

HEDWIG HEYL

VOLKS-KOCHBUCH

Hedwig Heyl

Volks-Kochbuch

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=36324692
Volks-Kochbuch / für Schule, Fortbildungsschule und Haus:*

Содержание

VORWORT	8
SUPPEN	9
APFELBROTSSUPPE	10
BIERKALTSCHALE	11
BIERSUPPE MIT SAGO	12
BOHNEN-, LINSEN- ODER ERBSENSUPPE	13
BOHNEN-, LINSEN- ODER ERBSENSUPPE OHNE FLEISCH	14
BROTSSUPPE MIT BACKPFLAUMEN	15
BRÜHSUPPE MIT NUDELN, GRIESS ODER EINLAUF UND RINDFLEISCH	16
BUTTERMILCHSUPPE	17
FISCHSUPPE	18
GEMÜSEGRAUPENSUPPE	19
GRAUPENSUPPE	21
GRÜNKERNSUPPE	22
HAFERGRÜTZ- ODER	23
HAFERFLOCKENSUPPE	
KARTOFFELSUPPE MIT FLEISCH	24
KÜRBISSUPPE	25
HAFERGRÜTZ- ODER	26
HAFERFLOCKENSUPPE ODER -TRANK FÜR EINEN KRANKEN	

HELLE GEBUNDENE SUPPE VON TAUBE, HUHN ODER KALBFLEISCH	28
KARTOFFELSUPPE	30
LUNGENSUPPE	32
MILCHKALTSCHALE	33
MILCHSUPPE MIT REIS, GRIESS, MEHL, STÄRKEMEHL USW	34
MILCHSUPPE MIT ROGGENMEHL	35
NUDELSUPPE	36
PRÜNELLENSUPPE MIT HAFERGRÜTZE FÜR EINEN KRANKEN	37
SCHOTENSUPPE	38
WASSERSUPPE MIT GRIESS, MEHL, STÄRKENMEHL, GRAUPEN, REIS	39
FLEISCH—GEFLÜGEL	40
BEEFSTEAK MIT MOSTRICHSAUCE	41
BOULETTEN	42
BRATWURST	44
FLEISCH, EINGESCHNITTENES	45
FLEISCHHACHÉ MIT REIS	46
GULASCH	49
HAMMELFLEISCH	50
HAMMELFLEISCH, GESCHNITTEN, MIT REIS	51
HAMMELFLEISCH MIT KOHLRÜBEN UND KARTOFFELN	52

HAMMEL- ODER KALBSGEKRÖSE. (VORRAT.)	54
HAMMELKEULE, GESCHMORTE (VORRAT)	55
HAMMEL-, RINDER-, SCHWEINE-, KALBS-, ODER GÄNSELEBER, GEBRATENE	57
HAMMELNIERE IN SCHEIBEN	59
HASENBRATEN FÜR 6 PERSONEN	60
HASENPFEFFER	63
KALBSBRUST, GESCHMORTE	64
KALBSFRIKASSE	65
KALBSKEULE [KALBSBRATEN]. (VORRAT.)	67
KALBSKOTELETTEN, GEHACKT	69
KALBSSCHMORBRATEN	70
KALBENSCHNITZEL, PANIERT, GEBRATEN	71
KANINCHENGERICHT	72
KLOPS, KÖNIGSBERGER	73
LUNGEN ZU KOCHEN	74
LUNGENHACHÉ	75
REHBLATT, GESCHMORTES, FÜR 4 PERSONEN	76
RINDERSCHMORBRATEN FÜR 6 PERSONEN	78

Hedwig Heyl

Volks-Kochbuch / für Schule, Fortbildungsschule und Haus

**Verfaßt auf Anregung Ihrer Kaiserlichen
und Königlichen Majestät Kaiserin Friedrich**

**Zugeeignet in Dankbarkeit und steter
Erinnerung an die Förderin des Volkswohls**

VORWORT

Die vielseitigere Ausgestaltung des Kochunterrichts hat eine Umarbeit des Volks-Kochbuchs notwendig gemacht. Es ist nicht mehr in Lektionen eingeteilt, welche sich an den theoretischen Teil (für die Hand der Lehrerin) anschlossen, sondern gibt die Rezepte an leicht aufzufindender Stelle in einem Kochbuch. Dasselbe wird den Schülerinnen ein treuer Ratgeber für die bürgerliche Küche bleiben. Einige über den Rahmen des Volks-Kochunterrichts hinausgehende Vorschriften sind zu diesem Zwecke eingeschaltet, weshalb das Büchlein eine weite Verbreitung als Kochbuch für einfache Verhältnisse finden dürfte.

Die Rezepte, welche aus unterrichtlichen Gründen für 2 Personen zugeschnitten wurden, sind leicht für größere Familien umzurechnen. Frau Dr. Engelken, welche die neue Ordnung der Reihenfolge und Ergänzung freundlichst übernommen hatte, sage ich meinen herzlichsten Dank.

Neu-Babelsberg, 1905.

Hedwig Heyl.

* * * * *

SUPPEN

(Die Rezepte sind stets, wo nicht anders angegeben, für zwei Personen errechnet.)

APFELBROT SUPPE

100 g altes Brot M 0,02 1 Prise Salz | " 0,00-1/4 2 gestoßene Nelken | 40 g Zucker " 0,02 4 mittelgroße Äpfel (oder Abfall) " 0,15 1 l Wasser. M 0,19-1/4

Vorbereitung: Das Brot wird in dem Wasser erweicht.

Zubereitung: Äpfel oder Apfelabfälle, Brotmasse, Gewürz, Salz und Zucker werden zerkocht, durch ein Sieb gerührt, nochmals erwärmt und angerichtet.

APFEL SUPPE S. BLAUBEERENKOMPOTT

BIERKALTSCHALE

75 g geriebenes Brot M 0,01-1/2 1 Stück Zitronen- oder Apfelsinenschale " 0,00-1/4 1 Prise gestoß. Zimt " 0,00-1/4 65 g Zucker " 0,03-1/4 1 Flasche Weißbier " 0,20 65 g Korinthen " 0,05-1/4 M 0,30-1/2

Vorbereitung: Das Brot wird gerieben, die Korinthen werden aufgequollen.

Zubereitung: Das Brot wird mit Gewürzen und Zucker gemischt, das Bier darauf gegossen; die aufgequollenen Korinthen werden dazu gegeben; das Ganze wird umgerührt und kalt gestellt.

BIERSUPPE MIT SAGO

1 Flasche Weißbier M 0,20 65 g Zucker " 0,03-1/4 1 Stück
Zitronenschale " 0,00-1/4 3 Nelken 1 Prise Salz " 0,00-1/4 30 g
Sago " 0,01-3/4 M 0,25-1/2

Das Bier wird mit Zucker und Gewürzen zum Kochen gebracht, der Sago hineingestreut und je nach der Körnerstärke 15-25 Minuten in geschlossenem Topfe gekocht; man schmeckt dann mit Salz ab und entfernt das Gewürz.

BLAUBEEREN- ODER BESINGSSUPPE S. BLAUBEERENKOMPOTT

BOHNEN-, LINSEN- ODER ERBSENSUPPE

250 g Bohnen, Linsen oder Erbsen M 0,10 1 Prise Natron " 0,00-1/4 1 Eßl. Selleriewürfel " 0,01 250 g Rindfleisch " 0,10 1 Eßl. Salz " 0,00-1/4 1 Teel. gewiegtes Selleriekraut oder Porree " 0,00-3/4 1 Prise Pfeffer " 0,00-1/4 1/2 Eßl. Zwiebelwürfel " 0,00-1/2 1/2 Eßl. Mehl " 0,00-1/4 2 1 Wasser M 0,52-3/4

Vorbereitung: Die Bohnen, Linsen Oder Erbsen werden Abends vorher nach Vorschrift eingeweicht.

Zubereitung: Die Hülsenfrüchte werden mit 1 1 kaltem Wasser und Natron aufgesetzt, erhitzt und abgegossen. Rindfleisch, Selleriewürfel, Salz und 1 1 Wasser werden zu den Hülsenfrüchten getan, der Topf wird fest verschlossen und der Inhalt langsam 2 Stunden gekocht. In einem Schälchen schwitzt man die Zwiebeln, das gewiegte Kraut und das Mehl, fügt einige Löffel Suppe hinzu und verkocht die Mehlschwitze mit dem ganzen Gericht, welches man mit Pfeffer abschmeckt.

Das Fleisch richtet man besonders an.

Bemerkung: Anstatt Rindfleisch kann man 125 g Blutwurst zu der Suppe gebrauchen. Wurstsuppe ist zu allen Hülsenfruchtgerichten gut verwendbar.

Gericht für den Selbstkocher.

BOHNEN-, LINSEN- ODER ERBSENSUPPE OHNE FLEISCH

175 g Bohnen, Linsen oder Erbsen M 0,07 1 Prise Natron " 0,00-1/4 50 g magerer Speck oder Schwarten " 0,07 2 l Wasser 8 g Salz " 0,00-1/4 1 Prise Pfeffer " 0,00-1/4 1 kleine Zwiebel " 0,00-1/2 1/4 Teel. Majoran " 0,00-1/4 M 0,15-1/2

Vorbereitung: Bohnen, Linsen oder Erbsen werden abends vorher nach Vorschrift eingeweicht; die Schwarten werden abgekratzt und gewaschen oder der Speck wird in kleine Würfel geschnitten; die Zwiebel wird geschält.

Zubereitung: Die Hülsenfrüchte werden mit 1 l kaltem Wasser, und Natron aufgesetzt, erhitzt abgegossen und mit 1 l Wasser, Zwiebelwürfeln, Schwarten oder Speckwürfeln, Salz und Majoran weichgekocht, nach Belieben mit der Kelle etwas zerdrückt oder durch ein Sieb geschlagen, dann nochmals erwärmt, mit Pfeffer, Salz und Majoran abgeschmeckt und zu Tisch gegeben.

Bemerkung: Man kann die Hülsenfrüchte anstatt mit Schwarten oder Speck auch mit 65 g Pökelfleisch kochen.

Gericht für den Selbstkocher.

BROT SUPPE MIT BACKPFLAUMEN

125 g altes Brot " M 0,02-1/2 1/2 Eßl. Butter " 0,02-1/2 5 g Salz " 0,00-1/4 1 l Wasser. 40 g Zucker " 0,02 12 Backpflaumen " 0,06 1/4 1 Wasser. Zimt und Apfelsinenschale für " 0,01 M 0,14-1/4

Vorbereitung: Das Brot wird zerkleinert und in einen Topf getan, 1 l Wasser wird dazu gegossen und das Brot darin erweicht. Die Backpflaumen werden gewaschen und mit 1/4 l Wasser in einen Topf getan, in dem sie zugedeckt erst aufquellen.

