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

Band: 28 (1906)

Heft: 44

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: 24.08.2025

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. 11 | November 1906

Was soll ich heute kochen?

Wer eine gute Hausfrau hat,
Der kann sich gratulieren,
Denn leicht ist's nicht jetzt, immer glatt
Die Hauswirtschaft zu führen.
Kein Wunder, wenn der Gatte zankt,
Wenn ihr das Wirtschaftsgeld nicht langt,
Doch kann sie, teilt sie's noch so ein,
Was alle Tage nur will sein,
Um Speisen zu bereiten —
Nicht aus den Rippen schneiden.
Die Frage, sie ist täglich neu:
Was soll ich heute kochen?
Das teure Fleisch und noch dabei
Die vielen großen Knochen,
Und auf dem Markte kann man jetzt
Sein blaues Wunder hören,
Nach Unzen kauft man noch zuletzt
Kohl, Kabis und auch Möhren.
Und wie die Schlangen in dem Sand
Kommt es daher gekrochen,
Kaum daß ich's gestern überwand,
Was soll ich heute kochen?
Da muß man bald entschlossen sein,
Wie rasch ist's nicht schon Zwölfe,
Da kommt das Völklein, groß und klein,
Und hungert wie die Wölfe;
Denn wenn der Mittag erst ist da,
Dann sind sie wie besessen,
Da schreien sie: Mama, Mama,
Was gibt es heut zu essen?

Wir armen Frauen sind fürwahr
In einer schlimmen Lage,
Denn schwier'ger wird von Jahr zu Jahr
Die große Lebensfrage.
Schon manche hat darüber sich
Oft bald den Kopf zerbrochen;
Ein schweres Wort bleibt's sicherlich:
„Was soll ich heute kochen?"

Zur Gänsemast.

Die besten Gänse sollen die pommerschen sein, weil Pommern in seiner klimatischen Lage ganz besonders den Bedingungen entspricht, die einer Gänsekonstitution bekömmlich sind. Aber auch Böhmen, Bayern, Elsaß und jetzt auch besonders Rußland produzieren viele und wohlschmeckende Gänse.

Die Gänsemast ist immer eine Quälerei, wenn sie im Nudeln, im Einsperren in enge Kästen und Wasserentziehung besteht.

Das Tier wird somit eigentlich erst künstlich krank gemacht, denn Fettlebern, auf die die Mast hauptsächlich abzielt, sind eine krankhafte Erscheinung, die der Mensch jedenfalls zu einer Brunnenkur in Karlsbad benützen würde.

Die Resultate einer Mast in Einzelhaft, bei einem grausam forcierten Einstopfen von bis zu 20 Gerstenschrotnudeln oder solchen aus Maisschrot, sind nicht so gut wie die, welche man nach neuer Methode erzielt, wobei die Tiere in großartiger Weise zunehmen, schöne Lebern und ein feines, zartes Fett erhalten.

Als Futter diene während der ersten zehn bis zwölf Tage guter reiner Hafer und ein wenig Gerstenschrot — in den Trank mische man auch etwas von letzterem und gebe täglich einmal in der Mastzeit für jede Gans 1/2 Liter gute Milch bei der Mittagsfütterung.

Man gewöhne die Tiere nach und nach daran, allein zu sein, und gebe ihnen jeden Morgen ein ordentliches, breites Gefäß mit Wasser, um darin zu paddeln.

Will man nach alter Art mästen, so mache man täglich 20 Nudeln aus wenig Butter, Gerstenschrot und Wasser und stopfe sie den Tieren ein. Man beginnt mit einer Nudel früh und einer abends, steigt dann immer nach zwei Tagen bei jeder Fütterung um eine. Man gebe ruhig Milch, Molken oder mit Haferschrot durchstreuten Trank. Mit dieser Mastart erreicht man in kurzer Zeit bei einer guten Landgans ein Gewicht von 12—14 Pfund.

Sehr gut ist es, wenn man in der letzten Woche der Mastzeit eingeweichtes Brot, Weizen- und Maisschrot gibt.

Maisschrot allein gibt trockenes Fleisch, Rübenfutter ist auf jeden Fall zu vermeiden, da dadurch das Fleisch sehr unangenehm schmeckt.

