

# KRIEGS- KOCHBUCH



ANWEISUNGEN ZUR  
EINFACHEN U. BILLIGEN ERNÄHRUNG

# Kriegs Kochbuch

Anweisungen  
zur einfachen und billigen Ernährung

Bearbeitet von  
**Hedwig Henl**

Ausgabe für Norddeutschland



44. Auflage

hb 58

Berlin 1915

Verlag der Zentral-Einkaufsgesellschaft m. b. H.  
Berlin W. 8, Behrenstraße 21

# Inhaltsverzeichnis.

	Seite
Vorwort . . . . .	5
A. Ernährungsmerkblatt . . . . .	6
B. Allgemeine Ratschläge . . . . .	9
C. Suppen:	
1. Apfelsuppe . . . . . (S. Seyl)	12
2. Bettelmannsuppe . . . . .	13
3. Bieruppe mit Grieß . . . . .	13
4. Brotuppe mit Apfelabfällen . . . . .	13
5. Brühe . . . . .	14
6. Buttermilchsuppe . . . . .	14
7. Gemüsemilchsuppe . . . . .	14
8. Gemüsesuppe . . . . .	14
9. Gurkensuppe . . . . .	15
10. Kaninchenuppe . . . . .	15
11. Kartoffeluppe . . . . .	15
12. Milchuppe . . . . .	16
13. Mohrrübensuppe . . . . .	16
14. Norgensuppe von Roggenmehl . . . . .	16
15. Rotbeetsuppe . . . . .	16
16. Söpoladensuppe . . . . .	17
17. Schrotbrotsuppe oder Roggenbrotsuppe . . . . .	17
18. Waffersuppe mit Graupen, Grieß, Kartoffelmehl . . . . .	17
D. Gemüse- und Kartoffelgerichte:	
19. Brühreis . . . . .	17
20. Buttermilchkartoffeln . . . . .	18
21. Graupengemüse . . . . .	18
22. Graupen mit Pfannkuchen . . . . .	18
23. Grüntohl . . . . .	18
24. Kartoffelbrei . . . . .	19
25. Kartoffelklöße a) . . . . .	19
26. " b) . . . . .	19
27. Kartoffeln, saure, mit Lunge . . . . .	20
28. " mit Apfel . . . . .	20
29. " saure . . . . .	20
30. Kartoffelspuffer . . . . .	21
31. Kohlrüben nach der Art von Teltower Rüben . . . . .	21
32. Maffaroni . . . . .	21
33. Milchreis . . . . .	21
34. Mohrrüben, Bohnen und Kartoffeln . . . . .	22

35. Reis mit Apfel, Pflaumen oder Kürbis . . . . . (S. Seyl)	22
36. Reis mit Sellerie . . . . .	22
37. Rotkohl . . . . .	23
38. Rotbeetsgemüse . . . . .	23
39. Sahnenkartoffeln . . . . .	23
40. Sauerkohl und Kartoffeln in Wurfschüssel . . . . .	24
41. Spinat . . . . .	24
42. Wirsingkohl . . . . .	24

## E. Fleisch- und Fischgerichte:

43. Billige Blutwurst . . . . . (M. Kuehn)	25
44. Geflügel . . . . . (S. Seyl)	25
45. Grünsauce . . . . .	26
46. Kaninchenbraten . . . . .	26
47. Kloß . . . . .	26
48. Kartoffeln mit Bratwurst . . . . .	27
49. Kartoffeln mit Schweinefleisch . . . . .	27
50. Bichselner (Bayr. Verein für wirtschaftliche Frauenschulen) . . . . .	27
51. Sauerkohl und Eisbein . . . . . (S. Seyl)	28
52. Weißkohl gefüllt . . . . .	28
53. Kohlrollen . . . . .	28
54. Steckrüben mit Kartoffeln und Schweinebauch . . . . . (M. Kuehn)	28
55. Schwarzwurzel mit Fleischklößen . . . . . (M. Lange)	29
56. Schmorwurst . . . . . (S. Seyl)	29
57. Schweinefleisch, saures . . . . .	30
58. Schweinefleisch und getrockneter Kohl oder Kohlrabi . . . . .	30
59. Schweinekotlett . . . . .	30
60. Speckschneiden zu braten . . . . .	30
61. Bierfisch . . . . .	31
62. Fischkartoffeln (Abstaub) . . . . . (Fischdampferverei Ocean)	31
63. Fisch mit Sauertraut . . . . . (E. Günther)	31
64. Fischauflauf von Schalkartoffeln . . . . . (M. Alberti)	32
65. " mit Blumentohl . . . . . (M. Lange)	32

## Anweisung zum Wässern von Klippfisch und Stockfisch . . . . .

66. Stock- oder Klippfisch mit ausgebratenem Speck (M. Hollmeyer)	33
67. " " Klippfischfrilandellen . . . . . (Maria Leon)	33
68. " " Klippfisch mit Sauertraut und Bratkartoffeln . . . . .	34
69. Stockfisch mit Mostschöbe . . . . .	34
70. Stock- oder Klippfisch mit Mohrrüben . . . . . (M. Wittenberg)	34
71. Hering mit Schneidebohnen . . . . . (M. Kuehn)	35
72. Heringsereme . . . . .	35
73. Hering mit Specksöbe . . . . .	35
74. " " Sahne . . . . .	35
75. Heringspastete . . . . .	36
76. Hering mit weißer Soße . . . . . (E. Hamemann)	36
77. Heringe gebraten . . . . . (S. Seyl)	36
78. Heringskloppe . . . . .	37

## F. Kleispeisen und kalte süße Speisen:

79. Apfelbettelmann . . . . .	37
80. Apfelpudding . . . . .	38
81. Buchweizenküchlein . . . . .	38
82. Eierkuchen . . . . .	38
83. Grießbrei mit Milch . . . . .	39
84. Hefeklöße . . . . .	39
85. Hefepudding . . . . .	40
86. Hirse . . . . .	40
87. Käseküchlein . . . . .	40
88. Klöße von Roggen = Schwarzbrot mit Backpflaumen . . . . .	41

	Seite
89. Mehllöße mit Speck . . . . .	(G. Hehl) 41
90. Nudeln . . . . .	" 41
91. Blumenmürrolle . . . . .	42
92. Reispudding . . . . .	(M. Kuehn) 42
93. Rote Grütze . . . . .	(G. Hehl) 42
94. Stärkemehlflammeri . . . . .	" 43
95. Stippmild . . . . .	" 43
96. Weißer Käse . . . . .	" 43
97. Brotaufstrich nach deutscher Art . . . . .	" 43
<b>G. Soßen:</b>	
98. Heringssoße . . . . .	(G. Hehl) 44
99. Meerrettichsoße . . . . .	" 44
100. Dösoße . . . . .	" 44
<b>H. Salate:</b>	
101. Heringsalat' . . . . .	" 45
102. Kartoffelsalat . . . . .	" 45
<b>J. Das Konservieren von Fleisch:</b>	
a) Einlegen . . . . .	(M. Kuehn) 45
b) Einmalzen und Pökeln . . . . .	" 46
c) Pökeln mit heißem Salz . . . . .	" 46
d) Räuchern . . . . .	" 47
e) Harte Dauerwurst . . . . .	" 47
f) Rauchwurst aus Schweinefleisch . . . . .	" 48
<b>K. Herstellung von Fruchtsyrup . . . . .</b>	(G. Hehl) 48

## Vorwort.

Im Herbst vorigen Jahres stellte es sich als wünschenswert heraus, die deutschen Hausfrauen darauf hinzuweisen, daß sie zwar mit den im Lande vorhandenen und den verhältnismäßig geringen während des Krieges aus dem Auslande hereinkommenden Nahrungsmitteln auskommen könnten, daß sie aber, um dieses Ziel zu erreichen, die tägliche Kost anders zusammensetzen müßten als bisher. Als Aufklärungsmittel haben wir deswegen im November ein „Kriegskochbuch“ herausgegeben, das bisher in 18 Auflagen erschienen und in mehr als 1 Million Exemplaren unentgeltlich verteilt worden ist.

Etwas zu gleicher Zeit hatte Frau Hedwig Hehl ein „Kleines Kriegskochbuch“ verfaßt, das wesentlich umfangreicher als unser Buch, die gleichen Ziele verfolgte und zum Preise von 25 Pf. durch den Buchhandel zu beziehen war.

Das jetzt vorliegende „Kriegskochbuch“, dessen Bearbeitung Frau Hehl übernommen hat, stellt eine Vereinigung beider Bücher dar. Es beruht in erster Linie auf dem Material, das in dem Hehl'schen Buch geboten wurde, dessen Inhalt aber mit Rücksicht auf den Umfang unseres Büchleins etwas beschränkt werden mußte. Hinzugekommen sind eine Anzahl neuer und auch solcher Anweisungen, die bereits in unserem Buche enthalten waren. Durch unsere Mitwirkung ist es möglich geworden, auch das neue „Kriegskochbuch“ unentgeltlich zu verteilen und dadurch die darin enthaltenen Lehren den weitesten Kreisen des deutschen Volkes zugänglich zu machen.