Zubereitung: Das eingeweichte Brot wird mit Salz auf den Herd gestellt, zugedeckt, die eingeweichten Backpflaumen, denen Zimt und Apfelsinenschale hinzugefügt werden kann, in einem anderen Topf ebenfalls. Ist das Brot verkocht und ganz aufgelöst, so rührt man die Suppe durch ein Sieb, gibt Butter, Zucker, die weichgekochten Pflaumen nebst Sauce dazu und schmeckt die Suppe ab.

Bemerkung: Diese Suppe kann man sehr verändern, indem man statt Pflaumen kleine Rosinen (*Brotsuppe mit Rosinen*) nimmt, oder abgewaschene Apfelschalen oder auch Apfelstücke (*Brotsuppe mit Äpfeln*) mit dem Brot kocht und mit durchreibt, oder eine Handvoll ausgekernte frische Hagebutten (*Brotsuppe mit Hagebutten*). Von geröstetem Weißbrot gekocht ist sie eine gute Krankensuppe (*Semmelsuppe*).

BRÜHSUPPE MIT NUDELN, GRIESS ODER EINLAUF UND RINDFLEICH

250 g Rindfleisch M 0,40 1 Eßl. Suppengrün. " 0,01-1/2 1
1 Wasser. 8 g Salz " 0,00-1/4 1 geriebene Karotte oder Schale
einer roten Zwiebel " 0,00-1/4 M 0,42

Vorbereitung: Das Wasser mit dem Salz und den vorhandenen
gewaschenen Knochen wird zugedeckt auf den Herd gesetzt;
das Suppengrün geputzt, gewaschen und zerschnitten; das
Rindfleisch wird gewaschen und geklopft.

Zubereitung: Sobald das Wasser mit den Knochen kocht,
kommt das Fleisch hinein; hat dasselbe einige Zeit mit dem
Schaum gekocht, so entfernt man denselben, tut das geschnittene
Suppengrün, sowie um die Brühe zu färben eine geriebene
Karotte oder rohe Zwiebelschale hinzu, deckt den Topf fest zu
und läßt das Fleisch langsam 2—2-1/2 Stunden garziehen. Ist
das Fleisch weich, so nimmt man es heraus und stellt es warm,
schmeckt die Brühe ab, nimmt die Knochen heraus, entfettet die
Brühe und gibt Nudeln, Grieß oder Einlauf hinein, kocht die
Suppe noch 10 Minuten und gibt Suppe und Fleisch zu Tisch.

Bemerkung: Es empfiehlt sich anstatt 250 g Rindfleisch gleich
1/2 kg (1 Pfd) zu kaufen und zu kochen, wovon dann die Hälfte
für Bouletten zu verwenden ist.

Gericht für den Selbstkocher.

BUTTERMILCHSUPPE

100 g altes Brot M 0,02 1 1 Buttermilch " 0,10 15 g Mehl
" 0,00-1/2 5 g Salz " 0,00-1/4 3 Eßl. Sirup od. 35 g Zucker "
0,01-3/4 M 0,14-1/2

Vorbereitung: Das Brot wird klein geschnitten und mit 3/4 l
Buttermilch erweicht.

Zubereitung: Unter Rühren zum Kochen gebracht, dann mit
dem in 1/4 l Buttermilch verquirlten Mehl verbunden, wird
die Masse mit Sirup oder Zucker und Salz abgeschmeckt,
aufgekocht, durch ein Haarsieb gerührt, wieder erhitzt und
angerichtet.

ERBSENSUPPE S. BOHNEN-, LINSEN- ODER ERBSENSUPPE

FISCHSUPPE

1 l Fischbrühe M 0,10 30 g Mehl " 0,01-1/4 20 g Fett oder
Margarine " 0,03-1/4 1 Teel. Zwiebelwürfel " 0,00-1/4 1/8 1
Magermilch " 0,01-1/4 1 Prise weißer Pfeffer " 0,00-1/4 1/2
Eßl. gewiegte Petersilie " 0,02-1/2 Fischreste oder gebratene
Semmelbröckchen. M 0,18-1/2

Zubereitung: Fischbrühe oder Kochwasser von guten, frischen
Fischen finden für diese Suppe gute Verwendung. Zu den, im
irdenen Topfe mit dem Fett durchgeschwitzten Zwiebelwürfeln
und Mehl fügt man langsam unter Rühren durch ein Sieb die
Fischbrühe, läßt 1 Stunde kochen, fügt, um das Salz der Brühe
auszugleichen, die Milch bei, kocht nochmals auf und schmeckt
mit Pfeffer und Petersilie ab, legt sauber beputzte Fischrestchen
hinein oder reicht Semmebröckchen dazu.

Bermerkung: Nach Belieben kann die Suppe mit einem in
2 Eßlöffel Milch oder Weißwein verquirlten Eigelb abgezogen
werden.

Gericht für den Selbstkocher.

GEMÜSEGRAUPENSUPPE

375 g geschälte Kartoffeln M 0,03 125 g Gemüse, gemischt " 0,05 20 g Mittelgraupen " 0,00-3/4 20 g magerer Speck " 0,02-3/4 8 g Salz " 0,00-1/4 1 1 Wasser 1 Prise Salz " 0,00-1/4 M 0,12

Vorbereitung: Der Speck wird in Würfel geschnitten. Die Graupen werden mit kaltem Wasser zweimal abgequirlt, abgegossen.

Zubereitung: Mit Speckwürfeln und Salz werden die Graupen im irdenen Topf durchgeschwitzt; der Speck darf sich aber nicht färben. Das Wasser und das geputzte, in Stücke geschnittene Gemüse, sowie die rohen Kartoffeln, welche man in Würfel geschnitten und gut gewaschen hat, werden dazugetan, Graupen und Gemüse zusammen mit Wasser übergossen zugedeckt 2 Stunden langsam gargekocht. Die Suppe wird mit Salz abgeschmeckt zu Tisch gegeben. Nach Belieben kann 1 Teelöffel gewiegte Petersilie hinzugefügt werden.

Bermerkung: Graupen dürfen nie mit Eisen über Zinn in Berührung kommen, sonst werden sie blaugrau und unansehnlich.

Man kann zu dieser Suppe auch Gemüsereste verwenden und statt Graupen Reis oder Mehl nehmen. Die Hauptsache ist langes und langsames Kochen.

Unter "*gemischtes Gemüse*" versteht man Kohlblätter,

geputzte Mohrrübenstückchen, Kohlrabi, Bohnen und dergl.,
überhaupt Gemüse der Jahreszeit.

Gericht für den Selbstkocher.

GRAUPENSUPPE

40 g Graupen M 0,01-1/2 1 l Hammelbrühe oder Wasser " 0,30 15 g Rinderfett oder Margarine " 0,02-1/2 1/2 Ei " 0,03 8 g Salz | 1 Eßl. Sellerie- und Zwiebelstücke | " 0,01 M 0,38

Vorbereitung: Die Graupen werden im irdenen Topf mit Wasser abgequirlt und mit Wasser und Salz zum Abwellen auf den Herd gestellt. Sellerie und Zwiebel werden geputzt und kleingeschnitten; der Rindertalg wird fein gewiegt.

Zubereitung: Die Graupen werden abgegossen und mit Sellerie, Zwiebelstücken und dem Fett durchgeröstet; nach und nach gießt man Brühe oder Wasser und Salz unter Umrühren dazu und kocht die Graupen zugedeckt langsam weich. Sind die Graupen gar, zerquirlt man das Ei mit einigen Eßlöffeln Suppe und gießt es dann in die ganze Flüssigkeit. Einige Kartoffeln mit weichgekocht und 1 Teelöffel Petersilie dazu gegeben, machen die Suppe schmackhafter. Für Kinder und Kranke kann man sie auch durch ein Haarsieb rühren, "*Graupenschleimsuppe*," jedoch nimmt man dann lieber Butter.

Gericht für den Selbstkocher.

GRÜNKERNSUPPE

30 g Grünkernmehl M 0,02-1/2 30 g Fett oder Margarine " 0,04-3/4 1 l Wasser 10 g Zwiebeln " 0,07-1/4 1/2 Ei " 0,03 8 g Salz " 0,00-1/4 M 0,10-3/4

Vorbereitung: Die Zwiebel wird gewürfelt.

Zubereitung: Zwiebelwürfel und Fett werden geschmort, das Grünkernmehl kommt dazu, wird unter Rühren mit dem Zwiebelfett durchgeröstet, das Wasser wird nach und nach dazugegossen. Nachdem die Suppe 1-1/2 Stunde gekocht hat, verquirlt man einige Löffel davon mit dem Ei, das aber auch fehlen kann, fügt sie zu der Masse, schmeckt mit Salz ab, streicht die Suppe durch ein Sieb und gibt sie, nochmals erhitzt, zu Tisch.

Gericht für den Selbstkocher.

HAFERGRÜTZ- ODER HAFERFLOCKENSUPPE

50 g Hafergrütze oder 40 g Haferflocken M 0,02-1/2 1
Stückchen Apfelsinenschale " 0,00-1/4 10 g Fett " 0,01-1/4 10g
Zucker " 0,00-1/2 5 g Salz " 0,00-1/4 1 Eßl. Korinthen " 0,00-3/4
1 l Wasser M 0,05-1/2

Vorbereitung: Hafergrütze oder Haferflocken werden im irdenen Topf dreimal mit kaltem Wasser abgequirlt; die Korinthen werden nach Vorschrift ausgequollen.

Zubereitung: Die abgequirlte Hafergrütze wird mit Salz, Apfelsinenschale und Wasser im irdenen Topf aufgesetzt und zugedeckt langsam weichgekocht. Wenn die Hafergrütze weich ist, wird sie durch ein Haarsieb gerührt und die Suppe mit Fett, Zucker und Salz abgeschmeckt, nochmals erwärmt und mit den Korinthen vermischt zu Tisch gegeben.

Bemerkung: Hat man Bouillon von Knochen oder Speckbrühe, so ist sie sehr gut anstatt Kochwasser zur Kartoffelsuppe zu verwenden, dann fällt das Fett teilweise weg. Übriggebliebene Kartoffeln, in Salzwasser erwärmt, können auch zur Suppe verwendet werden.

Gericht für den Selbstkocher.

