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

Band: 29 (1907)

Heft: 31

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: 31.12.2025

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. 8. | August 1907

Das Einmachen von Früchten nach dem Weckschen Verfahren.

Es ist nicht so leicht und einfach, Früchte und Gemüse zu konservieren, wie die junge Hausmutter nach den kurzen sachlichen Angaben der Kochbücher etwa anzunehmen pflegt. Die verschimmelten und verdorbenen Konserven liefern gelegentlich den Beweis. Gut einmachen kann eben nur der, der die Gesetze kennt, auf denen die ganze Einmachekunst sich aufbaut, anderseits aber auch befähigt ist, exakt nach diesen Gesetzen zu verfahren. Um Nahrungsmittel vor dem Verderben zu schützen, müssen wir die Fäulniskeime töten und Sorge tragen, daß keinerlei neue verderbliche Pilze entstehen. Das geschieht: 1. bei andauernder Kälte, 2. durch Entziehung der ihnen zum Gedeihen unentbehrlichen Feuchtigkeit, also des Wassers, 3. durch Erhitzung und Abschluß der atmosphärischen Luft und endlich 4. Anwendung antiseptischer Mittel.

Alle Früchte und Gemüse, die in Zucker oder Salz eingemacht werden, werden dadurch haltbar, daß diese Zusätze zu ihrer Lösung Wasser bedürfen, daß letztere den einzumachenden Sachen entziehen und den Fäulnispilzen eine notwendige Lebensbedingung rauben. So erklärt es sich, daß Obst, das mit zu wenig Zucker eingemacht wurde, sich nicht haltbar erweist und bald Schimmelbildung zeigt.

Wichtiger für die Hauswirtschaft ist dasjenige Verfahren, wodurch die Fäulniskeime durch anhaltende Hitze mit völligem Abschluß der Luft getötet werden. Dieses sogenannte Appertsche System war schon verbreitet, bevor die Industrie durch praktische, leicht luftdicht zu verschließende Gläser seine Anwendung gegenüber dem früher notwendigen umständlichen Löten sehr vereinfachte: es gewinnt, seitdem die Hausfrau selbst leicht den luftdichten Verschluß besorgen kann, nun immer mehr Anhänger. Auf diesem System bauen sich alle neuern, ähnlichen Einmachemethoden auf; in neuester Zeit dürfte das Weckſche Frischerhaltungsverfahren das vollkommenste sein. Ein Mißlingen nach dem an-

gegebenen System ist ausgeschossen, wenn man nur die Dauer der Hitze kennt, die nötig ist, um Früchte und Gemüse einesteils gar, andernteils haltbar zu machen. Es ist ungemein praktisch, dem Wasser, in dem solcherart zu behandelnde Konserven gekocht werden, durch Zusatz von Salzen oder Chlorcalcium eine höhere Hitze zu geben und um so sicherer die Fäulniskeime zu töten. Einfaches, klares Wasser kocht bei 80° R., mit Salz versetztes bei 86° R. und mit Chlorcalcium versetztes erst bei 100° R., es kocht also später und erreicht einen höhern Hitzegrad.

Beim Einlegen von Früchten und Gemüsen nach Appertscher Methode muß die Hausfrau nur beachten, daß saftreiche mit sehr wenig, trockene Früchte mit mehr Wasser eingehüllt werden, und zwar müssen die Sachen bis an den Hals der Gläser gefüllt werden; der noch freibleibende Raum wird dann mit Wasser vollständig gefüllt. Die Gemüse müssen vor dem Einfüllen in kochendem Wasser einigemale aufwallen und dann abtropfen. Zuckerzusatz ist bei den Früchten nicht nötig; will man trotzdem das Obst süßen, so streut man den Zucker beim Einfüllen schichtweise unter die Früchte. Die Kochdauer vom Moment an gerechnet, wo das Wasser, in dem Früchte oder Gläser stehen, zu sieden beginnt, beträgt für unreife Stachelbeeren 20—25 Minuten, für Erdbeeren 15, für Kirschen 15—20, für Johannisbeeren 15—20, für Himbeeren 15—20, für Heidelbeeren 20—25, für Pflaumen, Reineclauden 30—45, für Birnen 30—50 Minuten. Bei Spargeln beträgt dir Kochdauer 1½ Stunden, bei jungen Erbsen 2½, bei Karotten 1¼, bei Bohnen ¾ bis 1 Stunde.

