachtet man vor Anwendung das Abwaschen der Tiere mit Seifenwasser oder Lauge unterlassen hatte. Das Hanföl ist für die angeführten Zwecke um so mehr angezeigt, als es billig und leicht zu beschaffen ist, und nicht wie viele andere Mittel dieser Art giftige Eigenschaften besitzt. Als alter Landwirt habe ich Hanföl bei Hunden und Kälbern, welche bekanntlich jede Einreibung abzulecken pflegen, mit großem Erfolge angewandt. Es bewährt sich auch bei Federvieh. Im Garten sind Hanfaussaaten ein wirksames Mittel gegen Erdflöhe, z. B. um dieselben von Kohlanpflanzungen abzuhalten. — Die Hanfspreu wirkt ähnlich. Dazu kommt, daß der Hanf im Garten eine schöne Zierpflanze ist. J.

*

Pelzwerk aufzubewahren. Man bringe dasselbe in die Sonne, womöglich mehrere Tage nacheinander. Dann klopfe man es tüchtig aus, untersuche es aufs genaueste nach Motten und ähnlichem Ungeziefer, breite es alsdann auf einem Tische aus und lege es sorgfältig, d. h. unter Vermeidung von Falten und Runzeln zusammen und schlage um das Ganze ein reines leinenes Tuch. Man schließe hierauf das Paket, indem man die Enden des Tuches zusammennäht, nachdem man zuvor irgend ein starkes Insektenpulver: Antimitein, Pyretrum, Naphthalin oder auch Kampfer gebraucht hat. Dann schließe man das Paket noch in Papier ein, welches man ringsum zuklebt.

*

Keine saure Milch. Um Milch vor Sauerwerden zu bewahren, nimmt man auf einen Liter Milch zwei Messerspitzen doppeltkohlensaures Natron, welches man zusetzt; ebenso ist die in Apotheken zu erhaltende Borsäure gut; auf ein Liter zwei Messerspitzen.

*

Zur Entfernung von Bierflecken aus hellen, wollenen Kleiderstoffen bestreicht man die betreffenden Stellen mit reinem, weißem Glyzerin, wäscht letzteres mit lauem Wasser wieder aus und glättet den noch feuchten Stoff auf der linken Seite. Selbst zarteste Farben werden durch dieses Verfahren nicht angegriffen.

*

Holzgeschirre zu scheuern. Holzgeschirre scheuert man am besten ohne Seife und Soda mit Steinsägemehl, welches man bei jedem Bildhauer bekommt. In Ermangelung dieses kann man auch Fegesand nehmen.

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