KARTOFFELSUPPE MIT FLEISCH

125 g Rindfleisch M 0,20 1/2 kg (1 Pfd.) rohe geschälte Kartoffeln " 0,04 2 Eßl. Suppengrün " 0,03 10 g Salz " 0,00-1/4 1 Eßl. Petersilie " 0,05 1 Prise Pfeffer " 0,00-1/4 1 l Wasser M 0,32-1/2

Vorbereitung: Das Rindfleisch wird abgewaschen, in mundrechte Würfel geschnitten, in einen irdenen Topf getan. Die Kartoffeln werden in Viertel, beliebiges geputztes Gemüse, Rüben, Porree, Kohl, Sellerie in Würfel geschnitten und alles mit 1 l kochendem Wasser überbrüht. Mit einem Schaumlöffel füllt man dies zum Fleisch, streut Salz darauf und gießt 1 l Wasser dazu.

Zubereitung: Man deckt den Topf recht fest zu; nach 1/2 Stunde schäumt man die Suppe und richtet sie, nach 2-1/2 stündigem langsamem Kochen, mit frischer gewiegter Petersilie gemischt, mit Pfeffer abgeschmeckt an.

Gericht für den Selbstkocher.

KIRSCHSUPPE S. BLAUBEERENKOMPOTT

KÜRBISSUPPE

375 g Kürbis M 0,03-3/4 1 l Wasser. 2 Nelken. | 1 Stückchen Zimt | " 0,00-1/2 1 Stückchen Zitronenschale | 15 g Mehl " 0,00-1/2 15 g Margarine " 0,02-1/2 5 g Salz " 0,00-1/4 4 Eßl. Essig " 0,02 50 g Zucker " 0,02-1/2 M 0,12

Man gibt gern in kleine Würfel geschnittenes Weißbrot dazu, das in Fett oben Margarine geröstet wird.

Bemerkung: Haferflocken werden einfach mit Wasser weich gekocht und oft nicht durchgerührt. *Hafergrütztrank* s. nächstes Rezept.

Gericht für den Selbstkocher.

HAFERGRÜTZ- ODER HAFERFLOCKENSUPPE ODER - TRANK FÜR EINEN KRANKEN

30 g Haferflocken oder 40 g gewöhnliche Hafergrütze M 0,02
1 Prise Salz " 0,00-1/4 1 Scheibe Zitrone " 0,01 5 g Zucker "
0,00-1/4 1/2 1 Wasser M 0,03-1/2

Vorbereitung: Hafergrütze oder Haferflocken werden dreimal kalt gewaschen, indem man sie gehörig abquirlt.

Zubereitung: Man fügt die Zitronenscheibe ohne Kern und Schale und das Wasser zu der Hafergrütze, läßt sie unter öfterem Umrühren zugedeckt langsam ausquellen, reibt sie durch ein Haarsieb und erwärmt sie, mit Salz und Zucker abgeschmeckt, unter Rühren.

Bemerkungen: Metall darf mit Hafergrütze nicht in Berührung kommen, da dann die Suppe grau wird. Man kann auch Hafermehl zu dieser Suppe verwenden, *Hafermehlsuppe*, muß aber darauf achten, daß es frisch ist, da es sonst leicht bitter schmeckt (10 g auf 1/4 l).

Hafergrützesuppe mit Mandelgeschmack. Statt der Zitrone fügt man 5 abgezogene, fein geriebene süße Mandeln zur Hafergrütze, kocht sie 1 Stunde langsam mit und vollendet die Suppe wie oben.

Mit kochendem Wasser verdünnt man diese Suppen zum

Trank, den man, wie die Suppen, durch Abquirlen mit einem Eigelb nahrhafter machen kann.

Gericht für den Selbstkocher.

HELLE GEBUNDENE SUPPE VON TAUBE, HUHN ODER KALBFLEISCH

(Gute Krankensuppe.)

1 alte Taube oder Taubenklein von 10 Tauben oder
Hühnerklein von 2-3 Hühnern oder 375 g Kalbfleisch M 0,50
1-1/2 l Wasser 12 g Salz " 0,00-1/4 2 Eßl. Suppengrün " 0,03 40
g Mehl " 0,01-1/2 40 g Fett (für Kranke Butter) " 0,05 1 Eigelb
" 0,04 1 Eßl. Magermilch " 0,00-1/4 M 0,64

Vorbereitung: Die Taube wird nach Vorschrift vorbereitet und
ganz oder zerteilt verwendet. Sie, wie auch das Taubenklein, wird
geputzt, die Mägen werden gereinigt, deren Haut abgezogen,
die Herzen und Lebern beputzt, alles wird gewaschen, einmal
durchteilt und mit Wasser und Salz aufgesetzt. Das Suppengrün
wird geputzt, gewaschen und zerschnitten.

Zubereitung: Nach dem Schäumen des Fleisches legt man das
geputzte Suppengrün dazu und läßt es 1-1/2 Stunde zugedeckt
langsam kochen. Wenn das Klein weich ist, schwitzt man Mehl
mit Fett gar, gießt die Brühe nach und nach unter Rühren in
die Mehlschwitze, läßt die Suppe seimig kochen, legt Klein
und Suppengrün wieder dazu, schmeckt mit Salz ab und fügt
das mit Milch verrührte Eigelb oder 1 Teelöffel gewiegte

Petersilie hinzu.– Man kann auch zwei geputzte, in kleine Stücke geschnittene Spargel mit verwenden.

Gericht für den Selbstkocher.

KARTOFFELSUPPE

375 g rohe Kartoffeln M 0,02-1/4 2 Eßl. Suppengrün " 0,03
20 g Fett oder Margarine " 0,03-1/4 5 g Mehl " 0,00-1/4 5 g Salz "
0,00-1/4 1/2 Gewürzdosis " 0,00-1/4 1/2 Eßl. gewiegte Petersilie
od. Sellerie od. Porree " 0,02-1/2 1 Prise Pfeffer " 0,00-1/4 1 l
Wasser M 0,12

Vorbereitung: Die Kartoffeln werden geschält, das Suppengrün wird geputzt und nicht zu klein geschnitten.

Zubereitung: Die Kartoffeln werden mit kaltem Wasser aufgesetzt und wenn sie kochen abgegossen. Dann wird 1 l Wasser darauf gefüllt, Gewürze, Suppengrün und Salz werden hinzugegan; das Ganze muß zugedeckt 1 Stunde kochen.

In einem irdenen Topf schwitzt man inzwischen Fett mit dem Mehl, bis es schäumt. Das Suppengrün wird aus der Suppe entfernt, die übrige Masse durch ein Sieb gestrichen und, unter Rühren mit dem Holzlöffel, zur Mehlschwitze geschüttet, mit der sie im offenen irdenen Topf wenigstens 10 Minuten verkochen muß; gewiegte Petersilie (oder Selleriekraut) schüttet man zur Suppe, die man mit einer Prise Pfeffer abschmeckt.

[Seite 10 fehlt!]

Vorbereitung: Der Kürbis wird geschält, klein geschnitten und gewaschen.

Zubereitung: Der Kürbis wird mit Wasser und Gewürzen weich gekocht und durch ein Haarsieb gestrichen. Mehl und

Margarine schwitzt man gar, fügt den Kürbisbrei langsam hinzu, läßt die Suppe durchkochen und schmeckt sie mit Salz, Essig und Zucker ab. Wer keine Säure liebt fügt statt Essig einen Löffel Rum oder 1 Glas Weißwein hinzu. Man kann auch 40 g aufgequollenen Reis in die Suppe tun, dann empfiehlt sich Bereitung im Selbstkocher.

Bemerkung: Hagebuttensuppe ebenso; auch von 100 g getrockneten Hagebutten.

LINSENSUPPE S. BOHNEN-, LINSEN- ODER ERBSENSUPPE

LUNGENSUPPE

1 l Lungenbrühe M 0,30 30 g Mehl " 0,01-1/4 20 g Fett oder
Margarine " 0,03-1/4 1 Prise Pfeffer und Salz " 0,00-1/4 1 Teel.
gewiegte Petersilie " 0,02 M 0,36-3/4

Vorbereitung: Die Brühe der Lunge wird durch ein Sieb
gegossen.

Zubereitung: Das Fett wird im irdenen Topf zum Kochen
gebracht, das Mehl darin gargeschwitzt, die heiße Brühe langsam
dazugerührt und die Suppe offen seimig gekocht. Mit Salz,
Pfeffer und Petersilie abgeschmeckt wird sie zu Tisch gegeben.

Man kann die Suppe durch Abziehen mit 1 Ei verbessern.

MILCHKALTSCHALE

1 l Vollmilche M 0,20 50 g Zucker " 0,02-1/2 2 g Zimt " 0,00-1/4 1 Eßl. Zitronenzucker ober 1 Stück Apfelsinenschale " 0,01-1/2 1 Prise Salz " 0,00-1/4 1 Eigelb " 0,04 5 g Stärkemehl " 0,00-1/4 6 Eßl. Vollmilch " 0,02 2 Zwiebäcke " 0,03-1/4 M 0,34

Zubereitung: Man kocht Milch, Zucker, Gewürze und Salz auf, quirlt das mit Stärkemehl und 6 Eßlöffel kalter Milch verschlagene Eigelb dazu, rührt die Masse auf dem Feuer ein wenig seimig und läßt sie erkalten. Vor dem Anrichten füllt man die Suppe durch ein Sieb. Man gibt Zwiebackbrocken dazu.

Erdbeerkaltschale. Beim Anrichten fügt man 125 g frische, mit 40 g Zucker vermischte Walderdbeeren hinzu.

Fliedermilchkaltschale. 1 Dolde Flieder- oder Hollunderblüte zieht 2 Minuten in der Milch.

Pfirsichmilchkaltschale. Statt Zitronenzucker läßt man 4 Pfirsichblätter 2 Minuten in der Milch ziehen.

Vanillekaltschale. 1 Eßlöffel Vanillezucker statt Zimt und Zitronenzucker.

Bemerkung: Nach Belieben kann man auf diesen Suppen Schneeklöße fest werden lassen.

MILCHSUPPE MIT REIS, GRIESS, MEHL, STÄRKEMEHL USW

1 l Vollmilch M 0,20 1 Stück Zitronen- oder Apfelsinenschale
" 0,00-1/4 1 Stück Zimt " 0,00-1/4 6 g Salz " 0,00-1/4 30 g Reis,
40 g Grieß, Mehl oder Stärkemehl " 0,01-3/4 M 0,22-1/2

Vorbereitung: Der Reis wird gewaschen und abgewellt, der
Grieß gewaschen, das Mehl angequirlt.