Zum Umhüllen der Gläser ist saubere Holzwolle zu verwenden, besser noch Drahtkörbchen; übrigens gibt es jetzt einen extra Einmachkessel, in dem verschieden große Gläser ohne Umhüllung zu gleicher Zeit erhitzt werden können. Alle auf solche Art eingemachten Gemüse und Früchte müssen langsam in dem Wasser, in dem sie gekocht werden, erkalten. Die Verwendung antiseptischer Mittel zur Tötung der Fäulniskeime hat für den Haushalt wenig praktische Bedeutung.

Vielfach decken die Hausfrauen Rum- oder Spirituspapier über den Inhalt der Gläser, um einen Schimmelbelag zu hindern. Wirksamer erweist sich, das Papier in eine alkoholische Salicylsäurelösung (einen Viertelliter Spiritus, 2 Gramm Salicylsäure) zu tauchen und damit die eingemachten Früchte zu bedecken. Auch das Hineinwerfen eines kleinen Endes brennenden Schwefelfadens oben auf die Früchte und sehr schneller Verschluß der Gläser wirkt vorzüglich, ohne den Geschmack des Obstes irgendwie unangenehm zu beeinflußen. Viel Arbeit verursacht das Einmachen, aber für alle Mühe entschädigen schönes Aussehen und Wohlgeschmack der Produkte reichlich. Gutes Gelingen erfüllt die Hausfrau mit freudigem Stolz.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Braune Kartoffelsuppe. Eine große Zwiebel wird fein geschnitten und mit 2 Löffeln Mehl in heißem Fett braun geröstet, das nötige Wasser dazu getan und gewürzt mit Pfeffer und Salz. Dann fügt man noch einen Teller voll rohe Kartoffelmöckli und eine Handvoll Brotschnitten bei und kocht alles, bis die Kartoffeln weich sind. Hierauf werden sie zerstoßen oder die Suppe durch ein Sieb gedrückt und angerichtet.

*

Grüne Erbsensuppe. Für fünf Personen. 125 Gramm grüne Erbsen werden 10 Stunden in lauwarmem Wasser geweicht, sodann in scharf gesalzenes, kochendes Wasser geschüttet und einmal aufkochen lassen (blanchieren). Sodann gibt man sie auf ein Sieb und läßt sie abtropfen. In eine Kasserole gibt man 50 Gramm (ein Eßlöffel voll) Fett nebst einer halben, mittelgroßen Zwiebel (20 Gramm) in Scheiben geschnitten und ebenso viel Karotten, läßt dies anrösten, gibt die Erbsen nebst vier geschälten rohen Kartoffeln (200 Gramm) in Stücke geschnitten dazu, füllt mit zwei Liter Wasser auf, salzt mit 25 Gramm Salz (ein Kaffeelöffel voll) und läßt die Suppe anderthalb Stunden kochen, schlägt sie mit dem Schneebesen gehörig durch oder passiert sie durch ein Sieb, kräftigt sie mit etwas Fleischextrakt, gibt zwei Handvoll in etwas Butter geröstete Brotwürfel dazu und läßt sie in der gedeckten Suppenschüssel einige Minuten anziehen.

*

Wurzelsuppe. Eine feingeschnittene Zwiebel und zwei Löffel Mehl werden in heißem Fett braun geröstet, das nötige Wasser dazu getan. 3 Maggirollen werden fein gerieben, mit kaltem Wasser zu einem dünnflüssigen Teiglein angerührt und in die kochende Suppenbrühe geschüttet. Man läßt die Suppe noch 20 Minuten kochen und richtet an.

