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

Band: 33 (1911)

Heft: 32

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: 26.10.2025

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

Roch-& Haushaltungschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Beitung.

Erscheint am erften Sonntag jeden Monats.

St. Gallen.

Mr. 8.

August 1911.

Nahrungsmittelfälschungen.

Ihres besonderen Wohlgeschmackes wegen wird die Butter nie durch irgend ein Surrogat vollständig verdrängt werden. Von den Verfälschungen ist die bedenklichste die Beimischung einer zu großen Wenge Wasser. Mit steigendem Wassergehalt nimmt natürlich der Nährwert der Butter ab. Der Fettgehalt sinkt manchmal bis 50 herunier. Eine weitere Fälschung, bildet die Vermischung der Kuhbutter mit fremden Tiers oder Pflanzensetten. Als solche kommen hauptsächslich in Betracht: Kindssett, Kokosnußsett und Margarine. Sine andere Verfälschung ist das Verseßen derselben mit Konservierungsmitteln, wie Vorsäure und Venzoesäure. Daß solche Zusätze verwerslich sind, haben eine ganze Keihe von Vergistungserscheinungen gezeigt, die nach Genuß von mit Vorsäure konservierter Vutter auftraten. Verdorbene Vutter ist in gesundheitlicher Hinsicht noch gefährlicher wie verfälschte Vutter. Unzulässig ist es, wenn verdorbene Vutter durch chemische Behandlung wieder in scheindar normalen Zustand zu bringen versucht wird.

Was den Käse anbelangt, so ist eine Unterscheidung von Margarinekäse möglich. Um die Erkennung der Margarine für die Kontrolle
zu erleichtern, besteht beinahe in allen Ländern die gesetzliche Vorschrift,
daß der Margarine bei der Fabrikation ein gewisser Prozentsat Sesamöl
beigefügt werden muß. Durch diese Beimischung kennzeichnet sich die Margarine sosort, indem sie beim Schütteln mit Salzsäure diese karmoisinrot färbt. Eine ebenso große Verbreitung als Butterzusatz wie
die Margarine hat auch das vegetarische Fett der Kokospalme gesunden. Dasselbe wird unter allen möglichen Fantasienamen in den Handel gebracht. Wegen seiner kesteren Konsistenz und seiner weißen Farbe
kann es kaum sur Butter untergeschoben werden, dagegen hat der
Nahrungsmitteltechniker darauf zu achten, daß dieses Fett nicht mit
Butter gemischt, als solche verkauft wird. Das schmackhafteste unter den Speiseölen ist unstreitig das Olivenöl, das aber je nach der Gewinnungsart in den verschiedensten Dualitäten in den Handel kommt, es ist ein großer Unterschied in bezug auf
den Geschmack zwischen einem erst gepreßten Fruchtöl und einem in
der Hitze gewonnenen Mahlöl. Keinem Speiseöl dürfen, wenn mit
einem bestimmten Namen bezeichnet, andere fremde Dele beigemischt
werden. Mischungen verschiedener Sorten dürfen nur unter dem Sammelnamen Speiseöle verkauft werden.

Bei den Teigwaren ist zwischen Wasserwaren und Eierware zu unterscheiden. Letztere darf diesen Namen nur dann bekommen, wenn sie auf ein Kilo Mehl mindestens drei Eier enthält. Die künstliche Färbung jeglicher Teigwaren auch mit unschädlichen Farbstoffen ist unstatthaft.

Bei den getrockneten Obst= und Gemüse=Dauerwaren ist es oft der daran haftende Schmuz, der dieselben eckelerregend und ungenieß= bar macht. Die Fabrikation von künstlichem Honig wird heute mit solcher Virtuosität betrieben, daß der Chemiker große Mühe hat, die Fälschungen zu erkennen. Aus Zucker, Pollenkörnern, Bienenbestand= teilen und künstlichem Honigaroma versteht die Industrie ein Produkt herzustellen, das dem Bienenhonig sehr ähnlich ist.

