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

Band: 25 (1903)

Heft: 50

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: 31.07.2025

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. 12. | Dezember 1903

Die Behandlung der Gasküche.

Da die Gasküche immer mehr in Gebrauch kommt, so halten wir es für angezeigt, den Interessenten einige Ratschläge betreffend die Behandlung dieser Apparate zu geben. Schon bei der Anschaffung der Kochapparate schaue man auf gut gearbeitetes Fabrikat; wenn dasselbe auch etwas teurer ist, als billig gearbeitetes, so mache man sich keine Bedenken, denn die Mehrkosten bezahlen sich gewöhnlich in ganz kurzer Zeit von selbst.

Die Löcher und Brenner-Ringe dürfen nicht zu groß und das Kochgeschirr nicht zu dickwandig sein. Für letzteres eignet sich am besten Kupfer, Messing, Eisen und Aluminium; doch wird Aluminium von Säuren angegriffen. Eisen-Emailpfannen bewähren sich gut und sind leicht zu reinigen. Gußeisernes Geschirr ist nicht zu empfehlen, weil es dickwandig ist und daher viel Wärme braucht.

Man soll niemals das gleiche Kochgeschirr, welches man auf dem Holz- oder Steinkohlenherd verwendet, für Gasapparate gebrauchen, bevor man dasselbe gründlich vom Ruß gereinigt hat.

Beim Kochen mit Gas muß sehr auf Reinlichkeit der Apparate und Geschirre gesehen werden. Bei allfälligem Ueberlaufen der Speisen soll der Apparat sofort gründlich gereinigt werden, da sonst die Speisen eintrocknen und eine Kruste in und auf dem Brenner bilden, was bewirkt, daß das Gas die Hitze nicht richtig entwickeln kann, überhaupt daß die Flamme nicht recht brennt.

Von vielen Leuten wird empfohlen, den Hahnen an der Gasuhr nicht ganz zu öffnen. Dieses Verfahren ist jedoch nicht zu empfehlen. Man hat ja gewöhnlich einen Hahnen vor dem Gasapparat, welcher näher liegt, als derjenige vor der Gasuhr; zudem hat jeder Brenner noch einen Hahnen; will man nun schwaches Feuer haben, reguliert man die letzteren, und es geht dann auch nicht zu viel Gas fort. Reguliert man bei der Gasuhr, so wird der Gasdruck zu stark gedrosselt;

will man nun ein starkes Feuer haben, kommt zu wenig Gas und die zu erwärmenden Sachen werden nur langsam erhitzt, was Zeit- und Gasvergeudung zur Folge hat. Die Gasuhr kann nicht mehr anzeigen, als durch dieselbe geht, reguliere man vor oder nach der Uhr. Es ist auch klar, daß bei richtigem Gasdruck die Flammen besser brennen, als bei schwachem.

Die Gasflamme soll die Kochgeschirre nicht überragen (seitlich aufwärts brennen), sondern nur den Boden gehörig bestreichen; es sollten daher nur Kochgeschirre mit flachem Boden verwendet werden; gewölbte Böden lassen zu viel Wärme unnütz fort. Das Geschirr darf nicht zu weit von der Flamme entfernt, ca. 2 Centimeter, ebenfalls nicht zu nahe, weil in letzterem Falle sich zu wenig Sauerstoff verbrennen kann.

Je nach Wärmebedarf muß man die Flammen regulieren. Beim Wegnehmen des Kochgeschirrs vom Apparat dreht man die Flamme klein, oder löscht aus, wenn nicht sofort weiter gekocht wird.

Es wird viel gefehlt, wenn man Wasser wärmt. Da wird z. B., wenn die Kocherei fertig ist, Wasser zum Abwaschen erwärmt, dasselbe während dem Essen bei gleich starkem Feuer auf dem Apparat gelassen, wenn es schon stark siedet. In dieser Hinsicht könnte man sehr viel ersparen, wenn man für nötiges Brauchwasser ein Geschirr hätte, das man auf das andere Kochgeschirr setzen kann; das Wasser wird dann erwärmt während die Speisen gar kochen. Solche Geschirre sind zur größten Zufriedenheit an einigen Orten im Gebrauch und sind in den meisten Eisenhandlungen erhältlich. (Siegrist's Sparkochtopf.)