Möchten die deutschen Hausfrauen die in diesem Büchlein zusammengestellten Ratschläge befolgen. Sie würden dadurch auch ihrerseits, wie während dieses Krieges schon auf anderen Gebieten, so jetzt auch auf dem der Ernährung dem Vaterlande einen großen Dienst dadurch erweisen, daß durch ihre Tätigkeit die Möglichkeit geschaffen wird, mit den im Lande vorhandenen Lebensmittelvorräten für die Dauer des Krieges auszukommen.

Fürwahr eine große und der weiblichen Arbeit vorzugsweise vorbehaltene Kriegshilfe!

Berlin, im März 1915.

**Zentral-Einkaufsgesellschaft**  
mit beschränkter Haftung.

## A. Ernährungsmerkblatt.

Ratschläge für die Kriegszeit von Dr. Bumm, Präsidenten des Kaiserlichen Gesundheitsamts, Berlin; Professor Dr. Elzbacher, Rektor der Handelshochschule Berlin; Professor Dr. Fäßbender, M. d. U. u. M. d. R.; Frau Hedwig Heyl, Berlin; Dr. Kubner, Professor an der Universität Berlin; Dr. Zuntz, Professor an der Landwirtschaftlichen Hochschule Berlin.

Feinde ringsum! Das deutsche Volk ringt zu Wasser und zu Lande den Kampf um sein Dasein. Unser Heer steht in Waffen gegen die halbe Welt. Unszählige Opfer werden von unseren Kriegern im blutigen Kampfe verlangt. Um ihnen den Siegespreis zu entreißen, will England das deutsche Volk durch Hunger niederringen. Die feige Waffe hebt sich gegen Weib und Kind.

Der Schlag soll wirkungslos sein, nicht nutzlos soll man uns finden. Unsere Nahrungsversorgung ist gesichert, wenn die schwere Stunde uns bereit steht zu vernünftiger Lebenshaltung und zur Preisgabe von Luxus und Verschwendung. Nicht Entbehrungen werden gefordert, sondern nur eine Lebensweise, die dem Ernst der Lage entspricht und, weit entfernt die Gesundheit zu schädigen, vielmehr eine Quelle körperlicher und sittlicher Kraft ist. Keiner darf hier versagen. Unser Heer soll an uns Mitkämpfer und Opferwillige finden, die in der Heimat und mit ihren schwachen Kräften mitringen um den Vorbeir des Sieges.

Die uns gestellte Aufgabe ist eine doppelte. Wir müssen die Nahrungsmittel wählen, die uns das eigene Land reichlich liefert, und wir müssen die Vergeudung vermeiden, die nur zu sehr bei uns eingerissen ist. Beides bedeutet eine Rückkehr zur einfachen Vätersitte.

\*

### 1. Fleisch und Fische.

Wo der Fleischgenuß in den letzten Jahren übermäßig gestiegen ist, führe man ihn auf ein bescheidenes Maß zurück. Wurst- und Fleischausschnitt zum Frühstück können sehr wohl in Wegfall kommen, ebenso der jetzt durchweg zu reichliche Genuß von Fleisch zum Abendessen. Sogar der völlige Verzicht auf Fleisch an einzelnen Tagen schädigt die Gesundheit nicht. Fische sind ein vortreffliches Nahrungsmittel. Das Fleisch kann auch

durch andere Speisen sehr wohl ersetzt werden, vor allem durch Käse, Milch, saure Milch und gehaltvolle Mehlspeisen. Wenn man Fleisch oder Fisch ißt, soll man sorglich damit umgehen. Abfälle und Reste, die heute vielfach als wertlos weggeworfen werden, liefern gute Suppen und Soßen und andere Gerichte.

### 2. Fett.

Der Genuß von Schmalz, Speck, Kunstbutter und anderem Fett, besonders auch von Butter und Rahm (Sahne), wird in einzelnen Landesteilen, wo man kein Brot ohne Fettaufstrich genießt, stark übertrieben. Ein zu reichlicher Fettagenuß ist gesundheitsgefährlich, da er die Verdauung beschwert, außerdem ist das Fett ein unverhältnismäßig teures Nahrungsmittel. Der Verbrauch von Fett in der Küche läßt sich einschränken. Als Zutat zum Brot läßt sich das Fett durch andere Stoffe ersetzen, besonders durch Obst, Obstmus, Marmelade. Die Fettreste soll man nicht verkommen lassen, man kann sie durch Ausstraten oder Reinigen (Durchkochen) wieder verwendbar machen.<sup>1)</sup>

### 3. Milch und Käse.

Die Milch soll reichliche Verwendung finden. Auch saure Milch und Buttermilch sind ausgezeichnete Nahrungsmittel. Alle Arten der Milch lassen sich auch zu Suppen und Mehlspeisen verwenden. Hierzu eignet sich auch die abgerahmte Milch (Magermilch), deren Verwendung sich bei billigem Preise empfiehlt. Die mannigfachen aus der Milch hergestellten Käsearten, besonders auch Quarkkäse, sind bekömmliche und nahrhafte Speisen. Milch und Quark sind ein vortrefflicher Ersatz für Fleisch und Eier. Wo die Milchherzeugung zurückgegangen ist, schränke man den Butterverbrauch ein, damit möglichst wenig Milch dem unmittelbaren Verbrauch entzogen wird.

<sup>1)</sup> Jedes Fett zieht Gerüche an und schmeckt danach, es muß also verschlossen gehalten werden. Die Luft soll Fette nicht bestreichen, da sie sich dadurch zersetzen. Fette müssen ohne Flüssigkeit aufgehoben werden. Fett der Bräue soll z. B. mit reinem Wasser ausgekocht, dann erkaltet, abgenommen, eingeschmolzen und verbraucht werden. — Das Garmaden des Mehles im Fett zur Herstellung von Mehlschwitzen, Brammehl zur Bindung von Tunken und Suppen, muß so gekehren, daß das Mehl im Fett schäumt, Blasen zeigt, ehe die Flüssigkeit hinzugegossen wird. — Wenn man das Schweinefett selbst anzuläßt, so bratet man eine Zwiebel, ein Stück Apfel und einige Stiele Majoran mit dem zerfeinerten Fett, gießt dann das gar ausgebratene Schmalz ab und zerreibt die heißen, gelben Grieben, die man dann als Schmalz zum Brotaufstrich, mit Salz bestreut, zuerst verbraucht. — Rinds-, Kalbs- oder Hammelfett werden mit  $\frac{1}{2}$  Wasser auf 1 Pfund ausgekocht, damit die Häute sich lockern. Ist das Fett gewonnen, kann man es durch einen kleinen Milchzusatz geschmeidiger machen. Die zurückbleibenden Grieben verwendet man zerrieben zu trockenem Fleisch, z. B. zu Butletten.

#### 4. Brot- und Mehlspeisen.

Als tägliches Brot soll man die hauptsächlich aus Roggenmehl hergestellten Arten bevorzugen. Die Sitte vieler Landes- teile, als Frühstück und Abendbrot Grützen, Mehlsuppen und andere Suppen mit Zusätzen zu genießen, verdient Nachahmung. Man bereite auch viele Mehlspeisen auf süddeutsche Art. Altes Brot ist ebenso nahrhaft wie frisches. Ausschließlicher Genuß frischen Gebäcks führt zur Brotvergeudung. Brotreste lassen vielfache Verwertung in der Küche zu. Man soll sie trocken aufbewahren, damit sie nicht verschimmeln und ungenießbar werden.<sup>1)</sup>

#### 5. Kartoffeln.

Die Kartoffel soll im Haushalt eine ausgedehnte Verwendung finden, denn sie läßt sich zu mannigfachen und wohlgeschmeckenden Speisen verarbeiten. Sie kann mit vielen Gemüsen sowie auch mit Obst zusammen gekocht werden. Man koche im allgemeinen die Kartoffeln mit der Schale, denn durch das vorherige Schälen geht ungefähr ein Zehntel unnütz verloren. Erfordert die Zubereitung eines Kartoffelgerichts das Schälen, so soll man sich des Sparmessers (Kartoffelschäler) bedienen.<sup>2)</sup>

#### 6. Gemüse.

Ein gut zubereitetes Gemüse ist ein wertvoller Bestandteil des Mittagessens. Das Gemüse ermöglicht viel Abwechslung in der Kost. Bei der Zubereitung spare man an Fett. Auch Gemüseabfälle verdienen eine sorgfältige Verwertung.