Zubereitung: Zu der kochenden Milch mit Gewürzen, Zucker
und Salz fügt man Reis, Grieß, Mehl oder Stärkemehl hinzu und
läßt es unter öfterem Umrühren ausquellen. Vor dem Anrichten
zieht man nach Belieben die Suppe mit Eigelb ab.

Bemerkung: 125 g Schokolade in der Milch aufgeweicht und
aufgekocht mit 20 g verquirltem Stärkemehl abgezogen gibt
Schokoladensuppe. Der Zimt kann daran fehlen.

Brühsuppe mit Reis oder Grieß. Man fügt den vorbereiteten
Reis oder Grieß zur Brühe. Durch in Salzwasser abgekochten
Spargel oder Blumenkohl läßt sich die Suppe bedeutend
schmackhafter herstellen.

MILCHSUPPE MIT ROGGENMEHL

30 g Roggenmehl M 0,01 30 g Fett oder Margarine " 0,4-3/4
1 l Magermilch " 0,10 1 Prise Salz \ 10 g Zucker / " 0,00-1/2
M 0,16-1/4

Das Mehl wird in irdenem Topfe mit dem Fette durchgeschwitzt, die heiße Milch langsam dazu gerührt und noch 20 Minuten gekocht; dann wird die Suppe mit Zucker und Salz abgeschmeckt.

NUDELSUPPE

40 g Fassonnudeln M 0,03-1/4 1 l Wasser \ 1 Prise Salz | "
0,01-1/4 5 g Butter / 6 Tropfen Maggiwürze " 0,01 M 0,05-1/2

Vorbereitung: Die Nudeln werden kalt abgespült.

Zubereitung: Man kocht die Nudeln in Salzwasser, dem die Butter zugesetzt wurde, gar und tropft vor dem Anrichten, ohne nochmals zu kochen, die Maggiwürze an die Suppe.

PFLAUMENSUPPE S. BLAUBEERENKOMPOTT

PRÜNELLENSUPPE MIT HAFERGRÜTZE FÜR EINEN KRANKEN

25 g Hafergrütze M 0,01-1/4 50 g getrocknete Prünellen " 0,06 15 g Zucker " 0,00-3/4 1 Stückchen Zimt " 0,00-1/4 1 Teel. Zitronenzucker " 0,00-1/2 1 Eigelb " 0,04 1/8 1 Weißwein " 0,13-1/2 1/2 1 Wasser M 0,26-1/4

Vorbereitung: Die Hafergrütze und die zerschnittenen Prünellen werden gewaschen.

Zubereitung: In einem irdenen Topfe werden die Hafergrütze und die Prünellen mit Wasser, Zucker, Zimt und Zitronenzucker zugedeckt weichgekocht, durch ein Haarsieb oder Tuch gestrichen und mit dem in Wein verrührten Eigelb abgezogen.

Bemerkung: Eigelb sowie Wein kann aber auch wegbleiben.

SCHOTENSUPPE

1 kg (2 Pfd.) Schoten M 0,30 30 g Fett " 0,03-1/2 40 g Mehl
" 0,01-1/2 8 g Salz " 0,00-1/4 1-1/4 l Wasser M 0,35-1/4

Vorbereitung: Die Schoten werden gepolt, die Schotenschalen gebrochen, gewaschen und in einen Topf getan.

Zubereitung: Die gewaschenen Schotenschalen und die dicken Schotenkerne werden mit Wasser und Salz aufgesetzt, weichgekocht und die Masse durch ein Sieb gestrichen. Inzwischen ist die Mehlschwitze zu machen. Das durchgestrichene Schotenwasser wird langsam unter Umrühren dazu gegeben; die feinen Schotenkerne werden in der Suppe weichgekocht; nach Belieben Mehlklöße ebenfalls darin gargemacht und das Ganze zu Tisch gegeben.

Bemerkung: Von in Wasser ausgekochten Spargelschalen und Fischwasser kann man nach gleicher Art eine *Fischsuppe* kochen, und, wenn man sie noch verbessern will, mit 1 Eigelb verquirlen, als: *Gebundene Fischsuppe*.

WASSERSUPPE MIT GRIESS, MEHL, STÄRKENMEHL, GRAUPEN, REIS

1 l Wasser 1 Prise Salz M 0,00-1/4 30 g Zucker " 0,01-1/2 10 g Butter " 0,02-1/2 1/4 Zitronenschale " 0,01 1 Stückchen Zimt " 0,00-1/4 40 g Grieß, 30 g Graupen, Reis, Mehl od. Stärkemehl " 0,01-1/2 1 Eigelb \ 1 Eßl. Wasser / verquirlt " 0,04 M 0,11

Vorbereitung: Graupen, Reis und Grieß werden in kaltem Wasser sauber abgequirrt. Mehl oder Stärkemehl werden mit 6 Eßlöffeln kaltem Wasser verquirlt.

Zubereitung: 1 l Wasser wird mit Salz, Zucker, Butter und Gewürzen aufgeköcht, die Einlage wird dazugeschüttet und unter häufigem Rühren in der heißen Flüssigkeit gargeköcht. Das verquirlte Eigelb schlägt man durch ein Sieb zur Suppe; es kann auch wegbleiben.

* * * * *

FLEISCH—GEFLÜGEL

(Die Rezepte sind stets, wo nicht anders angegeben, für zwei Personen berechnet.)

BEEFSTEAK MIT MOSTRICHSAUCE

100 g gehacktes Rindfleisch M 0,18 25 g Rinderfettgrieben
" 0,03 1 große gekochte Kartoffel " 0,00-1/4 20 g Margarine
oder gemischtes Fett " 0,03-1/4 15 g Zwiebelwürfel " 0,00-1/2 1
Prise Pfeffer und Salz " 0,00-1/4 1 Teel. Essig " 0,00-1/4 1 Teel.
Mostrich " 0,01 1 Eßl. Mehl " 0,00-1/2 1/4 l Wasser Pfeffer und
Salz zur Sauce " 0,00-1/4 M 0,27-1/4

Vorbereitung: Die Kartoffel wird gerieben; die Fettgrieben wiegt man.

Zubereitung: Rindfleisch, Grieben, Kartoffel, Pfeffer und Salz werden zusammengemengt und auf einem Teller mittelst zweier Kellen daraus 2 Beefsteaks von 1-1/2 cm Dicke geformt. Mit einem Messer drückt man schräge Vierecke darauf, legt die Beefsteaks in das in einer Stielpfanne heißgemachte, dampfende Fett und bratet sie 6 Minuten unter häufigem Wenden auf beiden Seiten. Man sticht nie in ein Beefsteak hinein, sondern wendet es mit dem Löffel um. Die Zwiebelwürfel bratet man, wenn die Beefsteaks braun sind, in dem Fett bräunlich und legt sie auf dieselben; dann schwitzt man das Mehl in dem Fett gelb, füllt 1/4 l Wasser, in dem man Mostrich und Essig verrührt hat, dazu, läßt die Sauce bündig kochen, schmeckt sie mit Salz und Pfeffer ab und richtet sie als *Mostrichsauce* in einem Töpfchen besonders an.

BOULETTEN

125 g Fleischreste M 0,15 20 g Grieben " 0,02-1/2 1/2 altes Brötchen " 0,00-3/4 1/2 Ei " 0,03 1 Prise Pfeffer | 5 g Salz. | " 0,00-1/4 1/2 Eßl. geriebene Semmel " 0,00-1/4 15 g Fett oder Margarine " 0,02-1/2 1 Messerspitze geriebene Zwiebeln " 0,00-1/4 1/8 1 Wasser. M 0,24 1/2

Vorbereitung : Das Brötchen wird abgerieben, zerkleinert, in einen Topf getan und 1/8 l Wasser darauf gegossen. Mageres gekochtes Fleisch und Grieben werden auf einem Holzbrett mit dem Wiegemesser fein gewiegt. In einem Napf wird das in einer sauber ausgespülten Tuchdecke oder einem Sieb ausgedrückte Brötchen mit Ei, Salz, Pfeffer und geriebener Zwiebel gut verrührt, mit der gewiegtten Masse genau vermischt und abgeschmeckt.

Zubereitung: Fett oder Margarine werden in einer Pfanne dampfend gemacht, aus der Fleischmasse 4 gleich große Klöße geformt, plattgedrückt, mit dem Messerrücken schräge Vierecke aufgedrückt, in geriebener Semmel gewälzt, während 6 Minuten auf beiden Seiten langsam in dampfendem Fett zu schöner Farbe gebraten und mit dem Fett übergossen, angerichtet.

Bemerkung: Man kann jede Art Fleisch, besonders auch rohes, dazu verwenden, auch die ganze Masse zu einem länglichen Brote formen und 1/2 Stunde in einem Topfe schmoren als *Falscher Hase* oder sie kann in vorbereiteter

Verschlußform 1-1/2 Stunde gekocht werden: *Fleischpudding*.
Letzteres kann gut im Selbstkocher geschehen.

BRATWURST

140 g Bratwurst M 0,25 1/4 15 g Fett Oder Margarine " 0,02-1/2 3 g Salz " 0,00-1/4 1 Eßl. Wasser. M 0,28

Vorbereitung: Die Bratwurst wird gewaschen und in zwei gleichmäßige Stücke geteilt.

Zubereitung: Ist die Bratwurst fett genug, so braucht man sie nicht in Fett zu braten, sondern man legt sie in die Pfanne, gießt einen Löffel Wasser darauf und bratet die Wurst unter öfterem Wenden im eigenen Fett zu schöner Farbe, legt die fertige Wurst auf einen Teller und gibt das vorhandene Fett darüber. Wenn ein Gemüse mit Sauce dazugegeben wird, ist das genügend. Anderenfalls fügt man zu dem Fett in der Pfanne 10 g Mehl, 1 Prise Pfeffer und Salz, macht eine braune Mehlschwitze davon, gibt unter Rühren 1/4 l Brühe oder Weißbier dazu, färbt die Sauce mit einem Tropfen braunen Zucker und schmeckt sie ab. Oder man bereitet zuerst die Sauce und läßt die Wurst darin 1/2 Stunde garziehen.

FLEISCH, EINGESCHNITTENES

125 g Fleischreste M 0,15 1/2 saure Gurke " 0,05 20 g Speck oder Fett " 0,02-3/4 20 g Zwiebeln " 0,00-1/2 20 g Mehl " 0,00-3/4 1 Gewürzdosis gestoßen " 0,00-1/2 1/2 1 Wasser 1 Tropfen Speisefarbe " 0,00-1/4 5 g Zucker " 0,00-1/4 5 g Salz \ 1 Teel. Essig / " 0,00-1/4 M 0,25-1/4

Vorbereitung: Das Fleisch wird in saubere gleichmäßige Stücke geschnitten, die Gurke gewürfelt, die Zwiebel gerieben.