Spickbrüste sollte man stets ausbeinen und zusammenrollen, zehn Tage mit Salz, Salpeter und wenig Zucker pökeln und dann mit Buchen- oder Eichenscheitholz räuchern, nie mit Torf oder Braunkohlen. Im Rauch bleiben die Spickbrüste acht Tage, dann hüllt man sie in Papier und legt sie in den kalten Ofen in die Feuerung, oder falls bald geheizt wird, hängt man sie an einem sonnenlosen, frostfreien Ort freischwebend auf.

Zum Gänseschlachten.

Nur selten hat sich bis jetzt eine Stimme gegen das qualvolle Schlachten der Gänse erhoben. Es kommt bald wieder die Zeit, wo diese so nützlichen Vögel für uns bluten müssen, aber die Art des Schlachtens ist Mitleid erregend. Die Frauen, welchen gewöhnlich in kleinen Städten und auf dem Lande dieses Amt übertragen wird, stechen mit der stumpfen Spitze eines Messers in den Hinterkopf der Gans, und haben sie die richtige Ader nicht getroffen, oder geht aus irgend einem Grunde die Blutung nicht gut von statten, so wird immer wieder bis auf den Knochen gebohrt. Ebenso werden die Enten geschlachtet. Das Töten ist viel schonender zu bewirken. Vor dem Schnitt schlägt man die Gans mit einem Holzhammer auf den Kopf, um den Schlachtopfern die Qual der Tötung zu erleichtern, und dann führt man mit einem scharfem Messer einen Schnitt quer über den Hinterkopf und auf diese Weise trifft man eine vom Kopf am hinteren Halse entlang laufende Ader, wodurch die Gans sich leicht verblutet. Warum kümmert sich also die Polizei nicht um diese unnützen Todesqualen, während doch sicher auch ein menschheitliches Gesundheitsinteresse daran vorliegt, daß das Fleisch durch Qual und Angst der Tiere nicht verschlechtert wird?

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Kartoffelsuppe. Zeit der Bereitung 1½ Stunden. Bratenknochen, wie sie vorrätig sind, hackt man entzwei, setzt sie mit 2½ Liter Wasser und viel Suppenkraut zum Feuer, kocht sie ¾ Stunden, tut dann einen

Teller voll in Fett bräunlich gebratene rohe Kartoffelscheiben und einen halben Teller voll ungebratene Kartoffelschnitze in die Suppe und kocht sie weich. Man streicht die Suppe durch, tut 15 Gramm Salz, 15 Gramm Liebigs Fleischextrakt, eine Prise Muskatnuß und zwei Löffel gehackte Selleriebläter an die Suppe und gibt sie mit geröstetem Brot.

*

Kapaun. Derselbe muß trocken gerupft werden, nur Hals und Füße muß man abbrühen. Die Brust wird eingeklopft. Wenn er aufgeschnitten und ausgenommen ist, reibt man ihn mit Salz ein und legt ein Stückchen Butter, Petersilie und Zitronen in den Leib. Er kann gespickt oder mit Speck umbunden werden. Schön weiß bleibt er, wenn man ihn in mit Butter bestrichenes Papier einwickelt, bevor man ihn in die Bratkasserole bringt.

*

Pikantes Gänseklein. Das Klein von zwei oder drei Gänsen wird mit Wasser aufgesetzt und gut abgeschäumt. Dann gibt man 2 bis 3 kleine Zwiebeln, 1—2 Lorbeerblätter, ein Kräutersträußchen, 2 bis 3 Zitronenscheiben, einige Nelken und Gewürzkörner in die Brühe und kocht das Fleisch langsam weich. Unterdessen nimmt man von der Brühe eine Tasse voll, löst darin eine halbe Maggi-Bouillonkapsel auf und stellt diese Kraftbrühe einstweilen warm. Sobald das Fleisch gar ist, rührt man die Sauce durch ein Sieb, verkocht sie mit etwas in Butter braun geröstetem Mehl, einer in feine Scheiben geschnittenen sauren Gurke, etwas Essig und Weißwein zu recht pikantem Geschmack, gibt die Tasse Kraftbrühe dazu, läßt das Fleisch darin einmal aufkochen, schmeckt das Gericht gut ab, würzt es mit 10—12 Tropfen Maggi's Würze, und läßt es zugedeckt auf warmer Herdplatte 10 Minuten gut durchziehen.