#### 7. Zucker und süße Speisen.

Zucker kann man in ausgiebiger Weise im Haushalt verwenden. Er hat einen hohen Nährwert. Während er in früheren Zeiten nur den Bemittelten zugänglich war und deshalb mehr als Genußmittel betrachtet wurde, kann er heute bei billigen Preisen geradezu als Volksnahrungsmittel dienen. Mit reichlich Zucker eingetochtes Obst, Obstmus usw. ersetzen auf dem Brot

<sup>1)</sup> Backpulver ersetzt beim Teig die Forderung des Gies. Um Gebäcke zu lockern, gibt es ein einfaches Mittel: „Backpulver“. 20 g lockern 1 Pfund Mehl und bedeuten 4 Eierhüner in der Treibkraft. Das Backpulver wird gründlich mit dem Mehl vermischt, dann werden die anderen Zutaten hinzugefügt und gut verrührt. Der Teig wird dann gleich in den Ofen gebracht. Die Backformen werden ausgefettet und mit Kartoffelmehlmehl ausgestreut. In der ersten Viertelstunde muß die Form im heißen Ofen mit einem Stück Papier bedeckt werden.

<sup>2)</sup> Pellkartoffeln werden  $\frac{3}{4}$  gargekocht, abgepellt und mit neuem Salzwasser oder dem Gemüse gargekocht. Kartoffelflocken sind getrocknete, gekochte Kartoffeln, welchen drei Teile Wasser als Bestandteil zugesetzt werden müssen.

die Butter. Süße Mehlspeisen, namentlich mit Obstbeilagen, sind keine bloße Leckereien. Sie können recht wohl dann und wann das Hauptgericht der Mittags- oder Abendmahlzeit sein.

#### 8. Getränke.

Die besten und gesündesten Getränke sind Wasser und Milch. Kaffee und Tee schaden bei mäßigem Genuß nicht, haben aber einen Nährwert nur in dem Zusatz von Zucker und Milch. Im Genuß geistiger Getränke halte man Maß. Namentlich Branntwein ist geeignet, die Gesundheit zu schädigen.

#### 9. Gestaltung der Mahlzeiten.

Abwechslung in der Kost ist für die Gesundheit von großer Bedeutung, weil der Körper durch sie am ehesten die sämtlichen notwendigen Nährstoffe erhält und außerdem die Gf lust angeregt wird. Die Kriegszeit ist kein Hindernis, die Kost ebenso abwechslungsreich zu gestalten wie bisher. Man muß nur die Möglichkeit verschiedenartiger Zubereitung der einzelnen Nahrungsmittel richtig ausnutzen.

#### 10. Zubereitung der Speisen.

Bei der Zubereitung der Speisen kann man sich mit großem Vorteil des Selbstkochers (der Kochkiste) bedienen. Hierbei wird Brennmaterial gespart und außerdem denjenigen Hausfrauen eine gute Zubereitung der Speisen ermöglicht, die durch ihren Beruf den größten Teil des Tages dem Hause entzogen sind. Der Selbstkocher hat auch den Vorteil, daß draußen arbeitende Personen jederzeit warmes Essen vorfinden. Einen solchen Selbstkocher kann man sich mit Leichtigkeit und ohne nennenswerte Kosten selbst herstellen.

## B. Allgemeine Ratschläge.

### Aber das Kochen und Braten.

Das Feuerungsmaterial muß richtig benutzt und ausgenutzt werden. Man soll die Küche mit wenig Feuerungsmaterial oder Gasverbrauch bestreiten — wie folgt: 1. Alle Gerichte, welche ohne besondere Funke gekocht werden können: Fleisch, Gemüse, Reis, Graupen, Hülsenfrüchte oder Obst, können  $\frac{1}{2}$  Stunde in fest geschlossenem Topf angekocht werden, man wickelt den Topf sofort in ein Zeitungsblatt fest ein, wiederholt das

5 mal und legt ein Tuch oder eine Decke darauf, um Zug fernzuhalten, oder steckt den eingewickelten Topf in den unten beschriebenen Kochbeutel. In 4—6 Stunden ist das Gericht gar und kann zu jeder Tageszeit fertig erwärmt, abgeschmeckt oder bündig gemacht werden. Statt des Papiers kann eine Kochkiste verwendet werden, die es übernimmt, die durch Aufkochen erzeugte Hitze im verschlossenen Kochtopf zu erhalten. Selbstverständlich darf der Selbstkocher vor dem Herausnehmen der Speisen nicht geöffnet werden, sonst bedürfen die Speisen eines nochmaligen Aufkochens.

**Herstellung des Kochbeutels:** 20 Zeitungsbblätter werden einzeln behutsam zusammengeballt und wieder glatt gestrichen, damit das Papier weich und schmiegsam wird. Dies wiederholt man 3 mal. Dann werden je 10 dieser Blätter aufeinander gelegt, mit langen Stichen rundherum und durch die Mitte geheftet. Die restlichen 10 Blätter werden etwa 8 cm überfassend mit ersteren zusammenge näht und wie vorstehend geheftet, so daß eine Länge von 116—120 cm entsteht. Diese bezieht man außen und innen mit einer Stofflage, die man aus wollenen oder baumwollenen Flickern, Strumpfhäften usw. zusammenstellen kann. Die Stofflage wird streifenweise mehrmals durchgenäht. Durch Cinnähen von Falten an der unteren Kante entsteht die Beutelform. Den Boden stellt man aus einem etwa 12 cm großen Viereck, 10 fach zusammengefaltetes Zeitungspapier mit Stoffüberzug her, das man über das Loch in der unteren Mitte näht. 5 cm vom oberen Rande näht man 12 Ringe ringsherum an und durchzieht sie mit einer Schnur zum Zubinden. Der Kochtopf mit dem gut angekochten Essen wird schnell mit mehreren Lagen geknülltem Zeitungspapier umhüllt und in den Beutel gestellt, den man so fest wie möglich zubindet und nicht vor dem Gebrauch öffnet. Kartoffeln, Reis, Grieß, Sago, Nudeln werden 5 Minuten in dem zugedeckten Kochtopf angeköcht und bleiben noch 1 Stunde im Beutel. Graupen, Kohl, Rüben, Bohnen, Erbsen, zusammen gekochtes Essen mit Gemüse, Kartoffeln und Fleischstücken werden 20 Minuten vorgeköcht und 3 Stunden im Beutel. Größere Fleischstücke 30—45 Minuten und 3 bis 4 Stunden im Beutel. Längeres Kochen im Beutel schadet nichts. (Erfindung von Frau Niemann-Lübeck.)

**Herstellung der Kochkiste:** In eine Kiste mit genau schließendem Deckel, deren Größe sich nach der Zahl der Töpfe richtet, die man darin unterbringen will, stellt man geradwändige — nicht bauchige — emaillierte Kochtöpfe von ungefähr 18 cm Höhe und 14 cm Durchmesser, welche starke Drahthenkel und einfassende festschließende Deckel haben. Die Zwischenräume werden sehr fest mit Heu oder Papier, besser mit Holzwohle ausgestopft, und dieses

wird mit einer Keule so fest wie möglich gestampft. Ist die Kiste ganz damit gefüllt, werden die Töpfe sehr vorsichtig herausgehoben, damit die röhrenartigen Öffnungen für die Kochtöpfe bleiben; die obere Fläche wird fest mit Wachstuch bepannt, in welches für die Kochtöpfe runde Öffnungen in kleinen Spitzen ausgeschnitten werden oder sie wird mit einem Holzbrett belegt, um vorkommende Flecke abwaschen zu können. Um die Töpfe zu bedecken und den leeren Raum vollständig auszufüllen, wird ein Kissen mit waschbarem Bezug, mit Holzwohle, Watte- oder Federfüllung angefertigt. Wenn die Kiste nicht benutzt wird, muß sie immer offen stehen.