*

Nudelsuppe. Zwei Eier und eine Prise Salz werden gut gerührt und soviel Mehl damit gemischt, bis der Teig gewirkt werden kann und nicht mehr an den Händen klebt. Dieser wird dann dünn ausgewalzt. Wenn die Stücke halb trocken sind, rollt man sie zusammen und schneidet sie in lange Streifen, legt die Nudeln in kochende Fleischbrühe, läßt sie 10 Minuten darin kochen und richtet die Suppe über feingeschnittenes Grünes an.

*

Kalbsherz. Man spickt das Kalbsherz auf beiden Seiten mit

dünnen Speckstreifen, bestreut es mit Mehl und backt es in heißem Fett gelb, gibt Salz und Pfeffer dazu, füllt mit Wasser oder Fleischbrühe auf und läßt es weich kochen.

*

Gedämpfter Schellfisch. Der gut gereinigte Fisch wird abgetrocknet, mit reichlich Salz eingerieben, auf eine feuerfeste Porzellanschüssel, welche dick mit frischer Butter ausgestrichen ist, gelegt. Im heißen Ofen zirka 20 bis 30 Minuten gedämpft und mit Citronensaft und der zerlassenen Butter oft begossen.

*

Rippespeer. Bereitungszeit 2 Stunden. — Für 4 Personen. Zutaten: 1¼ Kilo Schweinebraten, 250 Gramm Katharinenpflaumen, 2 Scheiben Schwarzbrot, 125 Gramm Streuzucker, 1 Zwiebel, 1 Lorbeerblatt, etwas englisches Gewürz, 12 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, Pfeffer, Salz. — Man nimmt 1¼ Kilo Schweinefleisch vom Rippenstück, das in der Mitte der Länge nach eingebuckt wird, sodaß man es überklappen kann, oder ein Halbstück, in das der Metzger eine Tasche macht. Das Fleisch wird gut gewaschen, mit Pfeffer und Salz eingerieben und mit nachstehender Farce gefüllt. — Farce: Die Pflaumen werden mit heißem Wasser übergossen, damit sie aufquellen, mit dem geriebenen Schwarzbrot, dem Zucker, etwas Pfeffer und Salz vermengt und in den Braten gefüllt. Dann setzt man den Braten mit etwas Wasser, in das man 1 Lorbeerblatt, 1 Zwiebel und etwas englisches Gewürz gibt, auf und brät ihn unter öfterem Begießem schön braun. Zu der Sauce gibt man 12 Gramm Liebig's Fleisch-Extrakt, welches ihr Kraft und erhöhten Wohlgeschmack verleiht. Salzkartoffeln werden dazu gegessen.

*

Rotkohl, einfach, 6 Personen, 2 Stunden. Der Rotkohl (2 Köpfe für 6 Personen) wird von den äußern Blättern befreit, in Viertel geschnitten; nachdem die dicken Strunken herausgeschnitten, wird der Kohl fein geschnitten oder gehobelt. In einer Kasserolle läßt man ¼ Kilogramm gutes Schweine- oder Gänseschmalz zergehen, tut den Kohl hinein, gibt eine Tasse Wasser dazu und läßt ihn auf gelindem Feuer langsam weich dünsten. Nach einer Stunde fügt man ein Glas kochenden Weinessig, wenn man will, einen Löffel Wein, und das nötige Salz dazu und läßt den Kohl vollends weich schmoren. Wenn der Kohl kurz und weich eingeschmort ist, gibt man ein wenig Schwitzmehl daran, sowie etwas Zucker, wenn es nötig sein sollte; läßt ihn auf gelindem Feuer noch ziehen, und gibt ihn sodann auf die Schüssel. Sehr gut schmeckt das Gemüse, wenn man einige ganze geschälte Aepfel mitkocht, die dann zugleich zum Garnieren der Platte verwendet werden.