*

Kalbshirn mit Tomatenpüree. 1—2 Zwiebeln dämpft man mit 60 Gramm Butter und 2 Scheiben würflig geschnittenem rohen Schinken gelb und fügt 30 Gramm Mehl und 250 Gramm Tomatenpüree hinzu. Man kocht diesen Brei mit einer Obertasse voll Fleischbrühe dick ein, streicht ihn durch ein Sieb und mischt Liebigs Fleischextrakt darunter. Unterdessen hat man 4 Kalbshirne mit kochendem Wasser abgebrüht und alle Häute und kleineren Blutstückchen entfernt. Man kocht die Hirne in Salzwasser unter Hinzufügung von etwas Essig gar, schneidet sie in fingerdicke Scheiben und richtet das Tomatenpüree heiß darüber an.

*

Kalbshirn in einer Sauce. Die Hirne werden im Wasser, in welches ein wenig Essig, Salz, Zwiebeln und ein paar Nelken kommen,

gesotten. Ein wenig Mehl wird in Butter hellgelb geröstet, fein geschnittene Zwiebel und Petersilie darin gedämpft, mit der Brühe, worin die Hirne gesotten sind, abgelöscht, ein wenig Fleischextrakt dazugegeben, kochen lassen, mit einigen Eigelb abgezogen und über die Hirne angerichtet.

*

Gedämpfter Rinderschwanz. Man wähle dazu einen recht fetten Rinderschwanz, schneidet ihn in den Gelenken durch, blanchiert die Stücke einen Augenblick mit kochendem Wasser und kühlt mit kaltem Wasser ab. Dann kocht man die Stücke in einer fetten Brühe, der man Wurzelwerk, Zwiebel und 1 Stück mageren Schinken beigegeben hat, 5—6 Stunden. Hierauf nimmt man die Fleischstücke heraus, gießt die Brühe durch ein Sieb, macht eine braune Mehleinbrenne, rührt mit der Brühe eine glatte, seimige Sauce, gießt ein Glas Madeira hinzu und läßt die Schwanzstücke darin heiß werden. Dann gibt man noch einen Eßlöffel voll Kapern hinzu, würzt mit etwas Fleischextrakt und schmeckt mit etwas Citronensaft ab. Auf einer runden Schüssel angerichtet, begißt man sie mit der Sauce und garniert mit kleinen runden Kartoffeln und glacierten Zwiebeln.

*

Forelle auf englische Art. Nachdem die Forelle gereinigt ist, legt man sie in eine längliche Bratplatte, die mit frischer Butter bestrichen wurde, bestreut den Fisch mit Pfeffer und Salz, am besten inwendig, träufelt Citronensaft und einige Stücke frischer Butter darüber und läßt ihn so im Ofen 15—20 Minuten dünsten. Nachdem gibt man den Fisch sorgfältig auf eine heiße Platte, legt in die zurückgebliebene Sauce noch ein wenig Butter, etwas Zitronensaft und Fleischextrakt, läßt es ein wenig erwärmen, aber nicht kochen und schüttet diese Sauce auf den Fisch und serviert sofort. Schmeckt sehr kräftig.

*

Forelle mit Sauce Maximilien. Die Forellen werden abgekocht und angerichtet. — Sauce Maximilien: 3 geschälte Schalotten werden mit ½ Glas gutem Essig zur Hälfte eingekocht, sodann 3 Eigelb, 1 Messerspitze voll feines Kartoffelmehl, Salz und Pfeffer nebst etwas Fischbrühe mit 1 Stückchen Butter beigegeben und auf Kohlenfeuer so lange gequirlt, bis die Sauce dickfließend wird. — Auch Aeschen sind sehr fein mit dieser Sauce, nur muß man diese im Ofen dämpfen mit Wein und ein wenig frischer Butter, Pfefferkörnern und einigen Nelken.