**Kochofen:** 1. Kocht man mit Briketts, so kann man, wenn der Kochofen nicht im Schlafraum steht, ein Brikett in Papier wickeln, das selbst abends auf die verglimmende Glut legen, die Ofenzüge zumachen und man wird am Morgen das verglühte Brikett finden, genügende Hitze für das Einstellen des Kochtopfes in den Bratofen des Kochofens. 2. Man kann Nahrungsmittel vor ihrer Bereitung in Wasser aufquellen, Hülsenfrüchte, Backobst, Speck, Schwarten, Grützen, Reis, Graupen, sie werden größer und verschlucken mehr Wasser wie frische Nahrungsmittel, daher brauchen sie mehr Zeit zu ihrer Bereitung. 3. Man kann frische Nahrungsmittel schnell bereiten, indem man sie auf hellem Feuer hintereinander weich kocht, aber nicht stundenlang schmoren läßt. 4. Schmoren kann man Fleisch und Gemüse, wenn man sie in Fett anbratet, dann die Zutaten daran gibt, auch die Menge der Flüssigkeit, die zur Tunke gebraucht wird, und sie dann nach Nr. 1 behandelt, da sie zum Weichwerden Zeit, aber keine Hitze gebrauchen, welche sie nur hart machen würde. 5. Braten kann man ohne Fett oder in heißem Fett: „Wann ist das Fett heiß, um es zum Braten verwenden zu können?“ a) Wenn es in der Pfanne aufhört Geräusche auszustößen, dann ist alle den Fetten anhängende Flüssigkeit verdampft und es besteht keine Gefahr mehr, daß die Dinge, die gebraten werden sollen, kochen und nicht braun werden. b) Das Fett muß nicht nur still sein, es muß auch leichten Dampf zeigen. Man legt die zu bratenden Stücke in das Fett, aber nur nach und nach, denn sonst kühlt sich das Fett ab und die Stücke kochen statt zu braten. Man kann nur bei größerer Hitze als kochendes Wasser hat, braten und backen. Solange sich noch Feuchtigkeit in heißem Fett befindet, ist braten unmöglich und gebratene Speisen misbraten. Der Sinn des Einwälzens von Nahrungsmitteln ist, sie so trocken wie möglich in das heiße Fett zu bringen. Es ist deshalb auch falsch, die Backstücke lange vor dem Braten einzuwälzen, weil die Panade aufweicht. Das Braten ohne Fett geschieht in heißer Pfanne auf dem Ofen oder auf dem Rost im Ofen ohne Fettzutut.

Vorhandene Vorräte sollen sparsam verbraucht werden. Es ist aber falsch, sie deshalb nicht zu brauchen, weil sie nicht im Register der jetzt zum Verbrauch empfohlenen Nahrungsmittel stehen — sie ersetzen diese und sparen die, auf die es im großen ankommt. Man soll sie aber nicht verschwenden und überflüssig verbrauchen.

Die Rezepte gelten für eine Mahlzeit von Suppe und Gemüse. Sollten sie ausschließliche Mahlzeit ergeben, sind als Grundlage für die Mengenverhältnisse folgende Zahlen anzunehmen:

Für 1 Person:

- 1/4 Pfund Fleisch mit Knochen
- 80—100 g Fleisch ohne Knochen.

Suppen:		Breie:
30 g Getreideprodukte		75 g Getreideprodukte
1/4 Pfund Gemüse		1 1/2 Pfund Gemüse
1/2 Liter Wasser.		1 1/2 Liter Wasser.

Zusammengekochte Gerichte (für 4 Personen):

2 Pfund Gemüse } einzeln gekocht ebenso.

2 Pfund Kartoffeln }

Bei nur Kartoffelgerichten 4 Pfund Kartoffeln.

### C. Suppen.

Die Rezepte sind durchweg für 4 Personen berechnet. Bei Eßlöffel oder Teelöffel ist ein gestrichener Löffel angenommen.

#### 1. Apfelsuppe.

- |                    |  |                          |
|--------------------|--|--------------------------|
| 1 Pfund Apfel      |  | 1 Stückchen Zimt         |
| 1 1/4 Liter Wasser |  | 1 Eßlöffel Kartoffelmehl |
| 1/8 Pfund Zucker   |  | Apfelsinenschalen.       |

Die Äpfel werden sauber abgerieben, die Blüten ausgestochen, mit der Schale in Sechzehntel geschnitten und gleich in das Kochwasser getan. Der Topf muß gut emailliert sein und sich leicht erwärmen lassen. Die gekochten Äpfel streicht man durch ein Sieb. Man vermehrt die Masse durch das nötige Wasser, bringt

sie mit Zucker und Zimt zum Kochen und rührt das mit 2 Eßlöffel kaltem Wasser verquirlte Kartoffelmehl dazu.

Sämtliche Fruchtuppen werden nach gleichem Grundsatz wie die Apfelsuppe hergestellt, das heißt also: es wird durch Aufkochen von Wasser und Früchten ein Fruchtbrei hergestellt, welcher durchgeschlagen, gesüßt, gewürzt, verdünnt, mit Kartoffelmehl aufgekocht, wenn nötig mit Säure abgeschmeckt, die Suppe liefert. Alle getrockneten Früchte sind ebenfalls zu Fruchtuppen zu brauchen, doch müssen sie eine Nacht in kaltem Wasser aufgewollt und die Kerne zerstoßen werden.

#### 2. Bettelmannsuppe. Bereitung: 3 1/2 Stunden.

- |                                      |  |  |
|--------------------------------------|--|--|
| 400 g Rindfleisch in kleinen Würfeln |  | 100 g Graupen oder 40 g Kartoffelflocken |
| 40 g Suppengrün in Würfeln           |  | 12 g Salz                                |
| 125 g Kartoffeln in Würfeln          |  | 2 Liter Wasser.                          |

Das vorbereitete Suppengrün und die Kartoffeln werden heiß überbrüht in einen irdenen Topf getan, das schnell gewaschene Fleisch wird darüber gelegt, die abgequirlten Graupen, Salz und kaltes Wasser kommen dazu, der Topf wird fest zugedeckt und die Suppe 3 Stunden langsam gekocht und angerichtet.

#### 3. Bieruppe mit Grieß.

- |                         |  |                            |
|-------------------------|--|----------------------------|
| 2 Eßlöffel Mehl         |  | 1 gestoßene Nessel         |
| 1 Eßlöffel Fett         |  | 1 Teelöffel Zitronenzucker |
| 1 1/2 Flaschen Weißbier |  | 4 Eßlöffel Zucker          |
| 1 Prise Salz            |  | 1/8 Liter Wasser           |
| 1 Stückchen Zimt        |  | 3 Eßlöffel Grieß.          |

Man verrührt Mehl und Fett zu einer hellen Mehlschwitze, füllt das Bier dazu und kocht mit Salz, Gewürz, Zitronenzucker und Zucker eine dünnflüssige Suppe, quirlt den Grieß hinein, läßt ihn unter häufigem Umrühren 10 Minuten in der Suppe ausquellen und richtet die Suppe an.

#### 4. Brotsuppe mit Apfelabfällen.

- |                                    |  |                        |
|------------------------------------|--|------------------------|
| Apfelschalen und -abfälle          |  | 1 Stück Zitronenschale |
| 2 Liter Wasser                     |  | 1 Stück Zimt           |
| 1/4 Pfund trockene Roggenbrotreste |  | 8 Eßlöffel Zucker.     |

Die gewaschenen Apfelschalen und Kernhäuser werden mit dem Wasser, Brot, Zitronenschale und Zimt langsam 1 1/2 Stunde gekocht, durch ein Sieb geschlagen und mit Zucker gesüßt.



### 5. Brühe (1 Liter).

- |                        |                      |
|------------------------|----------------------|
| 1 Pfund Knochenfleisch | 1 geriebene Mohrrübe |
| 1 Zwiebel              | 1 1/4 Liter Wasser.  |
| 1/2 Eßlöffel Salz      |                      |

Man wäscht die Knochen, welche immer kleingeschlagen werden müssen, und setzt sie mit den Zutaten zuge deckt auf, läßt sie sehr langsam, am besten im Selbstkocher, 3—4 Stunden kochen und verwendet sie, durch ein Sieb gegossen, beliebig.

### 6. Buttermilchsuppe.

- |                                    |                                  |
|------------------------------------|----------------------------------|
| 1 1/2 Liter Buttermilch            | 1 Teelöffel Anisamen oder Kümmel |
| 1/4 Pfund trockene Roggenbrotreste | 1/2 Teelöffel Salz               |
| 1/8 Liter Sirup                    | 2 Eßlöffel Mehl.                 |

Das Brot wird in Wasser erweicht, das Wasser abgegossen, das Brot wird durch ein Sieb gerührt und mit den übrigen Zutaten verrührt und langsam zum Kochen gebracht. — Man kann auch statt des Brotes 80 g Roggenmehl dazu verwenden, welches man mit der Buttermilch verquirlt.

### 7. Gemüsemilchsuppe.

- |   |                                  |
|---|----------------------------------|
| 3/8 Liter Gemüse aller Art oder 40 g getrocknetes | 2 Eßlöffel Fett oder Speckwürfel |
| 4 Eßlöffel Kartoffelstücken                       | 1 Eßlöffel Salz                  |
| 3 Eßlöffel Graupen                                | 1 Liter Milch                    |
|   | 1 Teelöffel gewiegte Petersilie. |

Das Gemüse wird gepuzt und in Würfel oder Stücken geschnitten; die Graupen werden abgebrüht, die Gemüse überbrüht. In einem irdenen Topfe schwitz man unter Umrühren Graupen, Kartoffelstücken und Gemüse in dem Fett durch, gießt Wasser hinzu, tut Salz daran und kocht alles weich; dann füllt man nach und nach die Milch zu und streut zuletzt Petersilie in die mit Salz abgeschmeckte Suppe. Man kann die Milch auch durch Wasser oder Brühje ersetzen.