Schleimsuppen.

Bon 4zeiliger, dicker Gerste, gemahlenem Grünkorn, von gebrochenem Hafer, und von Mailander=Reis herzustellen. Besonders bei den Schleimsuppen, die schwer erzielt werden, ist es nicht ratsam, solche für einen kleinen Haushalt in für einmal begrenztem Duantum zu kochen. Zu dem ist aber auch ein verstärktes Quantum erforderlich, denn eine echte Schleimsuppe darf nicht erst durch Mehlzusat den Anschein von Schleim annehmen, der Schleim muß wirklich den Körnern selbst abgerungen werden. Man nehme deshalb für 3-4 Versonen nie weniger als 125 Bramm. Es ift ratsam, dicke Gerste 3. B. über Nacht in laues, weiches Wasser einzuweichen. Man setzt solche Suppen niemals mit dem vollen Quantum Wasser auf, je nur so viel, daß es halbhandhoch darüber steht. Unter öfterem Schwingen läßt man es einkochen und füllt wiederum unter tüchtigem Schwingen nur so viel heißes Waffer wie oben zu. Dies wiederholt man noch 2-3 Mal. Hiedurch erzweckt man das Zerstören und Abreiben der äußern Par= tien, die bereits löslicher geworden find, wodurch die tiefer liegenden auch besser aufquellen, und sich lösen. Run füllt man auf, entweder mit Fleischbrühe oder man legt ein beltebiges Siedefleisch dazu, z. B. ein altes, schon etwas angekochtes Suhn, geräucherte, auch frische Zunge,

gespaltene Kalbsknochen, oder Kalbsleisch u. s. w. hinzu, fügt Salz und Suppenwürze bei und läßt die Suppe unter öfterem Umrühren zum Sieden kommen, stellt sie auf Kleinsener und läßt sie $2^1/2-3$ Stunden unter öfterem Aufrühren fertig kochen. Vor dem Anrichten wird das Fleisch herausgenommen und in einer warmen Schüssel an die Wärme gestellt. Die Suppe hingegen wird tüchtig geschwungen, wenn nötig, etwas verdünnt und kochend heiß durch ein Sieb nach Belieben je über gebrühte Weckenschnitte, gebackene Brotwürfel, Mehlerbsen, über zierslich geschnittene, mit Salzwasser weichgekochte Wurzeln, über Erbsen, Spargelköpschen, Kosenkohl, zerpflückten Blumenkohl, mit beliebigen Klöschen angerichtet und mit Muskatnuß oder reichlich Grünem dekoriet.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Ralbshirns und Kopffalat. 6 Personen 35 Minuten. Man häutet ein gut gewässertes Kalbshirn ab und kocht es in einem Gewürzsud, bestehend aus 6 Deziliter Wasser, 1 Prise Salz, 2 Löffel Essig, dünnen Mohrrübens und Zwiebelscheiben und einem kleinen Kräuterbündel. 3 hartgekochte Eier werden geschält und in warmem Wasser heiß gehalten. 2 recht feste Lattichköpfe schneidet man in Streissen, das abgtropste Hirn in dünne Scheiben und die Eier in je 6 Teile. Kurz vor dem Anrichten gibt man nun den Kopfsalat in die Schüssel, ordnet die noch warmen Hirnscheiben im Kranze darauf an und legt die Eier ringsum. Nebenher reicht man eine Salatsauce, gut gemischt aus 6 Löffeln Del, 3 kleinen Löffeln Essig, einem reichlichen Löffel Kerbel und Estragon (zusammen gehackt), Salz und Pfesser.