Zuebereitung: In irdenem Topfe schwitzt man Speck oder Fett mit Zwiebel und Mehl gelb, füllt unter Rühren nach und nach das mit der Zuckerfarbe gefärbte Wasser dazu, ebenso die Gewürzdosis, läßt die Sauce dick kochen, schmeckt sie mit Salz, Zucker, Essig ab, schmort die Gurkenwürfel darin durch, fügt das Fleisch, das aber nur darin heiß werden und nicht kochen darf, dazu und richtet sogleich an.

FLEISCHHACHÉ MIT REIS

200 g gekochtes Fleisch M 0,40 50 g Reis " 0,03 1/4 l Brühe " 0,20 15 g Margarine " 0,02-1/2 1/8 l Fleischextraktbrühe " 0,03-3/4 10 g Zwiebeln " 0,00-1/4 Salz nach Geschmack 5 g Schweizer- oder Parmesankäse " 0,01-1/4 1 Prise weißer Pfeffer " 0,00-1/2 3 g Mehl " 0,00-1/4 M 0,71-1/2

Zubereitung: Man bereitet einen Reiskreis von gewaschenem, überwelltem Reis und fetter Fleischbrühe (oder 1 Teelöffel Fett und Fleischextraktbrühe), 1 Zwiebel, die ganz mitgekocht, später entfernt wird, dem nötigen Salz und zuletzt dem geriebenen Käse. Das grob gewiegte Fleisch, zu dem man auch gekochten Schinken oder Pökelfleisch nehmen kann, läßt man einige Minuten in kochender brauner Margarine nebst 1/8 l Fleischextraktbrühe, dem Pfeffer und Mehl durchdünsten. Dann verbindet man Fleisch und Reis.

Oder: Man schichtet Reis mit Fleisch, jedes für sich bereitet, lagenweise, so daß Reis die oberste Schicht bildet, auf eine mit Butter bestrichene Schüssel, aus der das Gericht sowohl in den Ofen als auch zu Tisch gebracht werden kann, streicht noch 1 zerklopftes Ei darüber, bestreut die Oberfläche mit geriebenem Käse und läßt das Haché im Ofen bräunen.

Oder: Man drückt beides lagenweise in eine gut eingefettete mit Semmel bestreute Form und bringt das Gericht gestürzt, mit einer pikanten braunen oder holländischen Sauce zu Tisch.

Auch kann das Fleisch nur dünn Scheibig geschnitten, mit Margarinestückchen und geriebenem Käse bestreut, mit dem Reis in den verschiedenen obigen Angaben bereitet werden. (Größerer Fett- und Käseverbrauch.)

Fleischklöße, gebratene

70 g geschabtes Rindfleisch M 0,12-1/2 50 g geschabtes Schweinefleisch " 0,12-1/2 1 abgeschälte Semmel | 1/8 L Wasser zum Einweichen | " 0,02-1/2 1/2 Ei " 0,03 1 Prise Pfeffer, 5 g Salz, 1 Messerspitze geriebene Zwiebeln " 0,00-1/2 10 g geriebene Semmel " 0,00-1/2 25 g Fett oder Margarine zum Braten. " 0,04 M 0,35-1/2

Vorbereitung: Die abgeschälte Semmel wird zerschnitten und eingeweicht.

Zubereitung: Rindfleisch, Schweinefleisch, Ei, ausgedrückte Semmel, Pfeffer, Salz, Zwiebel werden in einem Napf gründlich miteinander vermischt; aus dieser Masse formt man 4 gleichmäßige Klöße, drückt sie glatt, wälzt sie in geriebener Semmel und brät sie in dampfendem Fett 7 Minuten langsam unter mehrmaligem Wenden.

Bemerkung: Man kann auch statt nur rohen Fleisches halb gekochtes und halb rohes Fleisch zu diesem Gericht verwenden.

Falscher Hase. Man kann auch der obigen ganzen Masse eine längliche Form geben und mit 1 Eßlöffel Fett in einer Pfanne 1/2 Stunde unter häufigem Begießen braten; man gießt nach und

nach unter den Braten einige Löffel Wasser und bindet die Sauce, nachdem er herausgenommen, mit 3 g Kartoffelmehl, verquirlt in 2 Eßlöffel Wasser.

Fleischpudding. In gefetteter, mit Semmel ausgestreuter Verschlußform wird die gut festgedrückte Masse 1 1/2 Stunde im Wasserbade gekocht oder im Selbstkocher fertig gekocht, gestürzt und mit beliebiger Sauce zu Tisch gegeben. Das Bratfett fällt dann fort.

Bemerkung: Es empfiehlt sich zu Fleischpudding die 2- bis 3fache Menge zu nehmen, weil der Rest sich gut zu kaltem Aufschnitt eignet; auch gescheibt, paniert nochmals gebraten werden kann.

GULASCH

140 g Rindfleisch ohne Fett M 0,28 und Knochen 1 g Kümmel " 0,00-1/4 10 g Fett " 0,01-1/4 1/2 Teel. weißer Pfeffer " 0,00-1/4 5 g Mehl " 0,00-1/4 10 g Zwiebeln " 0,00-1/4 5 g Salz " 0,00-1/4 1/8 1 heißes Wasser. M 0,30-1/2

Vorbereitung: Das sauber gewaschene Rindfleisch wird in 1-1/2 cm große Würfel geschnitten, die Zwiebel gewürfelt und in einem irdenen Topf in Fett weich geschmort.

Zubereitung: Das Fleisch tut man zu den gedünsteten Zwiebelwürfeln, bratet es langsam durch, bis es etwas gebräunt ist, stäubt Mehl darüber und gibt 1 Prise Salz dazu. Ist das Mehl gar, so füllt man heißes Wasser darauf, fügt vorbereiteten Kümmel hinzu, verschließt den Topf und läßt das Gericht 3 Stunden unter öfterem Umschütteln und Hinzufügen von etwas Wasser langsam schmoren, entfettet, wenn nötig, fügt Pfeffer hinzu, prüft die Seimigkeit der Sauce und richtet das Gericht an. Auch Überreste, besonders trockene Stücke und Abschnitte von Schmorbraten oder Rindfleisch verwendet man für diese schmackhafte und kräftige Speise.

Gericht für den Selbstkocher.

HAMMELFLEISCH

1/2 kg (1 Pfd.) Hammelfleisch (Schulter) M 0,80 1 l Wasser
8 g oder 1 knapper Eßl. Salz " 0,00-1/4 M 0,80-1/4

Vorbereitung: Das Wasser mit dem Salz wird auf den Herd gesetzt. Das Hammelfleisch wird schnell gewaschen und geklopft.

Zubereitung: Wenn das Salzwasser kocht, wird das Fleisch hineingetan und langsam zugedeckt gekocht, bis sich der Schaum bildet. Hat das Fleisch ein Weilchen mit dem Schaum gekocht, wird derselbe entfernt und das Fleisch zugedeckt in 1-1/4 bis 1-1/2 Stunde weichgekocht. Man nimmt es mit einer Kelle heraus, begießt es mit einigen Löffeln von dem Hammelfett der Brühe, und stellt es zugedeckt heiß.

Bemerkungen: Die Brühe obigen Hammelfleisches kann man zum Kochen von Bohnen verwenden. Man kann auch die in Salzwasser abgewellten und kalt abgeschreckten Bohnen mit dem Hammelfleisch kochen, tut sie aber erst 3/4 Stunden bevor das Fleisch weich ist hinzu, sonst ebenso behandelt wie beschrieben. Will man die Fleischbrühe als Suppe verwenden, so muß man dem Fleische 1 Esslöffel kleingeschnittenes Suppengrün als Würze beifügen.

Größere Stücke Hammelfleisch müssen entsprechend länger kochen.

Gericht für den Selbstkocher.

HAMMELFLEISCH, GESCHNITTEN, MIT REIS

65 g mageres Hammelfleisch M 0,13 20 g Zwiebeln " 0,00-1/2 15 g Fett " 0,01-3/4 15 g Sellerie " 0,00-1/2 125 g Reis " 0,07-1/2 1 Prise Pfeffer und Salz " 0,00-1/4 1/2 1 Wasser. M 0,23-1/2

Vorbereitung: Das Fleisch wird gewaschen und in gleichmäßige 2 cm große Stücke geschnitten, die Zwiebel gewiegt, der Sellerie geputzt, der Reis sauber gewaschen.

Zubereitung: Fleischwürfel und Zwiebel werden im Fett gelb gebraten, mit Pfeffer und Salz gewürzt; dazu fügt man Sellerie, Reis und Wasser und läßt alles zusammen langsam weichkochen, schmeckt aber vor dem Anrichten noch mit Salz ab.

Gericht für den Selbstkocher.

HAMMELFLEISCH MIT KOHLRÜBEN UND KARTOFFELN

200 g Hammelfleisch M 0,32 3/4 l Wasser \ 8 g Salz / "
0,00-1/4 3/4 kg (1/2 Pfd.) Kohlrüben " 0,7-1/2 1-1/2 l Wasser
zum Abwellen 250 g geschälte Kartoffeln " 0,02 Wasser und Salz
" 0,00-1/4 1 Gewürzdosis " 0,00-1/2 10 g Fett oder Margarine "
0,01-1/2 10 g Mehl " 0,00-1/2 1 Prise Pfeffer und Salz " 0,00-1/4
M 0,44-1/4

Vorbereitung: 3/4 l Wasser mit 8 g Salz werden auf den Herd gestellt. Das Fleisch wird schnell gewaschen und geklopft. Kohlrüben werden in Wasser sauber gebürstet, geschält, in gleichmäßige Streifen geschnitten. Kartoffeln werden je nach der Größe ein- oder zweimal durchschnitten.

Zubereitung: Die Rüben wellt man in kochendem Wasser unbedeckt über und schüttet sie auf ein Sieb, ebenso, aber in Salzwasser, behandelt man die Kartoffeln. Kocht das Salzwasser zum Fleische, so wird letzteres hinineingetan, langsam gekocht bis sich der Schaum gebildet und noch einige Minuten mitgekocht hat. Dann entfernt man denselben, schüttet Kartoffeln, Rüben und Gewürzdosis zum Fleisch und kocht alles zusammen noch 1-1/2 Stunde. Fett und Mehl werden gar geschwitzt, mit etwas Brühe verkocht zum Gericht getan und gründlich damit durchgeschüttelt. Ehe es angerichtet wird, schmeckt man mit Pfeffer und Salz ab.

Gericht für den Selbstkocher.