### 8. Gemüsesuppe.

- |   |                           |
|---|---------------------------|
| 1 1/2 Pfund verschiedene gepuzte Gemüse oder Gemüsereste oder 60 g Dörre gemüße | 1/2 Eßlöffel Fett         |
|   | 2 Liter Wasser            |
|   | 2 Teelöffel Kartoffelmehl |
|   | 1/2 Eßlöffel Salz.        |

Die Gemüse werden in Fett angechwitzt, mit Wasser weich gekocht, durch ein Sieb gerieben und die Masse mit dem in

kaltem Wasser angerührten Kartoffelmehl bis zum Kochen geschlagen und mit Salz abgeschmeckt, oder man bindet die Suppe undurchgerieben mit dem Kartoffelmehl.

### 9. Gurkensuppe.

- |  |                    |
|--|--------------------|
| 1 kleine oder eine halbe große Salzgurke | 1 1/2 Liter Wasser |
| 1 Eßlöffel Fett                          | 1—2 Eßlöffel Essig |
| 4 Eßlöffel Mehl                          | 1 Eßlöffel Salz.   |

Fett und Mehl werden geschwitz und das Wasser langsam dazugegossen. Wenn die Suppe gekocht hat, wird die in kleine Würfel geschnittene Gurke hineingetan, Salz und Essig an die Suppe gegeben und abgeschmeckt.

### 10. Kaninchensuppe.

- |  |                            |
|--|----------------------------|
| Kopf und die dünnen Rippen vom Kaninchen | 4 Eßlöffel Mehl            |
| 1 1/2 Eßlöffel Fett                      | 1 Maggt-Gemüsejuppenwürfel |
| 1 Zwiebel in Scheiben                    | 1 1/2 Liter Wasser         |
|  | 1 Prise Salz.              |

Kopf und Rippen werden kleingeschlagen, gewaschen, abgetrocknet und im Fett gelb angebraten, dann fügt man Zwiebeln hinzu. Sobald diese weich sind, kommt Mehl dazu, welches gehörig durchschwizen muß, dann gießt man den in Wasser aufgelösten Suppenwürfel darauf, deckt den Topf zu, läßt die Suppe 2 Stunden kochen, gießt sie durch ein Sieb und schmeckt sie mit Salz ab. (Gericht für Selbstkocher.)

### 11. Kartoffelsuppe mit Fleisch.

- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| 1/2 Pfund Rindfleisch                              | 1/2 Eßlöffel Salz              |
| 2 Pfund Kartoffeln oder 1/2 Pfund Kartoffelstücken | 1 Prise Pfeffer                |
| 1/4 Pfund Gemüse                                   | 1 Eßlöffel gewiegte Petersilie |
|  | 1 Liter Wasser.                |

Das Rindfleisch wird in mundrechte Würfel geschnitten, gewaschen und in einen irdenen Topf getan. Die Kartoffeln und beliebiges Gemüse (Rüben, Porree, Kohl, Sellerie), zerschnitten, werden mit kochendem Wasser überbrüht. Mit einem Schaumlöffel füllt man alles zum Fleisch, streut Salz darauf und gießt Wasser dazu. Dann deckt man den Topf recht fest zu; nach 2 1/2 stündigem langsamen Kochen, mit 1/2 Teelöffel Petersilie oder Majoran und Pfeffer gemischt, richtet man die Suppe an. (Gericht für Selbstkocher.)

### 12. Milchsuppe.

- |                                       |                           |
|---------------------------------------|---------------------------|
| 2 Liter Milch                         | 3 Eßlöffel Zucker         |
| 1 Stückchen Zimt oder Apfelsinenrinne | 1 Prise Salz              |
|                                       | 4 Eßlöffel Kartoffelmehl. |

1 Liter Milch wird mit dem Zimt aufgekocht; Zucker und Salz werden dazugefügt;  $\frac{1}{4}$  Liter kalte Milch, mit Kartoffelmehl verrührt, wird dazugegossen und die Suppe 10 Minuten gekocht.

Ferner nimmt man als Einlage statt Kartoffelmehl: 3 Puppen Fadennudeln oder  $\frac{1}{8}$  Pfund (knapp) Grieß oder Kartoffelago oder Reis oder Buchweizengrübe oder Einlauf. Zu Einlauf wird  $\frac{1}{8}$  Liter Milch mit  $\frac{1}{2}$  Teelöffel Salz verrührt und mit 5 Eßlöffel Mehl und 5 g Backpulver ver schlagen. Dann gießt man den Teig sofort durch ein groblöchriges Sieb in die kochende Suppe, die man aufkochen läßt.

Schokoladen Suppe wird von  $1\frac{1}{4}$  Liter Magermilch,  $\frac{1}{4}$  Pfund Schokolade und 1 Eßlöffel Kartoffelmehl bereitet, indem man alles aufkocht.

### 13. Mohrrübensuppe.

- |                               |                                   |
|-------------------------------|-----------------------------------|
| $\frac{1}{2}$ Pfund Mohrrüben | $1\frac{1}{2}$ Liter Knochenbrühe |
| 5 Eßlöffel Kartoffelflocken   | 1 Eßlöffel Suppenfett             |
| 1 Eßlöffel Zwiebeln           | Salz nach Geschmack.              |
| 1 Zweig Petersilie            |                                   |

Die gepuhten, gewaschenen Mohrrüben und die Kartoffelflocken werden mit Zwiebeln, Petersilie und Fett geschwitzigt und mit Brühe weich gekocht; die Suppe wird durch ein feines Sieb gerieben, heiß gerührt und mit Salz abgeschmeckt.

### 14. Morgensuppe von Roggenmehl oder Haferflocken.

- |                                   |                   |
|-----------------------------------|-------------------|
| 10 Eßlöffel Mehl oder Flocken     | 1 Prise Salz      |
| $\frac{1}{2}$ Liter heißes Wasser | 2 Eßlöffel Zucker |
|                                   | 1 Liter Milch.    |

Das Mehl wird im irdenen Topf mit wenig Wasser aufgesetzt, das übrige Wasser wird langsam dazugerührt und noch 20 Minuten gekocht; dann wird der Brei mit Salz und Zucker abgeschmeckt und kalte Milch nach Belieben hinzugegossen oder damit verköst.

### 15. Rotebeetsuppe.

- |                                 |                                 |
|---------------------------------|---------------------------------|
| $\frac{1}{4}$ Pfund Rindfleisch | $\frac{1}{8}$ Liter saure Milch |
| 1 Pfund rote Rüben              | 4 Eßlöffel Roggenmehl           |
| 3 Eßlöffel Suppengemüse         | Salz, Pfeffer.                  |
| $1\frac{1}{2}$ Liter Wasser     |                                 |

Die roten Rüben werden geschält, in Streifen geschnitten, das Suppengemüse ebenfalls und mit dem Fleisch in das kochende Wasser gegeben, Salz hinzugefügt und das Ganze  $1\frac{1}{2}$  Stunden gekocht, dann wird saure Milch und Mehl ausgequirlt und zu der Suppe gegeben. Sehr gut schmeckt es, wenn  $\frac{1}{2}$  Pfund Weißkohl in Streifen geschnitten in der Suppe mitgekocht wird.

### 16. Schokoladen Suppe siehe Milchsuppe.

### 17. Schrotbrot Suppe oder Roggenbrot Suppe.

- |   |                            |
|---|----------------------------|
| $\frac{1}{4}$ Pfund Brot                              | 1 Teelöffel Kümmel         |
| $1\frac{1}{2}$ Liter Wasser oder Bier oder Magermilch | 1 Eßlöffel Salz            |
|   | 1 Teelöffel Kartoffelmehl. |

Das Brot wird mit  $\frac{1}{2}$  Liter kaltem Wasser erweicht, mit der übrigen Flüssigkeit, Kümmel und Salz aufgekocht und mit dem in 1 Eßlöffel Wasser gelösten Kartoffelmehl glatt gerührt und aufgekocht. Man kann statt Kümmel  $1\frac{1}{2}$  Eßlöffel Zucker oder Sirup nehmen und eine Nette mitkochen.

### 18. Wassersuppe mit Graupen, Grieß, Kartoffelmehl, Mehl, Reis, Buchweizengrübe.

- |                             |  |
|-----------------------------|--|
| 1 Liter Wasser              | 1 Stückchen Zimt   |
| 1 Prise Salz                | 3 Eßlöffel Grieß oder 2 Eßlöffel Graupen, Kartoffelmehl, Mehl oder Reis. |
| 3 Eßlöffel Zucker           |  |
| $\frac{1}{2}$ Eßlöffel Fett |  |

Graupen, Grieß und Reis werden in kaltem Wasser sauber abgequirlt. 1 Liter Wasser wird mit Salz, Zucker, Fett und Zimt aufgekocht; die Einlage wird dazugesüttet und unter häufigem Rühren in der heißen Flüssigkeit gar gekocht. Mit 1 Eßlöffel gelöster Nährhefe wird die Wassersuppe nahrhaft.