Französische Speckkartoffeln. Würfelchen oder Streifchen von magerem Speck werden in etwas Butter hellgelb gebraten. Dann fügt man in Würfel geschnittene Kartoffeln bei, läßt diese kurz Farbe annehmen, gibt ein wenig Knoblauch, fein verwiegte Schalotten, ein Sträußchen Petersilie, das Gewürz, sowie etwas wenig Bouillon bei und läßt die Kartoffeln zugedeckt auf kleinem Feuer und ohne umzurühren gar werden. Beim Anrichten entfernt man die Petersilie und schmeckt das Gemüse mit etwas Maggis-Würze ab.

*

Pikante kalte Petersiliensauce. 2 hartgekochte Eier und eine Hand voll grüne Petersilie hackt man mit dem Wiegemesser recht fein, gibt die Masse in eine Porzellanschüssel (mit rundem Boden), verrührt sie mit ½ Eßlöffel feinem Senf, einer kleinen feingeriebenen Zwiebel, einem Theelöffel Puderzucker, einer Prise Salz, 2—3 Löffeln Oel und gießt nach und nach einige Löffel Essig und Liebigs Fleischextrakt dazu, sodaß eine dickseimige Sauce entsteht, die sorgfältig nach Essig, Salz und Zucker abgeschmeckt wird.

*

Schwäbische Spätzle. 500 Gramm Mehl wird in eine Schüsse geschüttet und mit 3 Eiern, etwas Salz und Milch zu einem glatten, ziemlich festen Teig vermischt, den man so lange mit dem Kochlöffel bearbeitet, bis er Blasen wirft; inzwischen hat man gut gesalzenes Wasser zum Kochen gebracht, gibt den Teig auf ein Spätzlesieb mit groben Löchern, hält dieses über das kochende Wasser, rührt tüchtig in dem Teig, worauf dieser nudelartig ins Wasser läuft. Läßt die Spätzli einige Minuten kochen, nimmt sie mit dem Schaumlöffel heraus und richtet sie mit brauner Butter und gerösteten Semmelbrösel an und serviert sie sofort.

*

Sellerie-Salat. Geschälte, tadellos weiße Selleriewurzeln werden in nicht zu dünne Scheiben geschnitten, in siedendem Salzwasser nicht zu weich gekocht, abgetropft und, wenn verkühlt, in feine Riemchen geschnitten. Nun wird Fleischextrakt in etwas warmem Wasser aufgelöst, Oel und Weinessig, etwas fein geschnittene Zwiebeln, nach Belieben Estragonsenf und das nötige Gewürz zugefügt, alles zu einer pikanten Sauce durchgerührt, die Sellerieriemchen sorgfältig damit vermischt und der Salat — mit Petersilie bestreut — zu Tisch gegeben.

*

Kürbisgemüse. Ein mittelgroßer Kürbis wird geschält, sorgfältig von Kernen und dem weichen Mark befreit und in passende Stücke zerschnitten, die man in schwach gesalzenem Wasser fast weich kocht und

dann abtropfen läßt. 50 Gramm Butter röstet man mit einem knappen Löffel Mehl gelblich, verquirlt 1/3 Liter süßen Rahm mit einem frischen Eigelb, gießt dies zu der Mehleinbrenne, salzt ein wenig, legt die abgetropften Kürbisstücke in die Sauce, läßt sie darin etwas durchziehen, schmeckt ab, fügt 8—10 Tropfen Maggi's Würze dazu und richtet das Gemüse recht heiß an.

*

Petersiliengemüse. Petersilienwurzeln werden gewaschen, geschabt, in Streifchen geschnitten, kurz weich gekocht, mit kaltem Wasser abgespült, in einer weißen Sauce mit etwas Fleischextrakt über Citronensaft angerichtet.

*

Milchreis mit Obstsaucen. Man bereitet Milchreis, wie gewöhnlich, verbessert aber den Geschmack durch Zusatz von Mandeln, Zimt, Citronenschale und etwas Vanille. Der fertige Reisbrei wird in Formen gestürzt, die vorher mit kaltem Wasser ausgespült wurden, vollständig erkaltet, reicht man irgend eine Obstsauce dazu oder gibt ihn zu Wein- und Fruchtsuppen.