Gefüllte Kohlrabi mit Kalbsschnittchen. 6 Personen. $2^{1/2}$ Stunden. 12 gleichmäßige, recht zarte Kohlrabiköpschen schneidet man oben und unten glatt, schält und höhlt sie mittels eines Kartosselbohrers halb aus und wirft sie eine Minute in kochendes Wasser. Dann läßt man sie gut abtropsen. Die zarten Blätter streist man von den Stielen, kocht sie mit viel Salzwasser weich, kühlt sie ab und hackt sie sein. Dieses Mus rührt man unter 125 Gramm recht sein gehacktes Schweinesseisch (Bratwurstsseisch) salzt und pfessert leicht, füllt die Kohlrabi das mit reichlich voll und stellt sie in ein flaches Geschirr, das man mit Butter ausgestrichen und mit dünnen mageren Specks oder Schinkensscheiben ausgelegt hat. Nun gießt man eine Schöpstelle helle, milde Fleischbrühe an, legt ein Butterpapier und einen Deckel auf und dünstet

die Kohlrabi langsam weich. Aus zwei starken Kalbsfilets oder einem entsprechenden, schwächeren Karrestück schneidet man 12 fingerdicke runde Scheiben, klopft sie ein wenig, salzt und pfeffert sie, brät sie im letzten Augenblick mit Butter ab, richtet sie in der Mitte einer runden Schüssel hoch an und stellt die Kohlraben sternförmig ringsherum. Zu dem Fond der letzteren gießt man einen kleinen Lössel Kalbsjus, streicht die Sauce durch ein seines Sieb, bringt sie nochmals ans Kochen, schlägt sie mit 50 Gramm Butter auf, gibt ein wenig davon über die Kohlrabi, den Kest extra.

Schweinsrippchen mit pitanter Gurtenfauce. 6 Bersonen. 25 Minuten. Für jede Person ein Rippchen. Nachdem man diese gut geklopft hat, salzt und pfeffert man sie, taucht sie in geschmol= zenes Schweineschmalz und wendet sie in feingeriebener Semmel. Dann röftet man jie über gelindem Feuer und befeuchtet sie dabei wiederholt mit Schmalz. Bur Sauce schwitzt man 25 Gramm Butter mit 15 Gramm Mehl, gibt eine feingehactte Zwiebel hinein und läßt die Schwiße noch einige Zeit leicht bräunen. Dann füllt man fie mit 1 Deziliter Weißwein und 2 Deziliter guter Fleischbrühe auf, die man mangels vorrätiger aus einem Maggischen Bouillonwürfel bereitet, rührt ins Rochen und läßt langsam eine knappe Viertelstunde weiter= kochen. Im letten Augenblick macht man diese Sauce mit einer Mefferspite feinem Bucker, einer Prife Pfeffer und etwas Fleischertrakt fertig, nimmt sie vom Feuer und rührt 1/2 Löffel Senf und 4 kleine, in Schei= ben geschnittene eingemachte Gurcken (Cornichons) hinein. Man gibt die Sauce extra.

Gelbe Küben gedünstet oder gekocht. Die geschabten Kasrotten oder auch große früsche Küben werden nudelig geschnitten, mit reichlich sein gewiegter, grüner Petersilie, etwas Salz, Fett und einem Schöpflöffel Wassisser weich gedünstet, mit einem Kochlöffel Mehl gestaubt mit setter Fleischbrühe aufgegossen, mit wenig Zucker und einer kleinen Prise Pfeffer gewürzt. Gekochte Küben werden ebenso vorsbereitet wie die gedünsteten. mit reichlich Wasserzusat weich gekocht, mit dünner gelblicher Einbrenne, in welcher viel gewiegte Petersilie eingerührt wurde, vergossen, etwas sette Fleischbrühe kommt ebensfalls dazu, nebst Salz, wenig Zucker und Pfeffer. Recht weich kochen lassen.

Sauerampfergemüse. Man bereitet es aus dem englischen perennierenden, breitblätterigen Sauerampfer, deffen Blätter abgewellt,

zerkleinert und mit etwas Apfelwein, kleinen, gut abgewaschenen Ko=rinthen und ein wenig Kartoffelmehl aufgekocht werden.