## D. Gemüse- und Kartoffelgerichte.

### 19. Brühreis.

- |                               |                           |
|-------------------------------|---------------------------|
| $\frac{1}{2}$ Pfund Reis      | 1 Stück Sellerie          |
| 2 Eßlöffel Fett von der Brühe | $\frac{3}{4}$ Liter Brühe |
| 1 Zwiebel                     | 1 Prise Salz.             |

Fett von der Brühe wird mit der Zwiebel und Sellerie aufgelegt, der abgebrühte Reis damit durchgeschwitzigt, wenn er bratet die Brühe langsam dazugegossen, zugedeckt und der

Reis unter öfterem Schütteln des Topfes ausgequollen. Ist der Reis gar, so wird er mit Salz abgeschwenkt, durchgeschüttelt und, falls er sehr mehlsreich ist, etwas heiße Brühe nachgegossen. (Gericht für Selbstkocher.)

### 20. Buttermilchkartoffeln.

3 Pfund geschälte Kartoffeln	$\frac{3}{4}$ Liter Buttermilch
$1\frac{1}{2}$ Liter Wasser	1 Eßlöffel Schmalz
1 Eßlöffel Salz	1 Eßlöffel Zwiebelwürfel.

Die Kartoffeln werden in Salzwasser gar gekocht, abgegossen, zerstampft, mit Buttermilch heiß gerührt, angerichtet und mit in Schmalz gebratenen Zwiebelwürfeln überfüllt. Auch mit Magermilch zu bereiten, dann länger mit dem Quirl zu schlagen.

### 21. Graupengemüse.

120 g Graupen (Kälberzahn)	$1\frac{1}{4}$ Liter Wasser
2 Eßlöffel Rindertalg	1 Eßlöffel Salz
6 Eßlöffel Selleriewürfel	1 Pfund Kartoffeln in Stücken
4 Eßlöffel Porree geschnitten	1 Eßlöffel Nährhese.
1 geriebene Mohrrübe	

Die Graupen werden in einem irdenen Topf mit kaltem Wasser zum Kochen gebracht und abgegossen. Den Rindertalg hackt man klein und schmilzt die Graupen und Gemüsezutaten  $\frac{1}{2}$  Stunde damit durch, füllt Wasser und Salz darauf und läßt sie damit 3 Stunden langsam kochen, was im Selbstkocher geschehen kann. Man mischt die Graupen mit den gar gekochten abgepellten Kartoffeln und als Fleischersatz mit der gelösten Nährhese und kocht das Gericht auf.

### 22. Graupen mit Pflaumen.

Das obige Gericht ohne Gemüse und Kartoffeln mit  $\frac{1}{2}$  Pfund Backpflaumen mit 5 Eßlöffel Zucker gekocht.

### 23. Grünkohl.

2 Pfund Kohlblätter	1 Teelöffel Zucker
$2\frac{1}{2}$ Eßlöffel Schmalz	3 Eßlöffel Hafer- oder Buchweizengrütze
2 Eßlöffel Salz	1 Gewürzkorn
3 Liter Wasser	1 Teelöffel Salz.
1 Eßlöffel Zwiebelwürfel	
$\frac{3}{8}$ Liter Brühe	

Der Kohl wird von den großen Blattrippen befreit und gewaschen. Mit kochendem Wasser überbrüht, abgegossen, mit kaltem

Wasser übergossen und leicht zerhackt; viele lieben ihn auch ungehackt. Die Zwiebeln werden in dem erhitzten Fett weich geschwitzt, der Kohl hineingetan, die kochende Brühe aufgefüllt, Gewürz, Hafergrütze, Salz und Zucker dazwischen gestreut, der Kohl umgeschwenkt, Brühe nachgegossen und das Gemüse zugedeckt langsam 2 Stunden gar geschmort.

### 24. Kartoffelbrei (Müßkartoffeln).

2 Pfund rohe geschälte Kartoffeln	1 Eßlöffel Fett
$\frac{3}{4}$ Liter Magermilch	1 Prise Salz.

Nachdem die Kartoffeln in Wasser weich gekocht, abgedünstet und durch ein Sieb oder durch eine Kartoffelpresse in einen irdenen Topf gedrückt sind, gießt man schnell  $\frac{1}{8}$  Liter heiße Milch hinzu und verrührt sie genau mit dem Brei; hierauf setzt man den Topf auf den heißen Herd und schlägt die Masse unter langsamem Hinzufügen der übrigen Milch mit dem Schneebesen oder Holzquirl, bis sie aufgegogen ist, schlägt das Fett hinein, schmeckt mit Salz ab und richtet den Brei sofort an. Man kann eine fein geschnittene, in Fett gebratene Zwiebel darüber tun. Sind die Kartoffeln sehr mehlsreich, so braucht man mehr Milch; ebenso wenn sie gestanden haben und von neuem erhitzt werden müssen.

### 25. Kartoffelklöße (a).

2 Pfund in der Schale gekochte, geriebene Kartoffeln	40 g gewürfeltes in 2 Eßlöffel Fett gebratenes Brot
1 Ei oder 3 Etweiß	8 Eßlöffel Mehl
$2\frac{1}{2}$ Eßlöffel Abfüllfett	4 Eßlöffel Salz
2 Eßlöffel Salz	4 Liter Wasser.

Die Kartoffeln (übrig gebliebene geschälte Kartoffeln werden durch die Reibemaschine getrieben) werden mit dem zuvor zerquirlten Ei oder Etweiß, Fett und Salz verrührt, gebratene Brotwürfel und 8 Eßlöffel Mehl hinzugefügt; das Ganze wird genau vermischt; hierauf formt man mit bemehlten Händen gleichmäßige Klöße ohne Ritze, rollt sie in Mehl und kocht sie im offenen Topf 15 Minuten in Salzwasser. Man legt sie dann zum Abtropfen auf einen Durchschlag und richtet sie recht heiß in Backofen oder mit Mussoße an.

### 26. Kartoffelklöße (b) von rohen Kartoffeln.

2 Pfund Kartoffeln	8 Eßlöffel Grieß
40 g in Würfel geschnittenes Brot	$\frac{1}{4}$ Liter Milch
2 Eßlöffel Fett	1 Eßlöffel Salz
	Salzwasser zum Abkochen.

Man reibt die geschälten Kartoffeln roh; man bratet die Brotwürfel braun, dann drückt man das Wasser von den geriebenen Kartoffeln ab, bereitet einen steifen Brei von Grieß, Milch, Kartoffelwasser, Salz und vermischt ihn heiß mit Kartoffelbrei und Brotwürfel, formt mit Grieß runde Klöße, läßt diese 1/2 Stunde in kochendem Salzwasser kochen, bis sie an der Oberfläche schwimmen, und richtet sie mit Mussoße oder Speckstippe an.

**27. Kartoffeln, saure, mit Lunge.**

- |   |                       |
|---|-----------------------|
| 1/2 Pfund Lunge                           | 1/2 Vorbeerblatt      |
| 3 Pfund gepellte Kartoffeln<br>in Stücken | 1 Eßlöffel Salz       |
| 2 Gewürzkörner                            | 1 Eßlöffel Mehl       |
| 3 Pfefferkörner                           | 2 1/2 Eßlöffel Zucker |
|   | 2 Eßlöffel Essig.     |

Die Lunge wird in 1 Liter Wasser mit Gewürzen und Salz gar gekocht. Die Kartoffeln werden in der Brühe mit Zucker und Essig durchgekocht, die in kleine Würfel geschnittene Lunge dazu getan und das Gericht offen eingedickt.

**28. Kartoffeln und Apfel.**

- |                              |                               |
|------------------------------|-------------------------------|
| 2 Pfund geschälte Kartoffeln | 2 Eßlöffel magere Speckwürfel |
| 1 Pfund geschälte Äpfel      | 1 Eßlöffel Fett               |
| 2 Liter Wasser               | 4 Eßlöffel Essig              |
| 3 Eßlöffel Salz              | 1 Eßlöffel Zwiebelwürfel.     |
| 5 Eßlöffel Zucker            |                               |

Kartoffeln und Äpfel werden in Stücke geschnitten und im Wasser, dem man Salz und Zucker zusetzt, gar gekocht. Speckwürfel bratet man in Fett zu guter Farbe, fügt Zwiebelwürfel hinzu, und wenn diese gelb sind, gießt man das Fett und Essig zum Gericht, schmeckt es auf Säure, Süße und Salz ab und überstreut es angerichtet mit den Speck- und Zwiebelwürfeln. Statt mit Äpfeln auch mit Birnen, Pflaumen oder Kürbis zu bereiten.