*

Schnitz und Erdäpfel mit Speck. 200 Gramm süße gedörrte Apfelschnitze werden gewaschen und mit 300 Gramm Speck mit Wasser und Salz zum Feuer gebracht; dann werden 750 Gramm rohe Kartoffeln geschält, in Stückchen geschnitten, gewaschen und dazu gegeben, alles untereinander gerührt und weich gekocht.

*

Mehlpudding. Zu 100 Gramm zerlassener Butter werden 100 Gramm Mehl eingerührt, leicht angedünstet, mit einem halben Liter Milch abgelöscht und auf dem Feuer zu einem dicken Teig abgerührt. Ist er halb erkaltet und gerührt, so gibt man nach und nach acht Eigelb langsam zu, ferner 100 Gramm Zucker, die abgeriebene Schale einer Citrone und zuletzt den Schnee der acht Eiweiß, füllt die Masse in die Puddingform ein und backt sie im Wasserbad im Ofen in etwa 1 1/2 Stunden; man gibt eine Fruchtsauce dazu.

*

Weiße Böhnlein. (Nahrhaftes Wintergericht). Etwa 400—500 Gramm weiße Böhnlein werden gut gewaschen und mehrere Stunden, am besten über Nacht, eingeweicht; 2—2 1/2 Stunden vor Essenszeit werden sie mit dem Einweich- und dem nötigen weiteren Wasser (daß dasselbe darob zusammenfließt), einem Stückchen Butter oder Fett' und dem Gewürz, auf mäßigem Feuer weichgekocht und auf ein Sieb angerichtet. Nun wird eine kräftige „Schweitze" bereitet, mit der ab-

gegossenen Brühe aufgekocht, die Böhnli zugefügt und mit etwas Weißwein oder gutem Weinessig und nach Belieben Rahm saftig eingekocht. Einige Tropfen „Maggis Würze" beim Anrichten zugegeben, machen das Gericht sehr schmackhaft.

*

Um Hirsch-, Reh- und anderes Fleisch wochenlang aufzubewahren, teilt man das Fleisch in beliebig große Stücke, bestreut sie mit Salz, sticht kurze Speckstreifen, Gewürznelken und Schalotten hinein und läßt sie in der Pfanne mit wenig Fett von allen Seiten rösten. Nachdem sie ganz erkaltet, packe man sie mit Zwiebeln, ganzem Pfeffer, frischen Wachholderbeeren, einer in Scheiben geschnittenen Citrone und etwas Salz schichtweise (man kann auch Rindfleischstücke dazu geben) in einen Steintopf, bedecke es zur Hälfte mit Bieressig, welcher mit etwas Wasser verdünnt ist, und übergieße das Fleisch fingerdick mit Nierenfett. So aufbewahrt kann das Fleisch nach Wochen zum Braten genommen werden.

*

Schuh-Sohlen macht man durch wiederholtes Bestreichen mit heißem Leinöl hart und fest.

*

Um schwarze Glacé-Handschuhe aufzufrischen, nimmt man einen kleinen Löffel voll Salatöl unter Zusatz einiger Tropfen schwarzer Tinte, trägt diese Flüssigkeit mit der Spitze einer Feder auf die Handschuhe, und läßt dieselben durch die Sonne trocknen.

*

Dem Hartwerden der Petroleumdochte beugt man vor, indem man sie noch neu in Seifenwasser oder Essig auskocht.

*

Das Absterben der Blattspitzen bei Palmen. Um diesem Uebelstande abzuhelfen, sorge man dafür, daß die Pflanzen stets Feuchtigkeit und Wärme haben. Trockene Luft, wie dies in geheizten Zimmern stets der Fall ist, schadet den Pflanzen, man kann diesem durch häufiges Abwaschen der Blätter mit einem weichem Schwamm viel nützen, auch öfteres Ueberbrausen mit einer Blumenspritze ist sehr ratsam.

*

Wer Strohmatten im Hause verwendet und diese, wenn sie schmutzig sind, mit Seife reinigt, wird wenig erbaut sein von dem Ergebnis, denn die so abgeseiften Matten erhalten ein graugelbes Aussehen. Will man sie gut und richtig säubern, bürstet man diese Matten mit scharfer Bürste mit warmem Salzwasser ab.

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