Linsenkoteletts. Ein halbes Pfund der Frucht wird in Wasser mit Salz und etwas Butter zu Brei gekocht. Nach dem Durchrühren und Erkalten wird er mit zwei Eiern, etwas gehackter Petersilie, geriebener Zwiebel und Reibbrot in einen Teig verwandelt. Aus diesem werden Koteletts geformt, die in Eigelb getaucht und dann in Butter gebraten werden.

*

Große Kartoffelklöße. Die Kartoffeln werden am Tag vorher mit der Haut gekocht, abgeschält und gerieben. Zu drei Teilen Kartoffeln ein Teil geriebenes Weißbrot; die in kleine Würfel geschnittenen Krusten brät man in Butter und nimmt zu einem Suppenteller voll zwei Eier und ein gutes Stück süßes Butter. Dieselbe wird mit Eidottern und Muskat glatt gerührt, das übrige dazu und zuletzt der Schnee der Eier. Hievon werden große Klöße gerollt, in Mehl gewälzt und in kochendem Salzwasser 1/4 Stunde gekocht. Man gibt braune Butter dazu.

*

Gefüllte Eier. Hartgekochte Eier werden entzwei geschnitten. Das Gelbe der Eier wird sorgfältig herausgenommen. Diese Eigelb werden nun in einer Schüssel nach Geschmack mit gutem Essig, Olivenöl, Salz, Pfeffer, gehackter Petersilie tüchtig verrührt und die weißen Eihälften damit gefüllt. Hat man eingemachte Kapern, so setzt man je in die Mitte des eingefüllten Eigelb eine solche. Diese Eier eignen sich sehr gut zum Garnieren einer kalten Fleischplatte und schmecken auch sehr gut.

*

Gries-Knödel. Ein halber Liter Milch und ebenso viel Wasser wird gesalzen und mit einem Stück süßem Butter aufs Feuer gethan. Wenn es kocht, rührt man schnell 300 Gramm Gries hinein und rührt so lange darin, bis sich die Masse von der Pfanne löst, stellt die Pfanne zugedeckt ein wenig beiseite, worauf die Gries-Knödel mit einem in Salzwasser getauchten Löffel ausgestochen werden. Dann schmelzt man sie mit in Butter gerösteten Brosamen ab.

*

Pfeffer-Kartoffeln. In einer nicht zu großen, gut verschließbaren Kasserolle wird ein Löffel Butter oder Fett heiß gemacht, ein Kilo in Würfelchen geschnittene, rohe Kartoffeln hineingegeben, kurz gedünstet, mit Salz, einer Prise Pfeffer, und einer mit Lorbeerblatt und 2—3 Nelken bespickten Zwiebel gewürzt, ein kleiner Schöpflöffel heiße Fleischbrühe oder heißes Wasser zugegossen, sofort zugedeckt und die

Kartoffeln auf gelindem Feuer in 20—30 Minuten weich gedämpft. Beim Anrichten entfernt man Zwiebel und Lorbeerblatt.

*

Warmer Krautsalat. Der Weißkrautkopf wird halbiert, vom Strunk befreit, fein gehobelt oder geschnitten. In einem irdenen Kochgeschirr macht man ein Löffel Fett heiß, dünstet darin eine fein geschnittene Zwiebel und ein paar Speckwürfelchen, gibt das Kraut hinein, fügt Salz, Pfeffer und 2—3 Eßlöffel Fleischbrühe dazu und dünstet das Kraut zugedeckt über mäßigem Feuer 8—10 Minuten lang. Später werden einige Löffel guten Weinessig darüber gegossen, dann dämpft man in weitern 5—10 Minuten gar. Der Salat wird beim Anrichten mit einem Güßchen „Maggis Suppenwürze" gekräftigt und heiß angerichtet.