**29. Kartoffeln, saure.**

- |  |  |
|--|--|
| 2 Pfund gekochte, abgezogene<br>Kartoffeln | 4 Eßlöffel Mehl  |
| 1/8 Pfund kleingewürfelte<br>Speck         | 3/4 Liter braune Brühe oder<br>Speckbrühe, auch Wasser |
| 2 Eßlöffel feingewiegte<br>Zwiebeln        | Essig nach Geschmack                                   |
|  | 1 gestoßenes Gewürzkorn                                |
|  | Salz nach Geschmack.                                   |

Die Kartoffeln werden in Scheiben geschnitten, mit Specksoße, die aus den obigen Zutaten gekocht, erhitzt. Die Speckwürfel werden, bevor das Mehl in das Fett gerührt wird, herausgenommen, warmgestellt und beim Anrichten übergestreut.

**30. Kartoffelpuffer.**

- |  |                         |
|--|-------------------------|
| 4 Pfund rohe geriebene Kar-<br>toffeln | 1 Knapper Eßlöffel Salz |
| 1/2 Eßlöffel Kartoffelmehl             | Fett.                   |

Die geriebenen Kartoffeln vermischt man schnell mit Kartoffelmehl und Salz und backt sie löffelweise, flach gedrückt, in heißem Fett, am besten in Schmalz. Man kann etwas Backpulver und 2 Eßlöffel Wasser hinzufügen.

**31. Kohlrübe nach der Art von Teltower Rüben zu kochen.**

- |                     |                           |
|---------------------|---------------------------|
| 2 Pfund Rüben       | 1 Eßlöffel Zucker         |
| 2 Liter Wasser      | 1 1/2 Eßlöffel Mehl       |
| 1 Eßlöffel Salz     | 3/8 Liter Brühe           |
| 1 Prise Natron      | 1 Prise Pfeffer und Salz. |
| 2 1/2 Eßlöffel Fett |                           |

Fett und Zucker werden hellbraun geschwitzt, das Mehl dazu gerührt, die Brühe aufgefüllt; die geputzten, in Wasser, Salz und Natron abgewellten Rüben werden in die durch ein Sieb gegossene Soße gelegt, zugedeckt weich gekocht, kurz eingeschmort, mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt und angerichtet, oder man bratet die rohen Rüben im Fett unter Rühren braun, zuckert sie, tut Mehl und Brühe hinzu und läßt sie weich und kurz einkochen.

**32. Makkaroni.**

- |                     |                  |
|---------------------|------------------|
| 300 g Makkaroni     | 1 Prise Pfeffer  |
| 3 Liter Wasser      | 2 Teelöffel Salz |
| 1 Eßlöffel Salz     | 4 Eßlöffel Fett. |
| 1 Zwiebel, 2 Nelken |                  |

Die Makkaroni zerbricht man in nicht zu kleine Stücke, wäscht sie, wirft sie in siedendes Wasser, tut Salz, eine mit Nelken besetzte Zwiebel hinzu und läßt sie weich kochen. Dann schüttet man sie zum Ablaufen auf ein Sieb, dämpft sie mit Pfeffer, Salz und Fett noch 5 Minuten und richtet sie an. Man kann Makkaroni mit 1/8 Liter Brühe übergießen, damit aufkochen und mit geriebenem Käse überieben.

**33. Milchreis.**

- |                    |  |
|--------------------|--|
| 1/2 Pfund Reis     | 1 Stückchen Zimt oder<br>Zitronentwale       |
| 1/2 Eßlöffel Fett  |  |
| 1 Eßlöffel Mehl    | 5 Eßlöffel Zucker und Zimt<br>zum Bestreuen. |
| 1 Prise Salz       |  |
| 1 Liter Magermilch |  |

Der Reis wird warm gewaschen und mit kaltem Wasser zum Kochen gebracht, abgeseigt und mit Fett, Mehl und Salz angeseigt, mit Milch unter Schütteln mit dem Gewürz gar ausgequollen und mit Beigabe von Zucker und Zimt angerichtet. Man kann Reste in kalt ausgespülte Tassenköpfe füllen und erkaltet, angeseigt mit Wasser aufgekochter Obstmarmelade begießen (1/8 Pfd. mit 1/2 Liter Wasser mit etwas Kartoffelmehl bündig gemacht).

### 34. Mohrrüben, Bohnen und Kartoffeln.

3/4 Pfund Mohrrüben (50 g getrocknete)	1 Eßlöffel Salz
3/4 Pfund Brehbohnen (50 g getrocknete)	2 Eßlöffel Fett
3/4 Pfund gepellte Kartoffeln in Stücken	1 Eßlöffel magere Speckwürfel
1 Liter Wasser	2 Eßlöffel Essig
	3 Eßlöffel Zucker
	1/2 Eßlöffel Salz
	1 Prise Pfeffer.

Die gepuzten Mohrrüben werden in kleine Würfel geschnitten, gewaschen, mit 1/2 Liter kochendem Salzwasser, dem Fett und den abgezogenen, in kleine Stücke getellten, abgebrühten Brehbohnen (oder getrocknetem Gemüse) zusammen weich gekocht. Die in 1/2 Liter Salzwasser abgekochten abgepellten Kartoffelstücke werden darunter gemengt und der Speck, mit dem man nach Belieben 1 Teelöffel Zwiebeln gebraten hat, dazu getan, mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abgeschmeckt und, mit heißgestellten Speckgrieben überstreut, angerichtet.

### 35. Reis mit Äpfeln oder Pflaumen oder Kürbis.

1/2 Pfund Reis	1 Prise Salz
1 Eßlöffel Fett	2 Eßlöffel Essig
1 Eßlöffel Mehl	1 Pfund Äpfel oder 1/4 Pfund Baeppflaumen.
3/4 Liter Wasser	
3 1/2 Eßlöffel Zucker	

Der Reis wird kalt aufgesetzt, abgeseigt, dann mit Fett und Mehl durchgeseigt, mit Wasser, Zucker und Salz langsam ausgequollen; am besten im Selbstkoher. Ist der Reis gar, schmeckt man ihn mit Essig und mit fertiggemachtem Obst ab, was man dazumischt.

### 36. Reis und Sellerie.

6 Eßlöffel Selleriewürfel oder 1/2 Selleriekopf	1 Teelöffel Mehl
2 Eßlöffel Fett	5/8 Pfund Reis
1 Eßlöffel Zwiebeln	1 Liter Wasser
	1 Teelöffel Salz.

In einem Topf, welcher einen festschließenden Deckel hat, wird das erhitzte Fett mit der Zwiebel durchgekocht. Der Reis

wird gewaschen und in dem Fett trocken geseigt, mit dem Mehl überpudert und mit den kleinen Selleriewürfeln (so groß wie weiße Bohnen geschnitten) überstreut und gemischt. Man füllt 1 Liter Wasser, in dem man das Salz auflöste, darauf, schließt den Topf, kocht das Gericht 20 Minuten, wickelt den Topf, unaufgemacht, 5 mal in einzelne Bogen Papier, die fest schließen müssen, und dann in ein wollenes Tuch. In 4 Stunden ist das Gericht gar. Man kann auch einige Kartoffelstücken mit dem Reis aufkochen und darin lassen.

Dasselbe mit Kürbisstücken, mit Apfelstücken oder Apfelpflaumen oder Pflaumen, dann statt Zwiebel und Salz 3 Eßlöffel Zucker und 1/4 Teelöffel Salz.

### 37. Rotkohl (Schmorkohl).

2 Pfund geschnittener Rotkohl	3/16 Liter Essig
2 Eßlöffel rohe geriebene Kartoffeln	1 Eßlöffel Salz
2 1/2 Eßlöffel Schmalz	5 Eßlöffel Zucker.

Das Schmalz wird mit Essig, Salz und Zucker in irdenem Topfe aufgekocht; wenn die Flüssigkeit kocht, tut man den mit Essig gemischten roten Kohl hinein, mischt ihn gut durch und läßt ihn mit den geriebenen Kartoffeln 2 1/2 Stunde langsam schmoren.

### 38. Rotebeetgemüse.

2 Pfund rote Beete	20 g Zucker
1/4 Liter Wasser	10 g Kartoffelmehl
1 Teelöffel Kümmel	30 g fetten Speck
4 bis 8 Eßlöffel Essig	1 kleine Zwiebel.
Salz	

Die Rotebeeten werden in kaltem Wasser sauber gebürstet, in kochendes Wasser geschüttet und gar gekocht, dann geschält und in Würfel geschnitten, diese wieder in den Topf geschüttet, mit 1/4 Liter Wasser übergossen, Zucker und Kümmel daran getan und 10 Minuten gekocht, mit dem verrührten Kartoffelmehl etwas angesäuert und in eine tiefe Schüssel getan. Der in Würfel geschnittene Speck wird ausgebraten, die kleingeschnittene Zwiebel etwas darin gebräunt und das Ganze über das Gemüse gegossen.