HAMMEL- ODER KALBSGEKRÖSE. (VORRAT.)

1 Gekröse M 0,75 1 Gewürzdosis " 0,00-1/2 100 g Salz " 0,02
50 g Zwiebeln " 0,01-1/2 40 g Fett oder Margarine " 0,06-1/2 40
g Mehl " 0,01-1/2 1 Prise Safran " 0,03 1 Eßl. Petersilie " 0,05
1 Prise Pfeffer " 0,00-1/4 M 0,95-1/4

Vorbereitung: Das Gekröse besteht aus dem Magen und dem Netz mit den krausen Gedärmen. Nur vom frisch geschlachteten Tiere sollte es verwendet werden. Es wird mit warmem Wasser oft übergossen und in kaltem Wasser abgespült, dann, von einer Seite angefangen, scharf mit Salz abgerieben, noch 24 Stunden gewässert und in 4 cm lange Stücke geschnitten. Die Zwiebeln werden in Scheiben geschnitten.

Zubereitung: Man fügt zu dem Gekröse 1 Gewürzdosis, die Hälfte der Zwiebeln, Salz und 1-1/2 l Wasser dazu und kocht es langsam in 2-3 Stunden weich. Von Fett, mit den darin geschwitzten übrigen Zwiebeln, dem Mehl und der durchgegossenen Brühe wird eine seimige Sauce gekocht, welche durch Safran oder verrührtes Eigelb gelb gefärbt und mit gewiegter Petersilie, Pfeffer und Salz abgeschmeckt wird. Das auf einem Sieb abgetropfte Gekröse wird darin heiß gemacht und angerichtet.

Gericht für den Selbstkocher.

HAMMELKEULE, GESCHMORTE (VORRAT)

1 kleine Hammelkeule, kurz gehauen, 2 kg (4 Pfd.) M 4,00
10 g Salz " 0,00-1/4 20 g Fett " 0,02-1/2 10 g Mehl " 0,00-1/2
50 g Zwiebeln " 0,01-1/2 1 Gewürzdosis " 0,00-1/2 1/4 l Wasser
(od. Weißbier) M 4,05-1/4

Vorbereitung: Die Keule wird gewaschen, geklopft und mit Salz eingerieben.

Zubereitung: Das Fett wird stark erhitzt, die Keule in Mehl umgewendet, in dem Fett von allen Seiten gebräunt; Zwiebeln und Gewürz werden hinzugefügt; 1/8 l kochendes Wasser wird langsam hinzugegossen, der Topf jetzt verschlossen und die Keule unter öfterem Begießen und Zugießen von Wasser 3 Stunden ganz langsam bei gelindem Feuer geschmort. Nach dieser Zeit ist sie sehr weich. Die Sauce wird entfettet und durch ein Sieb gestrichen, die Keule damit überzogen und angerichtet. Man kann auch einige Tomaten mitschmoren und mit der Sauce durchstreichen oder saure Sahne oder 1 Eßlöffel Cognak dazugießen.

Gericht für den Selbstkocher.

***Hammelkeule, marinierte* wird ebenso bereitet**

Die rohe Keule kann man 3-4 Tage in folgende Marinade legen:

100 g Suppengrün in M 0,10 20 g Fett geschwitzt " 0,02-1/2
1 l Wasser 1 l Essig " 0,20 30 g Salz " 0,00-1/2 1 Gewürzdosis "
0,00-1/2 2 Stiele Thymian " 0,01 M 0,34-1/2

1/2 Stunde gekocht, zugedeckt und nach dem Erkalten verwendet.

HAMMEL-, RINDER-, SCHWEINE-, KALBS-, ODER GÄNSELEBER, GEBRATENE

2G0 g Hammel- oder Rinderleber M 0,30 1 Eßl. Mehl " 0,00-1/2 2 Eßl. geriebene Semmel " 0,001 1/2 Eßl. Essig " 0,00-1/4 40 g Fett oder Margarine " 0,06-1/2 5 g Salz und Pfeffer " 0,00-1/4 1 Teelöffel Mehl " 0,00-1/4 4 Eßl. Wasser oder Brühe M 0,37-3/4

Vorbereitung: Die Leber wird gewaschen, gehäutet und schräg in 4-5 Scheiben geschnitten, Semmel und Mehl gemischt (Panade), das Fett zum Backen zerlassen.

Zubereitung: Die geschnittene Leber wird gesalzen und gepfeffert, in Panade gewälzt und unter viermaligem Wenden in dampfendem Fett in 4-6 Minuten zu schöner brauner Farbe gebraten. Man lege sie auf eine Schüssel nebeneinander, nicht aufeinander.

Zu dem Fett in der Pfanne fügt man 1 Teelöffel Mehl, rührt es gar, gießt einige Löffel Wasser über Brühe und 1/2 Eßlöffel Essig hinzu, schmeckt mit Salz ab und gibt die Sauce zur Leber.

Bemerkungen: Panierte Sachen dürfen nicht aufeinander liegen und auch nicht zurechtgemacht ungebraten lange stehen, da sich die Panade mit dem Fleischsaft verbindet, aufweicht und beim Braten abfällt.

Leber muß, nachdem sie gebraten ist, sofort gegessen werden, vom Stehen wird sie hart.

Schweine-, Kalbs- und Gänseleber sind je nachdem erheblich teurer.

HAMMELNIERE IN SCHEIBEN

2 rohe Hammelnieren M 0,30 1 Prise Salz und Pfeffer " 0,00-1/4 1/4 Zitrone " 0,02-1/2 15 g Margarine " 0,02-1/2 5 g Mehl " 0,00-1/2 1 Eßl. gewiegte Kräuter " 0,05 4 Eßl. Bratensaucenreste oder Wasser mit 1 Messerspitze Fleischextrakt " 0,05 1 Eßl. Rotwein " 0,02-1/2 1 Prise Zucker " 0,00-1/4 M 0,48-1/2

Vorbereitung: Die Nieren werden in dünne Scheiben geschnitten und mit etwas Salz, Pfeffer und einigen Tropfen Zitronensaft 1/4 Stunde mariniert.

Zubereitung: Die Margarine wird in einer Pfanne gebräunt; die mit einem Tuch abgetrockneten Nieren werden schnell, 1-2 Minuten, darin geschwenkt. Dann nimmt man die Scheiben heraus, legt sie in einen Napf und stellt sie ins Wasserbad. In dem Bratfett röstet man 5 g Mehl, fügt Kräuter und, wenn man will, auch Pilze in Scheiben, Bratensauce oder Fleischextraktbrühe, Rotwein, Zitronensaft und Zucker dazu, läßt alles durchkochen und füllt dann die Sauce über die Nieren.

Bemerkung: Es ist zu empfehlen die Sauce vorher fertig zu machen, da die Nieren vom zu langen Stehen leicht hart werden.

HASENBRATEN FÜR 6 PERSONEN

1 ausgewachsener junger Hase M 3,50 65 g Speck " 0,09-1/4
15 g Salz " 0,00-1/4 200 g Margarine " 0,32 1/4 l saure Sahne
oder Milch oder Milch mit 1 Tropfen Essig " 0,25 6 g Stärkemehl
" 0,00-1/4 1/4 l heißes Wasser M 4,16-3/4

Vorbereitung: Man hängt den Hasen mit den Hinterläufen an 2 Haken oder starken Nägeln auf; ist er noch nicht ausgeweidet, so schneidet man vom Schwanz (Blume) aus den Leib der Länge nach aus, nimmt die Eingeweide mit dem Schlußdarm heraus, löst die Galle von der Leber, behält Leber, Herz und Lunge zurück, wirft das Übrige fort, löst das Fell am Bauche von der Haut, schneidet rings um die Pfötchen die Haut mit einem scharfen Messer ein, zieht erstere aus der Haut heraus, den ganzen Balg über den Rücken und die Keulen herunter, löst ihn an den Vorderfüßen ab, schneidet die Ohren (Löffel) weg und zieht die Haut über den Kopf. Kopf, Hals, Rücken werden abgehauen; Bauchhaut und Vorderläufe löst man ab, häutet die Läufe und bratet sie später mit. Nieren und Fett bleiben im Hasen, den man nun in kaltem Wasser, ohne ihn zu wässern, recht rein wäscht. Man schlägt die Hinterläufe am Gelenk ab, bricht den Schlußknochen ein, damit die Keulen gut liegen, klopft den Hasen überall mit flachem Beil, häutet ihn, zuerst die Keulen von der unteren Seite ebenso den Rücken, schneidet die Filets entweder heraus oder legt 1 Scheibe Speck darunter und

spickt Hasen und Läufe s. Spicken unter "Verschiedenes".

Zubereitung: Man legt, wenn alles vorbereitet ist, zuerst die Keulen und, weil der Braten sonst trocken würde, 15 Minuten später den Rücken und die eingebogenen Läufe in die Bratpfanne, bestreut den Hasen mit Salz und übergießt ihn mit heißer Margarine. Nachdem der Hase angebraten, gießt man nach und nach die Sahne oder Milch und etwas heißes Wasser abwechselnd dazu und läßt ihn, unter fleißigem Begießen, fertig braten. Inzwischen rührt man Stärkemehl und einige Löffel Sahne oder Milch an die Sauce, überzieht den Hasen nach einigen Minuten damit und richtet ihn, nachdem er in passende Stücke gehauen wurde, auf einer langen Schüssel an, (man kann den Hasen aber auch ganz zu Tische geben und das Fleisch in sauberen Stücken abtrennen, um das Knochengerüst noch zu einer Suppe zu verwerten); den Bratensatz kocht man mit Sahne oder Milch los, bis die Sauce dick und seimig geworden ist und streicht sie durch ein feines Sieb in eine Sauciere, füllt aber noch einige Eßlöffel über den angerichteten Hasen. Die Länge der Bratzeit und auch die Hitze richtet sich natürlich danach, ob der Hase jung oder alt ist; ein junger ausgewachsener Hase würde bei Mittelhitze in 35 Minuten, der Rücken in 25 Minuten, ein alter Hase bei geringerer Temperatur erst in 1-1/2 Stunde weich werden. In letzterem Falle bedeckt man ihn mit einem Butterpapier.

Bemerkungen: Ein Hasenrücken ist für 4 Personen ausreichend. Für eine kleine Wirtschaft sollte man aus einem

Hasen 2 Mahlzeiten bereiten.