*

Brunnenkresse. Man wäscht und verputt die grünen Blätter, kocht sie in Salzwasser ab, wiegt sie so sein wie Spinat und bereitet dann aus Butter und Mehl eine Einbrenne, gibt die Brunnenkresse hinzu und soviel frischen sauren Kahm, daß ein angenehmes Gemüse entsteht. Man würzt mit Pfesser und legt einen Kranz von gerösteten Semmelbröckhen rings herum.

Semmelmehlspeise mit Aepfeln. Mehrere altbackene Semmeln werden von der Kinde befreit und in ziemlich große Würfel gesschnitten, sodaß man etwa einen gehäuften Suppenteller davon hat; man röstet diese Semmelwürfel in 125 Gr. Butter hellbraun und läßt sie auf einem Durchschlag abtropfen; ebensoviel geschälte und würflig geschnittene saftige Aepfel werden mit etwaß Butter und Zucker haldweich geschwißt. Hierauf quirlt man 8 Sidotter, 125 Gr. Zucker und die abgeriebene Schale einer Zitrone in einem halben Liter Kahm oder Milch, mischt die Aepfel, die geröstete Semmel und 125 Gr. gereinigte Korinthen hinzu, zieht den Schnee der Eiweiße unter die Wasse und füllt die Backschüssel damit. Die Speise wird in mittlerer Hiße gebacken.

Aepfelnudeln. Man kocht die fingerbreit geschnittenen Nudeln in gesalzenem Wasser, schüttet sie auf ein Sieb, übergießt sie mit kaltem Wasser und läßt sie abtropsen. Apfelmuß mit Zucker, Korinthen, abseriebener Zitronenschale und gehackten Mandeln wird bereitet, dann schichtet man auf eine Schüssel erst die Nudeln, darauf das Apfelmuß und wieder Nudeln. Mit goldgelb zerlassener Butter begossen und mit Zucker und Zimmt bestreut, werden sie serviert.

*

Aepfel=Mehlspeise a la Crême. Sie besteht auß: 12 mittelsgroßen Borsdorfer Aepfeln, 34 Liter Rahm, 100 Gr. Mehl, 125 Gr. Zucker, 60 Gr. Butter, einer halben Stange Vanille und 8 Eiern. Die Aepfel werden ganz geschält, die Kerngehäuse ausgestochen, wie zum Kompot gekocht und, nachdem sie rein abgetropft sind, mit Aprisosens Warmelade gefüllt. Den Rahm läßt man mit der Vanille aufkochen, verdeckt eine Weile ziehen und erkalten, nimmt die Vanille heraus, rührt den Rahm mit dem Mehle klar, fügt 4 Eidotter, den Zucker und die Butter hinzu und rührt dies auf dem Feuer zu einem glatten Brei ab. Sobald dieser erkaltet ist, vermischt man ihn mit 4 Eigelben und

dem festgeschlagenen Schnee von 8 Eiern, füllt etwas von der Masse in einen Teigrand, ordnet die Aepfel nebeneinander darauf und füllt die übrige Masse darüber, doch darf der Rand nicht ganz voll sein. Nun bestreut man die Mehlspeise mit Zucker, bäckt sie eine Stunde bei mäßiger Hiße im Ofen und gibt sie sogleich zur Tafel.

Tomaten, gefüllte. Sechs bis acht große, reife Tomaten höhlt man behutsam aus, indem man ein zwei Zentimeter großes Stück um den Stiel herum abschneidet und die Kerne nebst einem Teil des Marks mit dem Stiel eines Kaffeelöffels herausholt, ohne die Außensseite der Früchte zu beschädigen. Dann bereitet man eine Farce, indem man 60 Gr. Speck und sechs Champignons, eine Handvoll Petersilie, drei Schalotten und ein Zweigelchen Thymian sehr sein hackt, mit Pfeffer und Salz würzt, die Mischung fünf Minuten über gelindem Feuer verrührt und mit drei zerquirlten Sidottern mischt. Man füllt die Tomaten damit, stellt sie nebeneinander in eine Kasserolle oder eine Sautierpfanne, gießt etwas seines Salatöl in dieselbe, überstäubt das Ganze mit geriebenem und durchgesiebtem Weißbrot und brät sie so 10—15 Minuten über raschem Feuer, bräunt sie von oben mit einer glühenden Schausel und begießt sie beim Unrichten mit brauner Coulis.