Das Gas eignet sich aber nicht nur zum Kochen, es dient auch für andere Zwecke, z. B. zum Glätten. Hiezu bedarf man aber besonders geeigneter Apparate und Eisen, und es sind solche von den Gasapparaten-Fabriken in großer Auswahl zu haben.

Als Zusatz-Apparat zu den gewöhnlichen Gasherden kann man sich auch noch einen Backofen anschaffen; da sind die doppelwandigen zu empfehlen. Man kann mit diesen Backöfen sehr gut Backwerk machen, nur braucht es im Anfang etwas Geduld und Uebung. Hat man aber einmal die Vorteile herausgefunden, freut sich jede Hausfrau, wenn sie selbst die „Guteli" von A bis Z fertig machen kann. Der Gasverbrauch ist sehr gering. Diese Backöfen eignen sich zudem noch um schmackhafte Braten herzustellen und als Tellerwärmer. Für Backwerk muß man eine Asbestunterlage verwenden, damit dasselbe nicht anbrennt. Zuerst erwärmt man den Ofen gehörig, bringt dann den zu backenden Teig hinein und stellt die Flamme um etwa einen Dritteil kleiner, alsdann wartet man 20 Minuten, bis man nachsieht, wie die Sachen sind. Je nach dem Stande kann man nun die Flammen regulieren.

Daß die Gasküchen immer mehr Verwendung finden, beweist die Thatsache, daß immer mehr Gaswerke gebaut werden; das Holz wird immer teurer, der Familienvater muß seinem Verdienste nachgehen und kann sich nicht mehr viel mit dem Zerkleinern des Holzes abgeben. Muß er fremde Leute hiezu anstellen, so wird die Sache teuer.

Die Gaskocherei kommt billiger zu stehen, als jede andere Kochmethode bei richtiger Behandlung.

Reife des Fleisches.

Jeder Hausfrau ist es bekannt, daß frisch geschlachtetes Fleisch, mag es von dem besten Mastvieh stammen, hart, trocken und ungenießbar ist. Selbst durch das längste Kochen wird es nicht weich, und die besten Zähne können es nicht klein bekommen. Nur Fleisch, welches einige Tage nach dem Schlachten gelegen hat oder reif geworden ist, wie die Metzger es nennen, ist zum Kochen geeignet. Vogel in Basel hat diesen Vorgang der Reifung untersucht. Er fand, daß die Reifung des Fleisches im Wesentlichen mit der Bildung des Fleischsaftes zusammenfällt. Nimmt man frisch geschlachtetes Fleisch, so ist es unmöglich, selbst mit einem Druck von 1770 Kilogramm auch nur einen Tropfen Fleischsaft aus dem Fleisch herauszupressen, erst nach einigen Stunden gelingt dies. Je länger das Fleisch liegt, ohne natürlich zu faulen, umso mehr Saft liefert es. Die besten Fleischstücke liefern selbstverständlich mehr Saft, als die weniger guten. Ebenso hängt der Saftreichtum von dem Alter, dem Geschlecht, dem Gesundheitszustande und von der Nahrung ab. Altes Rindfleisch schmeckt zähe, strohartig und fade, aus Mangel an Material zur Saftbildung. Sehr interessant ist auch die Beobachtung Miescher's, daß das Fleisch des Lachses während des Laichens zäh und geschmacklos ist, weil durch diesen Vorgang dem Körper und besonders den Muskeln Eiweiß, also saftbildendes Material, entzogen wird. Das Fleisch hat um diese Zeit 50 Prozent weniger Nährwert, als sonst. Der Fleischsaft ist ein außerordentlich leichtes und gutes Nahrungsmittel und enthält auch alle die Stoffe, welche uns das Fleisch erst schmackhaft machen. Dadurch wird es auch verständlich, daß frisch geschlachtetes Fleisch, in welchem sich noch kein Fleichsaft gebildet hat, nicht schmeckt. Häufig hört man von Laien die Ansicht äußern, daß der aus den englisch zubereiteten Fleischspeisen hervorquellende Saft Blut wäre. Sie weisen deswegen diese Speisen mit Entrüstung zurück. Es ist dies aber eine vollkommen falsche Ansicht. Es handelt sich hier vielmehr um Fleischsaft, welcher durch Zubereitung im Fleisch zurückgehalten wird und nur durch seine Farbe beim Rindfleisch als Blut imponiert. Es enthält aber eine