*

Kartoffelsalat. Die Kartoffeln werden weich gekocht, dann geschält und feingeschnitten. 1—2 Lauchstengel, 1 Zwiebel und Petersilie wird feingehackt und dazu gethan. Auch Kresse oder Nüßlisalat kann man darunter mischen. Hierauf wird Pfeffer, Salz und Muskatnuß darüber gestreut, eine Tasse heiße Fleischbrühe beigefügt und mit Oel und Essig angemacht.

*

Polenta. ½ Liter Wasser und ebenso viel Milch wird gesalzen und aufs Feuer gebracht. Wenn es kocht, rührt man 300 Gramm Mais hinein und rührt so lange darin, bis sich die Masse von der Pfanne löst. Richtet an und streicht den Brei 2 Centimeter dick auf ein Brett. Wenn die Masse erkaltet, schneidet man sie in viereckige Stücke und backt sie in heißem Fett schwimmend auf starkem Feuer schön gelb. Beim Anrichten streut man geriebenen Käse darüber.

*

Linsenmus. Die Linsen werden erlesen, gewaschen und in warmes Wasser mit ein wenig Soda einige Stunden eingeweicht, dann samt dem Einweichwasser aufs Feuer gethan und weich gekocht. Hierauf röstet man in heißem Fett eine feingeschnittene Zwiebel und 1 Löffel Mehl braun, fügt feingeschnittenen Knoblauch bei, löscht mit Wasser oder Fleischbrühe ab, würzt mit Salz, Pfeffer und 1 Löffel Essig, legt die Linsen hinein, läßt sie noch 10 Minuten kochen und richtet an.

*

Käspudding. Eine ausgefüllte Form wird mit dünn ausgewalltem Teig belegt und eine Fülle hineingegeben aus 4—5 Löffel voll geriebenem Käs, 2 Eigelb, eine Tasse Milch, eine Prise Salz, Citrone und dem Schnee von den Eiern. Dies wird im Ofen gelb gebacken.

Käsomelettes. Hiezu bereite man einen guten, nicht zu dicken Omeletteig, mische diesen mit feingeschnittenem Käse und backe ihn beidseitig schön gelb. Für eine Portion nimmt man 1 Löffel Mehl, 1 kleine Tasse Milch, 2 Eier und 40—50 Gramm Käse, macht ca. 30 Rp.

*

Maccaroni. Die Maccaroni werden in kochendes Salzwasser gethan und 20 Minuten darin sieden lassen. Angerichtet läßt man sie gut vertropfen, thut sie in eine Omlettenpfanne mit heißer Butter, je eine Lage Maccaroni, dazwischen streut man geriebenen Käse und backt sie langsam auf glühenden Kohlen.

*

Apfelmus. Saure Aepfel, ungefähr 12—15 Stück, mittelgroße, werden geschält, in Schnitze verteilt und das Kernhaus herausgeschnitten, dann gewaschen, mit einem halben Liter Wasser und einem Eßlöffel Zucker in einer Messing- oder Emailpfanne aufs Feuer gethan und weich gekocht. Wenn sie nicht von selbst zerfallen, werden sie zerstoßen und angerichtet, mit in Butter gerösteten Brosamen abgeschmelzt, oder mit Zucker und Zimmt bestreut, oder, wenn man es recht gut haben will, streut man 3—4 Löffel gesiebten Zucker darüber und brennt ihn mit einer heißen eisernen Schaufel (Omelettenschaufel).

*

Rezept für guten Mürbteig, sowie zum Obstkuchen. Zutaten: 150 Gramm Mehl, 90—100 Gr. süße Butter, 1 Messerspitze geriebenes Salz, 1 Ei. Die Butter wird in kleine Stückchen zerpflückt und dann zusammen mit dem Mehl zwischen den Fingern solange zerrieben, bis sich alles wie Brosamen anfühlt. Hierauf werden Salz und Ei sorgfältig darunter geknetet und falls der Teig zu trocken ist, noch 2—3 Löffel Milch beigefügt. Dieser Teig muß ganz dünn ausgewellt werden, er geht schön auf; wer ihn noch zarter liebt, muß das ganze Ei durch 2 Gelbe ersetzen, so wird er besonders für Obstkuchen verwendet, sollte aber immer leicht vorgebacken werden, bevor eine beliebige Masse darauf gestrichen wird.