Unreise Tomaten, die wegen der vorgeschrittenen Jahreszeit im Freien nicht mehr reif werden, braucht man nicht dem Froste preiszugeben. Diese lassen sich recht leicht zur Nachreise bringen, wenn die Pflanzen entblättert und an einen trockenen und sonnigen Ort auf Bretter gelegt werden. Hat man ein trockenes Gewächshaus zur Versfügung, so ist dieses am geeignetsten. Da die Mäuse sehr große Freunde der Tomatensamen sind, so ist darauf ganz besonders zu achten.

Reispudding mit Aepfeln. 250 Gramm gewaschener, blanschierter Reis werden mit einem Liter Milch, einer halben Stange Banille gut weich gekocht und mit 150 Gr. Zucker halb erkaltet verssüßt. Unterdessen wurden 8—10 große, geschälte Aepfel vom Kernhaus befreit, in Scheiben geschnitten, in einem halben Liter Weißwein, Zucker, sein gehackter Zitronenschale, sowie 75 Gramm gewaschenen Sultansrosinen weich gedämpst, mit einem halben Löffel in kaltem Wasser ansgerührten Kartosselmehl vermischt und einmal aufgekocht. Eine große, glatte Puddingsorm, mit kaltem Wasser ausgespült, wird erst mit einigen Löffeln Reis ausgelegt, darüber von der Apfelmasse gegeben und so weiter abwechselnd bis zu einer Schlußreihe Reis eingefüllt. Einige

Stunden auf Eis gestellt, wird der Pudding gestürzt und mit einer Fruchtsauce von Aprikosenmarmelade zu Tische gegeben.

Arebsfauce. 12 Krebse koche man in Salzwasser rot, entserne das Fleisch, zerstoße die Schalen, schmore sie in reichlich Butter, gieße diese von den Schalen und koche sie in Fleischbrühe eine Stunde. In der Butter schwitzt man zwei Eßlöffel Mehl, gießt die Fleischbrühe durch ein Sieb dazu, kocht sämig, zieht mit Eigelb ab und würzt mit Zitronensaft.

Räsestangen oder Räsestroh, in der seinen Kochkunst mehr unter dem engl. Namen cheesestraws oder den franz. Benennungen qaille au parmesan oder bâtons au fromage bekannt. Ein der engl. Küche entlehntes Gebäck, das bei vornehmen Taseln bisweilen zum Schluß des Diners an Stelle von Käse und Butter gegeben wird. Man bereitet es in folgender Beise: Nachdem man 120 Gramm frische Butter zu Schaum gerührt, fügt man nach und nach 240 Gramm seinzgeriedenen Emmentalerkäse, 100 Gramm Parmesankäse, 240 Gramm seinstes Beizenmehl, eine kleine Prise Cahennepsesser, eine Prise Salz und drei Eßlössel Wasser hinzu, arbeitet die Masse gehörig durch, rollt sie auf einem mit Mehl bestreuten Brett ½ Zentimeter stark aus und schneidet sie in beliedig lunge Streisen, oder man treibt den Teig dünner aus und schneidet ihn in fingerlange Nudeln. Mit Ei bestrichen werden die Stengel dann auf einem Blech bei mäßiger Sitze gebacken und heiß serviert.