große Menge Nahrungsstoffe, die bei anderer Zubereitung häufig in die Sauce übergehen. Die Entstehung des Muskelsaftes wird nicht, wie man häufig glaubte, durch Bakterien hervorgerufen. Denn Vogel erhielt aus vollkommen sterilem Fleisch dieselbe Menge Muskelsaft, wie aus anderem Fleisch. Vielmehr wird dieser Vorgang durch Fermente bedingt, die wohl auch während des Lebens bei der Muskeltätigkeit eine Rolle spielen.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Kräftige, billige Suppe. 1 Pfund Rindsknochen oder auch Knochen von gekochten Bratenstücken werden zerkleinert und mit 2—2½ Liter kalten Wassers langsam zum Kochen gebracht. Unterdessen reinigt man verschiedene grüne Suppengewürze wie: Lauchstengel, Selleriewurzel, Zwiebel, Petersilie, weiße Rübe, einige Kohlblättchen, nach Belieben 1—2 Rübchen und Kartoffeln, schält sie wenn nötig, wascht und zerhackt sie oder schneidet sie in Würfel und kocht sie schließlich mit der Knochenbrühe eine Stunde lang gleichmäßig. Die Suppe wird mit Salz und Muskatnuß gewürzt und kann nach Belieben durchgetrieben werden. Beim Anrichten kräftigt man sie noch mit einigen Tropfen „Maggi-Würze" und serviert sie heiß. Von erwähnten Suppengemüsen kann selbstverständlich das eine oder andere weggelassen werden.

*

Ochsenschwanzsuppe. 2 Ochsenschwänze werden sauber gewaschen und in Stücke geschnitten, viel Suppenkraut und Zwiebel mit Butter gedämpft, 1½ Liter Fleischbrühe und ½ Liter Weißwein daraufgegossen und darin die Schwanzstücke nebst einigen Speckscheiben langsam weichgekocht. Dann gießt man die Brühe durch ein Sieb, nimmt das Fett ab, ein Glas Madeira und noch Fleischbrühe dazu und richtet die Suppe auf verschiedenen jungen Gemüsen an, die allein in Bouillon gekocht sind, Erbsen, Spargeln und gelbe Rüben. Auch nach Geschmack Cayennepfeffer dazu.

*

Kartoffelsuppe. Man läßt Butter heiß werden, schwitzt darin eine feingeschnittene Zwiebel, gibt gekochte geriebene Kartoffeln hinein, rührt Fleischbrühe dazu und läßt sie einige Zeit kochen. Beim Anrichten gibt man geröstete Semmelwürfel dazu.

*

Hase mit saurem Rahm gebraten. Wenn der Hase abgezogen ist, wird er eingesalzen, mit Pfeffer eingerieben und, wenn ältern Geburtsdatums, über Nacht in Essigbeize gelegt. Ziemer und Schlegel werden

dicht überspickt, der Hase mit Butterstückchen belegt in eine niedere Bratpfanne gebracht, ein klein wenig Wasser darüber gegossen und unter fleißigem Begießen mit gutem, saurem Rahm schön, weich und saftig gebraten. In knapp 3/4 Stunden ist er fertig. Die Sauce wird schließlich rein entfettet und, mit einem Theelöffelchen „Maggi" verstärkt, über den Braten gegossen.