HASENPFEFFER

250 g Hasenfleisch: der zerspaltene Kopf, Brust, Hals, Lunge und Herz M 0,15 50 g Speckwürfel " 0,07 20 g Zwiebeln " 0,00-1/2 20 g Mehl " 0,00-1/4 1 Gewürzdosis " 0,00-1/2 1/4 1 Fleischextraktbrühe " 0,07-1/2 4 Eßl. Rot- od. Maltonwein " 0,10 15 g Zucker " 0,00-3/4 8 g Salz und Pfeffer " 0,00-1/4 2 Tropfen Speisefarbe 1/2 1 Wasser M 0,41-3/4

Vorbereitung: Das Hasenklein wird zerkleinert und sauber gewaschen.

Zubereitung: Man kocht es in 1/2 1 Wasser ab, schneidet es dann in Würfel und entfernt die Knochen. Der Speck wird im irdenen Topf angebraten; die Fleisch- und Zwiebelwürfel kommen dazu. Nachdem alles angebraten, stäubt man Mehl darüber, tut Gewürze, Brühe, Wein, Zucker, Salz und Pfeffer dazu und schmort das Gericht langsam gar. Das Aussehen wird durch Speisefarbe gehoben; der Wein kann fehlen.

Bemerkung: Man kann Hasenpfeffer auch von trockneren Hasenbratenresten bereiten.

KALBSBRUST, GESCHMORTE

250 g. Kalbsbrust M 0,40 2 Eßl. Rinderfett " 0,01-1/4 1
Eßl. Mehl " 0,00-1/4 5 g Salz " 0,00-1/4 1/4 Lorbeerblatt \ 2
Pfefferkörner | " 0,00-1/4 1/4 1 Wasser / M 0,45-1/4

Vorbereitung: Das Kalbfleisch wird gewaschen, getrocknet und geklopft, 1/4 l Wasser zum Kochen hingestellt.

Zubereitung: Das Fett wird zerlassen und dampfend gemacht; das vorbereitete Kalbfleisch wird mit Salz eingerieben, mit Mehl bestäubt, in das dampfende Fett gelegt und unter umwenden von allen Seiten angebräunt; Pfefferkörner und Lorbeerblatt werden dazu getan; die Hälfte des kochenden Wassers wird darauf gegossen und das Fleisch zugedeckt langsam geschmort. Das Fleisch wird öfter gewendet und in Zwischenräumen Wasser dazu gegossen. Ist das Fleisch weich, so schmeckt man die Sauce ab, entfernt das Gewürz, richtet das Fleisch an und gießt die Sauce darüber.

Bemerkungen: Man kann statt des Wassers auch Weißbier zum Schmoren des Kalbfleisches nehmen. Größere Stücke müssen, nach dem Anbräunen gerechnet, 1-1/2—2 Stunden, kleinere Stücke 1 Stunde schmoren.

Gericht für den Selbstkocher.

KALBSFRIKASSE

375 g Kalbsbrust M 0,60 65 g Schweinefleisch, gewiegt
" 0,11-3/4 65 g Rindfleisch, gewiegt " 0,11-3/4 10 g Salz
" 0,00-1/4 20 g Mehl " 0,00-1/4 25 g Margarine " 0,04 1
Gewürzdosis " 0,00-1/2 10 g Suppengrün " 0,01 15 g Zwiebeln
" 0,00-1/2 20 g getrocknete Pilze " 0,10 12 g Milchbrot " 0,01
1 Messerspitze geriebene Zwiebeln " 0,00-1/4 1/2 Ei " 0,03 8 g
Salz und Pfeffer " 0,00-1/4 1 Prise weißer Pfeffer " 0,00-1/2 1
Eßl. Kapern " 0,14-1/2 1/2 1 Wasser M 1,24-1/2

Vorbereitung: Die Kalbsbrust wird geklopft, in recht gleichmäßige Stücke (etwa 4 cm im Geviert) zerlegt (die Knorpel bleiben darin) und auf einem Sieb überbrüht. Die getrockneten Pilze weicht man 2 Stunden vorher in kaltem Wasser ein.

Zubereitung: Gesalzen, mit dem Mehl bestäubt, und mit 20 g geschmolzener Margarine oder Kalbsfett übergossen wird das Fleisch durchgeschmort bis das Mehl gar ist; dann fügt man das Wasser darauf, bindet Gewürze, Suppengrün und Zwiebeln in ein Mulläppchen, legt das Beutelchen zum Fleisch, läßt alles kochen bis das Fleisch weich ist und schäumt es einmal, fügt dann dem Kalbfleisch die Pilze bei und läßt sie langsam mit ausquellen oder verwendet auch gut vorbereitete frische Pilze, wie Champignons, Steinpilze, Pfefferlinge. Aus dem Rind- und Schweinefleisch, dem geweichten, in 5 g Margarine geschwitzten Milchbrot, den geriebenen Zwiebeln, 1/2 Ei, Pfeffer und Salz

wird ein Kloßteig gerührt. Mit 2 Kellen werden gleichmäßige runde Klöße geformt, die in kochendem Salzwasser gar, aber nicht trocken ziehen müssen. Ist das Kalbfleisch mit der Gabel zu durchstechen, nimmt man den Gewürzbeutel heraus, verrührt Essig und Eigelb, zieht damit das Frikassee ab, schmeckt es nach Salz, Säure und Pfeffer ab und legt die Klöße hinein. Alles zusammen wird heiß gemacht, ohne es zu kochen; angerichtet bestreut man es mit Kapern.

Bemerkung: Die Pilze können fehlen, ebenso die Fleischklößchen und die Kapern.

KALBSKEULE

[KALBSBRATEN]. (VORRAT.)

4 kg (8 Pfd.) Kalbskeule M 8,00 125 g Fett und Margarine " 0,20
50 g Speck " 0,07 20 g Salz " 0,00-1/2 1/4 1 Milch, saure
Milch oder Wasser " 0,05 6 g Kartoffelmehl " 0,00-1/4 3 Eßl.
Milch oder Wasser " 0,01 M 8,33-3/4

Vorbereitung: Die Kalbskeule wird von dem dicken Gelenkknochen befreit; die lose werdenden Hensenstücke werden abgeschnitten, da sie im Ofen antrocknen und der Keule die gute Form nehmen. Die Keule wird mit feuchtem Beil langsam auf beiden Seiten geklopft, dann gehäutet und so gespickt, daß die Fleischfäden der Nüsse berücksichtigt werden, so daß dieselben beim Spicken auf der Spicknadel liegen. Dann wird das Fleischstück mit einer Kelle kochenden Wassers überbrüht, unten und oben gesalzen und in der Pfanne mit kochender brauner Margarine und Fett begossen. Man tut gut einige saubere Speckschwarten unter den Braten zu legen. Der Ofen muß zu einer Kalbskeule nicht zu heiß sein, sonst wird der Braten bei der Länge der Bratzeit außen trocken und bleibt innen roh. Die Bratzeit beträgt auf das 1/2 kg (1 Pfd.) bei einer Keule über 5 kg (10 Pfd.) 8 Minuten, unter diesem Gewicht sind etwa 10 Minuten auf 1/2 kg (1 Pfd.) zu rechnen. Langsam gießt man während des Bratens Wasser oder auch Milch dazu, die Pfanne abkratzend, doch füllt man das flüssige Fett alle 5-10

Minuten über den Braten und vollendet die Keule, indem man 3 Eßlöffel Milch oder Wasser mit Kartoffelmehl verrührt, mit der Sauce auskocht, diese durch ein Sieb gießt und die Keule dann mit der Sauce überzieht. Man kann natürlich das Spicken auch unterlassen. Liebt man den Braten nicht rosa, sondern durchgebraten, rechnet man 10 Minuten aus 1/2 kg (1 Pfd.)

Bemerkung: Kalbskeulen unter 8 kg sind nicht ratsam zu kaufen. Wünscht man kleineres Gewicht, soll man lieber eine große Keule teilen lassen.

Resteverwertung: Jeder kleinste Rest von Kalbsbraten ist zu verwerten. Wenn man die Sauce erhitzt und den sauber beputzten Braten mit derselben 1/2 Stunde in heißes Wasser stellt, unterscheidet er sich wenig von frisch gebratenem Fleisch.

KALBSKOTELETTEN, GEHACKT

250 g Kalbfleisch M 0,40 65 g Rindernierenfett " 0,09-1/4 8 g Salz " 0,00-1/4 1/2 Ei " 0,03 30 g geriebene Semmel " 0,01-3/4 5 g Mehl " 0,00-1/4 30 g Margarine " 0,04-3/4

Vorbereitung: Fleisch und Fett werden fein gewiegt oder zweimal durch die Fleischhackmaschine genommen.

Zubereitung: Die Masse wird mit 6 g Salz gemischt und in 4 gleiche Teile geteilt, denen man mit einem feuchten Messer auf einem Teller die Form von Koteletten gibt. Man paniert sie mit Semmel, bratet sie in brauner Margarine in 7 Minuten unter dreimaligem Wenden langsam gar und zu schöner Farbe. Aus den Sehnen ist eine Brühe zu kochen, die mit etwas Fleischextrakt vermischt zur Herstellung der Sauce dienen kann, falls eine solche gewünscht wird. Zu dem Zwecke läßt man das Mehl in dem Bratfett gar schwitzen, füllt die Brühe dazu, schmeckt sie mit Salz ab, kocht unter Rühren die Sauce auf, schüttet sie durch ein Sieb und reicht sie zu den angerichteten Koteletten. Diese dürfen während der Herstellung der Sauce nicht zugedeckt werden, sonst werden sie weich.

KALBSSCHMORBRATEN

3/4 kg (1 1/2 Pfd.) Nierenstück M 1,50 50 g Fett oder
Margarine " 0,08 8 g Salz \ 4 g Kartoffelmehl | " 0,00-1/4 1/8 l
Wasser / 4 Eßl. saure Milch " 0,01-1/2 M 1,59-3/4

Vorbereitung: Das Nierenstück wird in Wasser sauber gebürstet, geklopft und gesalzen.

Zubereitung: Das Fleisch wird mit kochendem Wasser übergossen, dann abgegossen. In dem gebräunten Fett wird das Fleisch angebräunt und unter Begießen und Zugießen von Milch und Wasser in einem Schmortopf weich geschmort. Dann überzieht man das Fleisch mit Sauce, die nach dem Herausnehmen des Bratens mit dem in etwas Wasser verquirlten Kartoffelmehl seimig gemacht ist.

Bemerkung: Falls Niere unter dem Braten ist, was sich nur bei größeren Stücken Fleisch empfiehlt, wird sie, weil sie dort zu roh bleibt, losgelöst und neben dem Fleisch liegend gebraten. Ist sie sehr fett, so kann ein Teil des Fettes abgeschnitten, gewürfelt, ausgelassen und anstatt oder mit einem Teil des Fettes im Rezept, zum Braten benutzt werden.