*

Apfelspeise. Man bestreicht eine Auflaufform mit Butter, stellt ganze geschälte Aepfel, von welchen man mittels eines Ausstechers das Kernhaus entfernt, in dieselbe, füllt die Aepfel mit eingemachten Johannisbeeren, rührt 100 Gramm Zucker mit 4 Eidottern zu Schaum, gibt dann einen Eßlöffel Mehl, die abgeriebene Schale einer halben Zitrone, 4 Eßlöffel Rahm und zuletzt den Schnee der 4 Eiweiß daran. Nun wird das Gerührte über die Aepfel gegossen, in der Röhre gebacken und mit Zucker bestreut aufgetragen.

Süße Schnitze. Dieselben werden in ganz wenig heißer Butter etwa 5 Minuten verdämpft. Dann schüttet man 2 Tassen Wasser daran und kocht sie weich. Hierauf röstet man in heißem Fett 1 Kaffeelöffel Mehl und 1 Eßlöffel Zucker hellbraun, löscht mit Wasser ab und schüttet diese Sauce über die Schnitze, läßt sie noch 10 Minuten kochen und richtet an.

*

Eierküchli. 6 Eier werden gut verklopft, 1 Prise Salz, 1 Eßlöffel Staubzucker, 2—3 Löffel Niedel oder 60 Gramm süße, zerlassene Butter darunter gerührt. Dann fügt man so viel Mehl bei, daß man den Teig gut wällen kann. Schneidet nußgroße Stücke davon ab, die man zu Kugeln formt und dünn auswällt. Diese Stücke legt man auf ein Tuch. Wenn aller Teig ausgewällt ist, backt man die Küchli in heißem Fett schnell auf beiden Seiten hellgelb und zwar auf starkem Feuer, richtet sie an, läßt sie gut vertropfen und bestreut sie mit Zucker.

*

Gründliche Reinigung heller Schuhe. Schuhe aus Segeltuch in jeder Farbe, vor allem die so hübschen, ganz weißen, stopft man mit Leinwand aus und wäscht sie einfach vermittelst einer Bürste so lange mit Wasser und Seife ab, bis sie ganz rein sind. Dann nimmt man die meistens etwas feuchten Tücher heraus, stopft statt ihrer die Schuhe ganz voll weißes Papier, so daß sie richtig in Form kommen, und läßt sie an der Luft (gleichfalls um keinen Preis in der Nähe des Ofens) trocknen. Die Schuhe sehen nachher wie neu aus. Gelbe Lederteile am Fußblatt u. s. w. werden nach dem Waschen frisch mit Creme bestrichen. — Weiße Lederschuhe reibt man entweder nur mit Benzin oder mit einem Brei aus Benzin und Mehl ab. Wenn die Schuhe dann sauber sind, reibt man sie scharf mit pulverisiertem Speckstein nach. Sie werden danach glatt wie Handschuhleder.

*

Um Linoleum lang glänzend zu erhalten, behandelt man es auf folgende Weise: Bevor man zum Wichsen desselben schreitet, wäscht man es mit gleichen Teilen Milch und Wasser sauber auf, sodann reibe man es mit Terpentinspiritus, in dem Bienenwachs gelöst wurde, ein, und glätte es mit reiner, weicher Bürste oder Flanellappen. Drei bis vier Wochen reibe man das Linoleum täglich trocken ab. Erst nach Verlauf dieser Zeit wiederhole man dies Verfahren und man hat stets reine und glänzende Teppiche und Läufer.

*

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