*

Rosenkohl mit Bratwürstchen. Beim Einkauf sehe man darauf, daß die Knospen fest, die Stengel fleischig sind. Erstere werden von den Stengeln abgelöst, diese von den äußeren Blättchen befreit, rein gewaschen, in siedendem Salzwasser gekocht, bis sie sich weich anfühlen, dann abgeseiht und einige Minuten in kaltes Wasser gebracht. Eine Viertelstunde vor dem Anrichten dünstet man sie in eigroß frischer, süßer Butter mit etwas Salz, Muskatnuß, einem Theelöffel gestoßenem Zucker und ebenso viel feingeschnittener Petersilie vollends weich und träufelt an den gezogenen Saft einige Tropfen „Maggi". Man richtet mit den schön abgebräunten Bratwürsten an und gießt deren kurze Sauce darüber.

*

Kalbsbratensalat. Aus 4 Eigelb, 1 Löffel Mehl, Salz, Pfeffer, 3 Löffel Oel, 3 Löffel Essig, 1 Theelöffel Senf und 1/4 Liter Milch rührt man, am besten im Wasserbade, eine dicke Sauce, mit der man den in Stücke geschnittenen Kalbsbraten mit zerschnittenen Cornichon, Perlzwiebeln, schichtenweise in eine Glasschale füllt. Man läßt den Salat erkalten und garniert ihn mit Eier- und Wurstscheibchen.

*

Feine Gänseleber-Schnittchen. Eine Gänseleber wird mit allerlei Kräutern, wie Petersilie, Schnittlauch, Majoran 2c. fein gehackt. Diese mit Salz, Pfeffer, Muskat und Liebigs Fleischextrakt gewürzte Masse wird auf dünne Semmelschnitten ziemlich dick gestrichen und hierauf auf einem mit Butter befetteten Blech nur kurze Zeit im Ofen gebacken.

*

Pichelsteinerfleisch. 1 1/2 Pfund zartes, abgelegenes Rindfleisch ohne Haut und Fett, 1/2 Pfund mageres Schweinefleisch, 1 1/2 Pfund rohe geschälte Kartoffeln, 1/2 Pfund gelbe Rüben, eine Selleriewurzel werden in kleine Würfel geschnitten; 1/4 Pfund Rindermark wird fein gehackt, ebenso eine Hand voll Petersilie, etwas Schnittlauch oder Lauch, sowie 1/4 Pfund Zwiebeln. Dies alles gibt man lagenweise in ein Kasserol, gibt Salz und 1/2 Liter Wasser oder Fleischbrühe zu und kocht gut zugedeckt 1 1/2 Stunden auf schwachem Feuer. Nach dem ersten Aufkochen darf alles untereinander gerührt werden; darnach soll man nicht mehr aufdecken noch rühren. Nach Belieben kann man 1/4 Stunde

vor dem Anrichten 1 Glas Weißwein und eine Prise spanischen Pfeffer beifügen.

*

Gedämpftes Blaukraut. Das Blaukraut wird nudelartig geschnitten. In einem Tiegel wird Schmalz oder Fett heiß gemacht und das Kraut hineingeschüttet unter Zugabe von Salz, einer ganzen Zwiebel, einigen Nelken, etwas Citrone, einem Stückchen Zucker und gutem Essig. Um das Anbrennen zu verhüten, muß fleißig umgerührt werden und gibt man etwas Fleischbrühe oder Wasser zu und läßt es langsam dünsten.

*

Weinstrudel. 190 Gramm gestoßenes Weißbrot, 140 Gramm Zucker, 6 Eier, 1/2 Flasche Weißwein mit 1/4 Pfund Zucker. Das Brot wird mit Eier und Zucker vermengt, in einer Platte gebacken und vor dem Auftragen mit Wein und Zucker übergossen.