KALBENSCHNITZEL, PANIERT, GEBRATEN

350 g Kalbsnuß M 1,12 5 g Salz " 0,00-1/4 1 Prise weißer Pfeffer " 0,00-1/2 30 g geriebene Semmel " 0,01-3/4 1 Eiweiß " 0,02 60 g Butter oder Margarine " 0,14-1/2 M 1,31

Vorbereitung: Kleine Stücke der Keule können hierzu verwendet werden. Nachdem sie recht gleichmäßig und nicht zu dünn geschnitten und geklopft sind, salzt und pfeffert man sie leicht ein und paniert sie.

Zubereitung: Nachdem das Fett in der Pfanne gebräunt und still geworden ist, legt man die Schnitzel in das dampfende Fett. Sobald sie an der unteren Seite eine hellbraune Kruste haben, wendet man sie und bratet sie langsam und doch rasch genug, um die Panade nicht durch bell sich entwickelnden Fleischsaft abweichen zu lassen. Bratzeit: Auf 85 g 6 Minuten. Die Schnitzel müssen elastisch sein, in der Pfanne nicht hart werden. Angerichtete Schnitzel darf man nicht zudecken, weil die Kruste sonst weich wird.

KANINCHENGERICHT

1 Kaninchen M 0,80—M 1,00 30 g Margarine " 0,01-3/4
3 Eßl. Öl " 0,19-1/2 20 g Salz " 0,00-1/2 1 Teel. pulveris.
Majoran und Thymian " 0,01 1 Gewürzdosis " 0,00-1/2 20 g
gewiegte Zwiebeln " 0,00-1/2 25 g Mehl " 0,01 1 Brühe oder
Fleischextraktbrühe " 0,10 1/8 1 Apfelwein " 0,05 1 Eßl. gewiegte
Petersilie " 0,05 M 1,47-3/4

Vorbereitung: Das Kaninchen wird wie der Hase (s. dort) vorbereitet, dann in 4 cm große Stücke geschnitten.

Zubereitung: Das Kaninchenfleisch wird gesalzen und mit dem Gewürz 20 Minuten in Margarine und Öl gebraten. Man nimmt das Fleisch aus der Pfanne, schwitzt die Zwiebeln mit dem Mehl in der Butter gar, fügt Brühe und Wein dazu, schmeckt die Sauce ab, läßt das Fleisch darin heiß werden, aber nicht kochen, und streut die Petersilie vor dem Anrichten hinzu.

KLOPS, KÖNIGSBERGER

140 g gehacktes Rindfleisch M 0,25-1/4 60 g gehacktes Schweinefleisch " 0,10-3/4 1 Teel. zerlassenes Fett " 0,00-1/2 1 Eiweiß oder Eigelb " 0,02 1/2 Brötchen " 0,01-1/4 1 Eßl. Wasser. 1 Prise Salz und Pfeffer " 0,00-1/4 1 Messerspitze geriebene Zwiebeln " 0,00-1/4 1 l Wasser \ 5 g. Salz / " 0,00-1/4 M 0,40-1/2

Vorbereitung: Das Wasser zum Kochen der Klopse mit Salz aufsetzen. Das Brötchen in Würfel schneiden, einweichen und ausdrücken.

Zubereitung: Gehacktes Rindfleisch und Schweinefleisch werden in einen Napf getan; Eiweiß oder Eigelb, Salz, Pfeffer, Semmel, Zwiebeln und Fett werden dazugetan, alles gründlich untereinander gemischt, 4 Klöße daraus geformt, welche in dem Salzwasser 10-15 Minuten offen langsam gar ziehen müssen. Man gibt zu den Klopfen Heringssauce (s. dort). Man nimmt die Klopse aus dem Wasser, läßt sie abtropfen, tut sie in einen Napf und stellt sie warm, bis die Sauce, die dann darüber gegossen wird, fertig gemacht ist.

LUNGEN ZU KOCHEN

1/2 Lunge mit Herz M 0,80 2 Eßl. Suppengrün " 0,03 1
Gewürzdosis " 0,00-1/2 15 g Salz " 0,00-1/4 2 l Wasser. M
0,83-3/4

Vorbereitung: Lunge und Herz werden gründlich gewaschen und in handgroße Stücke geschnitten. Das Suppengrün wird geputzt, gewaschen und in Stücke geschnitten.

Zubereitung: Wasser, Salz, Lungen- und Herzstücke werden in einen Topf getan und zugedeckt gekocht. Hat sich Schaum gebildet und hat derselbe eine Weile mitgekocht, so nimmt man ihn ab, tut das Suppengrün und die Gewürzdosis dazu und läßt die Fleischstücke zugedeckt weiter kochen. Um zu sehen ob sie gar sind sticht man mit einem Hölzchen in das Herz, ist dieses weich, so nimmt man das ganze Fleisch heraus und verwendet Brühe und Lunge weiter nach der Vorschrift des Rezeptes Lungenhaché.

LUNGENHACHÉ

1/2 Lunge und Herz (gekocht) M 0,83-3/4 20 g Fett " 0,02-1/2
10 g Mehl " 0,00-1/2 20 g Zwiebeln " 0,00-1/2 1 Prise Pfeffer
und Salz " 0,00-1/4 1 Eßl. Essig " 0,00-1/2 M 0,88

Vorbereitung: Die Fleischstücke werden von Häuten, Sehnen und Knorpeln befreit und nicht zu fein gewiegt. Die Zwiebeln werden geschält, in kleine Würfel geschnitten oder gewiegt. 1/8 l Lungenbrühe wird heißgestellt.

Zubereitung: Das Fett wird aufgekocht; die Zwiebeln werden darin weichgeschwitz, die gewiegte Lunge und darübergestäubtes Mehl darin durchgeschmort und hieraus die Brühe und Essig dazugesetzt und damit ausgekocht. Man schmeckt das Haché mit Pfeffer und Salz ab und gibt es zu Einige gewiegte Kräuter und Bratensauce, wenn man sie vorrätig hat, machen das Haché schmackhafter. Es ist vorteilhaft, die Lunge schon tags zuvor zu kochen.

Bemerkung: Den Rest der Lungenbrühe kann man zu Lungensuppe (s. dort) verwenden. Zu Haché kann man auch allerlei gebratene oder gekochte Fleischreste verwenden (*Fleischhaché*). Man bereitet das Fleischhaché genau wie das Lungenhaché.

REHBLATT, GESCHMORTES, FÜR 4 PERSONEN

1 großes Rehblatt M 2,50 1 mittelgroße Zwiebel " 0,01 1 Mohrrübe " 0,01 1 Gewürzdosis " 0,01-1/2 1/4 1 Brühe, Milch oder Wasser " 0,20 3 Eßl. Essig " 0,01-1/2 30 g Brotrinde " 0,00-3/4 50 g Margarine " 0,08 30 g Speck " 0,04-1/4 5 g Salz " 0,00-1/4 M 2,88-1/4

Vorbereitung: Das Rehblatt wird (mit Ausnahme des Beins, welches man nur kürzt) so viel wie möglich von den Knochen befreit, geklopft, gewaschen, gehäutet mit Nadel und Faden zu guter Form zusammengezogen, gespickt und gesalzen. Die Knochen schlägt man klein.

Zubereitung: Man legt die Knochen nach dem Anbräunen des Blattes in heißem Fett mit in den Schmortopf, fügt Zwiebel, Mohrrübenscheiben, Gewürze und Brotrinde bei, gießt nach dem Anbraten nach und nach Essig und Brühe oder Milch oder Wasser dazu und schmort das Blatt in 1 1/2-2 Stunden unter öfterem Begießen langsam weich. Man streicht die Sauce durch ein Sieb, überzieht das fertige Blatt mit Sauce und reicht die übrige Sauce daneben.

Bemerkung: Rehblatt kann man auch sehr gut geschabt (wie Beefsteak zubereitet) als Wildsteak verwenden.

Hirschblatt ist ebenso zu bereiten, nur 3 Stunden zu schmoren. Gericht für den Selbstkocher.

Rinderrouladen

200 g Rindfleisch M 0,40 1 kleine Zwiebel " 0,00-1/2 30 g Speck, geschabt " 0,04-1/4 20 g Rinderfett " 0,02-1/2 1 Teel. Salz " 0,00-1/4 1 Prise Pfeffer " 0,00-1/4 20 g Mehl " 0,00-3/4 1/4 l Wasser M 0,48-1/2

Vorbereitung: Rindfleischscheiben von der Größe einer Handfläche und 3/4 cm dick, werden geklopft, die Zwiebeln fein gewiegt; der Speck wird geschabt. Speck, Zwiebeln, Salz und Pfeffer werden vermischt, die Scheiben damit bestrichen, dann zusammengerollt, mit Baumwolle umbunden und in Mehl gewälzt. Das Rinderfett wird in einen Topf getan.

Zubereitung: Das Fett im Topf wird dampfend gemacht, die in Mehl gewälzten Rollen werden hineingelegt und von allen Seiten schön angebräunt; 1/4 l Wasser wird nach und nach dazu gegeben, der Topf aber wieder zugedeckt, und so werden die Rouladen langsam 2 Stunden geschmort. Ab und zu werden die Rouladen gewendet und begossen. Sollte noch Flüssigkeit fehlen, so wird noch etwas Wasser zugegossen. Die weichen Rouladen werden aus dem Topf genommen, in einen Napf gelegt, die Baumwolle wird entfernt, die Sauce abgeschmeckt und über die Rouladen gegossen; dann werden sie zu Tisch gegeben.

Gericht für den Selbstkocher.

RINDERSCHMORBRATEN FÜR 6 PERSONEN

1-1/2 kg (3 Pfd.) Rindfleisch M 2,70 30 g fetter Speck " 0,04-1/4 20 g Mehl " 0,00-3/4 1 Gewürzdosis " 0,00-1/2 30 g Brotrinde " 0,00-3/4 30 g Fett oder Margarine " 0,04-1/4 20 g Zwiebeln " 0,00-1/2 15 g Salz " 0,00-1/4 Wasser nach Bedarf.
M 2,81-1/4

Vorbereitung: Das Fleisch wird geklopft und mit Bindfaden zu guter Form gebunden. Der Speck wird in 4 cm lange, 8 mm dicke Streifen geschnitten und in dem gestoßenen, mit Salz vermishten Gewürz umgekehrt. Mit einem spitzen Holzstiel werden die Speckstreifen in gleichmäßiger Entfernung dem Fleischstück eingefügt und dieses dann in mit etwas Salz vermishtem Mehl umgewendet.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.