S, gebackene. Ein halbes Kilogramm feines Mehl wird mit 250 Gramm frischer Butter, drei Eidottern, zwei ganzen Eiern, der abgesriebenen Schale einer Zitrone, 250 Gr. Zucker und einer Prise Salz zu einem Teig zusammengewirkt, den man zu fingerdicken Streisen oder Kollen formt; diese Kollen zerschneidet man in 10-12 Zentimeter lange Stücke, bildet S daraus, legt sie auf gebutterte, mit Mehl bestäubte Bleche, überstreicht sie mit schaumig geschlagenem Eiweiß, streut Hagelzucker darauf und bäckt sie bei mäßiger Hiße gelb.

Straßburger Kuchen. Den Boden sowie den Kand einer Springsorm belegt man dicht und lückenloß mit Biscuits, reibt hierauf 150 Gramm süße Mandeln und vermischt sie mit 150 Gramm zu Schaum geriebener Butter, 150 Gramm feinstem Zucker und einer sehr dicken Vanillecreme, die man ohne Mehl und Zucker aus ½ Liter Kahm,

Vanille und 9 Edottern auf gelindem Feuer rührte. Diese Masse füllt man in die Form, belegt sie auch oben mit Biscuits, deckt einen Teller auf die Form, auf welchen man einige schwere Gewichte zum Pressen legt und stellt diesen Kuchen etwa 24 Stunden an einen kühlen Ort. Vor dem Anrichten stürzt man ihn, belegt ihn geschmackvoll mit glascierten Früchten und Fruchtgelee und reicht noch nach Belieben Schlagsrahm dazu.

Kattune zu waschen, ohne daß sie in der Farbe im geringsten nachlassen. In einen mit Wasser gefüllten Ressel tut man etwa den vierten Teil Weizenkleie und läßt fünf Minuten lang kochen. Ist das Wasser wieder erkaltet, so wäscht man die Zeuge ohne Seife oder Lauge darin und spült sie zuletzt in kaltem Wasser aus.

Um Fußböden schön weiß zu scheuern, scheure man nicht mit Seife, sondern mit einem Teil ungelöschtem Kalk und drei Teilen Sand. In diese Mischung wird die nasse Puzbürste getaucht. Diese Weise, zu reinigen, stellt sich billiger als die mit Seise und benimmt allen Schmuz, tötet vorkommende Insesten und macht sehr rein und weiß. Der Fußboden muß aber mit reinem Wasser nachgespült werden. Sind Fettslecken mit zu entsernen, so bedeckt man diese mit Tonerde, die zuvor mit heißem Wasser angeseuchtet ist, und läßt sie eineu Tag darauf, ehe man, wie beschrieben, scheuert.

Schafgarbe als Heilmittel. Gegen langwierige Schleimflüsse und Katarrhe der Lungen-, Harn- und dergleichen Apparate, sowie gegen geschwürige, mit vielem Auswurf verbundene Lungensucht und andere mit Körperadzehrung einhergehende Eiterungen dient der frisch ausgepreßte Saft der Blätter der Schafgarbe häusig bei Kuren in Verbindung mit Brunnenkresse. Die Schafgarbe wird gereicht: als Tee-aufguß (nicht Absud). Wan nimmt zu diesem Zwecke 15—30 Gramm Kraut und Blüten, brüht sie mit ½ bis ¾ Liter heißem Wasser auf, läßt sie ein wenig ziehen und trinkt davon halbtassenweise einige Wale täglich; dieser Tee, mit Honig vermischt, ist ausgezeichnet gegen Influenza.

Wasser frisch zu erhalten. Um Wasser frisch zu erhalten und es so auch bei bedeutender Hitze mit Genuß trinken zu können, nachdem schon Stunden verstrichen sind, seitdem man es vom Brunnen geholt hat, braucht man blos eine ungeschälte Orange hineinzulegen, in welche man vorher einen sauberen Holzsplitter hineingestoßen hat. Auf den großen Segelschiffen, welche die Weere durchsahren, hat man kein anderes Wittel, das Wasser trinkbar zu erhalten.