*

Rahmschnee mit Chokolade. 1/2 Liter süßer Rahm wird zu Schnee geschlagen, 125 Gramm feingeriebene Chokolade und 190 Gramm feingestoßener Zucker darunter gemischt.

*

Vanillesauce. 5 Eier, 1 Liter Milch, 1 Löffel Mehl, Vanille und 250 Gramm Zucker. Das Eigelb wird auf dem Feuer mit dem Mehl verrührt, dann Milch, Zucker und Vanille darangegeben. Wenn es eben ans Kochen kommt, gibt man den Schnee hinzu und schlägt es noch einen Augenblick zusammen.

*

Grieskuchen. 210 Gramm Zucker und 6 Eidotter rührt man recht schaumig und gibt 50 Gramm feingeschnittene Mandeln, Saft und Schale einer Citrone, 100 Gramm vom feinsten Gries und den Schnee der 6 Eier dazu. Man backt den Kuchen anfangs langsam, dann bei stärkerer Hitze.

*

Apfelwecken. Aepfel werden geschält, in Stücke geschnitten und mit etwas Zucker und Zimmet gekocht, etwas erkalten lassen und nachher Rahm darunter gerührt. Unterdessen wird Brotteig mit Butter vermischt (auf 2 1/2 Pfund Teig 1/2—3/4 Pfund Butter). Dann wird der Teig ausgerollt, runde Stücke daraus geschnitten (etwa Dessertteller groß), auf die Hälfte der Stücke obige Aepfel gethan, mit der andern Hälfte zugedeckt, die Ränder zusammengedrückt, mit Eigelb bestrichen und im Ofen gebacken.

*

Zimmetkuchen. 250 Gramm Mandeln werden geschält und mit Rosenwasser feingestoßen, mit 250 Gramm feingestoßenem Zucker, 1 Ei, 10 Eßlöffel voll dickem, saurem Rahm, 8 Gramm gestoßenem Zimmet

und feingeschnittener Citronenschale und Citronat schaumig untereinander gerührt, dies alles auf ein mit Butterteig belegtes Blech gegossen und im Ofen gebacken.

*

Anisbrötchen. 1/2 Pfund Zucker wird mit 3 Eier und etwas Citronenschale eine Stunde gerührt, dann ungefähr 1/2 Pfund Mehl daruntergemengt und mit dem Kaffeelöffel kleine Häuflein auf ein mit Butter bestrichenes und mit Anis bestreutes Blech gesetzt. Es ist gut, sie den Abend vor dem Backen aufzusetzen.

*

Dicker Kuchen. 3 Pfund Mehl, 1 Pfund Butter, Milch, Salz, Zucker und Hefe. Man macht einen Vorteig und läßt ihn gehen; dann schafft man den Teig recht fest und glatt, gibt Hefe und Vorteig zuletzt hinzu und läßt ihn nochmals in der Schüssel gehen. Dann wird er in die Form gefüllt, mit Ei bestrichen und in einem guten Ofen braun gebacken.

*

Wiener Krapfen. 125 Gramm Mehl werden mit Milch und acht Löffel Hefe verarbeitet und zum Aufgehen hingestellt. Unterdessen werden 500 Gramm Mehl, 125 Gramm Butter, 3 ganze Eier, 2 Eigelb, etwas Milch und Salz auf dem Backbrett tüchtig geknetet; wenn der Teig gut ist, werden 65 Gramm Zucker und der Hefenteig dazu gethan. Man rollt die Masse fingerdick aus, sticht Formen aus, läßt sie aufgehen und backt sie in schwimmendem Fett.

*

Reispudding mit Rosinen. 250 Gramm Reis, Zimmet und Citronenschale, 6 Eier, 100 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, 125 Gramm gut gewaschene und abgetrocknete Rosinen. Der Reis wird gebrüht und in Milch steif, nicht breiig, gekocht, dann die Butter leicht gerührt, mit den Eidottern und dem Zucker verrührt, das Uebrige dazu gethan, zuletzt der Schaum der Eier. 2 1/2 Stunden gekocht und eine weiße Schaumsauce dazu gegeben.

*

Maistorte. 1 1/2 Pfund Maismehl, gelbes, grobes, und 2—3 Kochlöffel voll gewöhnliches Mehl werden nebst einem gehäuften Eßlöffel voll Salz, 1/2 Pfund gestampftem Zucker und je 1/4 Pfund Rosinen und Weinbeeren untereinandergeschafft, dann 5/4—6/4 Liter siedende Milch und 1/2 Pfund zerlassene Butter daran gerührt, dann alles noch einmal untereinandergemacht und zugedeckt, damit das Maismehl recht weich wird. Sehr gut ist auch etwas Zimmet. Obiges soll am Abend vorher gerüstet werden und am andern Morgen auf gebuttertes Kuchenblech gethan. Die Masse darf nicht so dünn sein, daß sie verläuft, doch

auch nicht zu dick. Sie wird in heißem Ofen gebacken und schmeckt sehr gut, mit der goldbraunen Kruste daran.

*

Entfernung von Feuchtigkeit. Diese wird aus den Wohnungen am schnellsten und sichersten durch glühende Kohlen entfernt, die in einem eisernen Becken aufgestellt werden. Die sich dabei entwickelnde Kohlensäure verbindet sich mit dem Kalk und treibt das Wasser energisch aus dem Mörtel. Man wendet mit Vorteil Briquetts an, weil diese wenig Rauch entwickeln. Ein auf diese Art ausgetrockneter Raum ist in acht bis vierzehn Tagen bewohnbar.

*

Konservierung der Schuhsohlen. Man gibt zu sechs Eßlöffeln voll Oelfirnis einen Eßlöffel voll Terpentinöl, überstreicht die Sohle, die keine Politur haben darf und trocken und neu sein muß, damit und läßt es am warmen Ofen einziehen. Sobald es eingezogen ist, überstreicht man die Sohlen abermals, läßt es wieder an der Wärme einziehen und fährt damit solange fort, bis der Firnis stehen bleibt und nicht mehr einzieht. Dann läßt man den Anstrich an einem warmen Orte, in der Sonne 2c. völlig eintrocknen, und nach acht Tagen hat die Sohle solche Härte und Festigkeit angenommen, daß sie auch bei täglichem Gebrauche und der schlechtesten Witterung länger als andere Sohlen aushält. Es schadet nichts, wenn das Leder schlecht ist, umsomehr Firnis nimmt es an.

*

Aepfel durch Einsalzen dauerhaft zu machen. Die Früchte werden mit einem Leinentuche oder durch Waschen gereinigt, wieder getrocknet und in ein reines Fäßchen gelegt und mit einer Salzlösung derart übergossen, daß das Obst vollständig von der Flüssigkeit bedeckt wird. Das Fäßchen wird sodann wieder zugeschlagen und bis zum Eintritt des Frostes in den Eiskeller und später in einen Kühlraum gestellt. Zur Herstellung der Salzlösuug verwendet man auf 25 Liter Wasser ein Wasserglas voll Kochsalz, bringt die Flüssigkeit zum Sieden und läßt sie vor ihrer Verwendung wieder erkalten. Einige setzen auf 12 Liter der Lösung 0,5 Kilo Roggen- oder Weizenmehl hinzu, was den Aepfeln mit der Zeit einen mehr säuerlichen Geschmack verleiht. Mitunter wird statt dessen auch etwas Honig oder Zucker beigefügt und stets noch andere Gewürze, Fenchel, Estragon, Kümmel, Anis, je nach dem eigenen Geschmack. So konserviert halten sich die Aepfel fast das ganze Jahr hindurch, werden schließlich von schöner durchsichtiger Beschaffenheit und schmecken als Beilage, oder auch so genossen, angenehm und säuerlich.

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