### 39. Sahnenkartoffeln.

3 Pfund Pellkartoffeln	1/8 Pfund Zwiebelschalen
1/8 Pfund magere Speckwürfel	3 Eßlöffel Mehl
2 Eßlöffel Fett	1 Liter Milch.

Die Kartoffeln werden in der Schale gekocht, abgepellt und in Scheiben geschnitten. Die Speckwürfel werden in Fett gebraten, die Zwiebeln dazugetan und unter Umrühren so lange geschmort, bis sie weich sind; das Mehl wird hinzugeschüttet, gerührt, bis es Blasen schlägt; die Milch aufgefüllt und so lange unter Rühren gekocht, bis die Tunke die Dichte von guter Sahne hat. Die Kartoffelscheiben kochen darin auf und man schmeckt das Gericht mit Salz ab, wenn der Speck nicht sehr salzig ist. Man kann auch den Speck weglassen.

Mit 1/2 Pfund Quark vermischt ersetzt derselbe Fleisch.

**40. Sauerkohl und Kartoffeln in Wurstbrühe.**

- |                              |                    |
|------------------------------|--------------------|
| 1 Pfund Sauerkohl            | 1 Liter Wurstbrühe |
| 2 Pfund geschälte Kartoffeln | 1 Eßlöffel Essig.  |
- Sauerkohl, Kartoffeln und Wurstbrühe schmoren langsam 1 1/2 Stunden, dann wird das Gericht mit Essig abgeschmeckt.

**41. Spinat.**

- |                                     |                               |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| 4 Pfund Spinat (100 g getrockneter) | 1 Teelöffel geriebene Zwiebel |
| 3 Liter Wasser                      | 10 Eßlöffel Hafergrüze        |
| 10 g Salz                           | 3/4 Liter Brühe               |
| 40 g Fett                           | 1 Prise Pfeffer               |
|                                     | 1/2 Eßlöffel Salz.            |

Man schwiket das Fett mit der Zwiebel und der Hafergrüze durch, die Brühe dazugerührt. Der verlesene, mit Salzwasser übergossene, abgetropfte Spinat wird, wenn die Hafergrüze gar ist, mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt und nicht zu lange gekocht, weil er sonst die Farbe verliert. Man kann Spinat in Blättern oder auch gewiegt kochen.

**42. Wirsingkohl oder Weißkohl.**

- |  |                                  |
|--|----------------------------------|
| 3 Pfund Kohl, nach dem Beputzen gewogen, oder 100 g getrockneter | 1 Eßlöffel geschnittene Zwiebeln |
| 4 Liter Wasser   | 1 Gewürzkorn                     |
| 10 g Salz  | 1/2 Eßlöffel Fett                |
| 2 1/2 Eßlöffel Fett von der Brühe                                | 1 knapper Eßlöffel Mehl          |
|  | 3/8 Liter Brühe                  |
|  | 1 Prise Pfeffer                  |
|  | 5 g Salz.                        |

Der vorbereitete Kohl wird mit kochendem Salzwasser übergossen und mit einem reinen Tuch zu kleinen Walzen gewellt. Fett wird im irdenen Topf erhitzt, die Zwiebeln darin geschmort, Gewürzkorn dazu gelegt; der Kohl wird darauf gepackt, obenauß 10 g Fett gelegt, mit Mehl überzieht, mit Brühe übergossen,

zugedeckt langsam in 2 Stunden gar gedämpft und mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt.

Kocht man Kohl und Rüben mit Fleisch, ist dieses vorher 1/2 bis 1 Stunde anzukochen, ehe man das Gemüse hinzutut, dann spart man Brühe und Fett.

**E. Fleisch- und Fischgerichte.**

**43. Billige Blutwurst.**

- |                                    |   |
|------------------------------------|---|
| 1 Pfund gekochte Schweineschwarten | 1/4 Pfund Zwiebel, in etwas Brühe gedünstet                           |
| 1 Pfund Grieben                    | Salz, Pfeffer, Gewürz, Majoran, Pfefferkraut, Thymian nach Geschmack. |
| 1/2—3/4 Pfund altes Brot           |   |
| 3/4 Liter Brühe                    |   |
| 1 Liter Blut                       |   |

Das Brot wird in der Brühe geweicht und mit den Schwarten, Grieben und der gedünsteten Zwiebel durch die Maschine gegeben, das Blut wird hinzugegossen, alles mit den feingestoßenen Gewürzen gut untermischt und abgeschmeckt. Die Masse wird in Därme gefüllt. Die Würste müssen 3/4 Stunde langsam gar ziehen. Wenn sich die Wurst längere Zeit halten soll, muß sie übergeräuchert werden. Man kann sie in dicke Scheiben schneiden und in heißem Fett braten.

**44. Gefröse.**

- |                  |                                |
|------------------|--------------------------------|
| 1 Gefröse        | 3 Eßlöffel Fett                |
| 10 Eßlöffel Salz | 4 Eßlöffel Mehl                |
| 1 Gewürzkorn     | 1 Eßlöffel gewiegte Petersilie |
| 2 Zwiebeln       | 1 Prise Salz und Pfeffer.      |

Das Gefröse, aus Magen und Metz mit den krausen Gedärmen bestehend und vom frisch geschlachteten Kalb oder Hammel genommen, wird mit heißem Wasser oft übergossen und in kaltem Wasser abgspült, dann, immer von einer Seite anfangend, scharf mit Salz abgerieben und noch 24 Stunden gewässert. Hierauf schneidet man das Gefröse in 4 cm lange Stücke, fügt Gewürzkorn, 1 Zwiebel, Salz und Wasser nach Bedarf dazu und kocht es langsam in 2 bis 3 Stunden weich. Von dem Fett, mit 1 Eßlöffel darin geschwikter Zwiebelwürfel, dem darin gar gemachten Mehl und 3/8 Liter der durchgegossenen Brühe wird eine Soße gekocht, die, durch Zuderfarbe gelb gefärbt, mit Petersilie, Pfeffer und Salz abgeschmeckt wird. Das auf einem Sieb ab-

Die Kartoffeln werden in der Schale gekocht, abgepellet und in Scheiben geschnitten. Die Speckwürfel werden in Fett gebraten, die Zwiebeln dazugesetzt und unter Umrühren so lange geschmort, bis sie weich sind; das Mehl wird hinzugeschüttet, gerührt, bis es Blasen schlägt, die Milch aufgefüllt und so lange unter Rühren gekocht, bis die Tunke die Dichte von guter Sahne hat. Die Kartoffelscheiben kochen darin auf und man schmeckt das Gericht mit Salz ab, wenn der Speck nicht sehr salzig ist. Man kann auch den Speck weglassen.

Mit  $\frac{1}{2}$  Pfund Quark vermischt ersetzt derselbe Fleisch.

#### 40. Sauerkohl und Kartoffeln in Wurstbrühe.

- |                              |                    |
|------------------------------|--------------------|
| 1 Pfund Sauerkohl            | 1 Liter Wurstbrühe |
| 2 Pfund geschälte Kartoffeln | 1 Eßlöffel Essig.  |
- Sauerkohl, Kartoffeln und Wurstbrühe schmoren langsam  $1\frac{1}{2}$  Stunden, dann wird das Gericht mit Essig abgeschmeckt.

#### 41. Spinat.

- |                                     |                               |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| 4 Pfund Spinat (100 g getrockneter) | 1 Teelöffel geriebene Zwiebel |
| 3 Liter Wasser                      | 10 Eßlöffel Hafersgrüne       |
| 10 g Salz                           | $\frac{3}{4}$ Liter Brühe     |
| 40 g Fett                           | 1 Prise Pfeffer               |
|                                     | $\frac{1}{2}$ Eßlöffel Salz.  |

Man schmilzt das Fett mit der Zwiebel und der Hafersgrüne durch, die Brühe dazugerührt. Der verlesene, mit Salzwasser übergossene, abgetropfte Spinat wird, wenn die Hafersgrüne gar ist, mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt und nicht zu lange gekocht, weil er sonst die Farbe verliert. Man kann Spinat in Blättern oder auch gewiegt kochen.

#### 42. Wirsing Kohl oder Weißkohl.

- |  |                                  |
|--|----------------------------------|
| 3 Pfund Kohl, nach dem Beputzen gewogen, oder 100 g getrockneter | 1 Eßlöffel geschnittene Zwiebeln |
| 4 Liter Wasser   | 1 Gewürzkorn                     |
| 10 g Salz  | $\frac{1}{2}$ Eßlöffel Fett      |
| $2\frac{1}{2}$ Eßlöffel Fett von der Brühe                       | 1 knapper Eßlöffel Mehl          |
|  | $\frac{3}{8}$ Liter Brühe        |
|  | 1 Prise Pfeffer                  |
|  | 5 g Salz.                        |

Der vorbereitete Kohl wird mit kochendem Salzwasser übergossen und mit einem reinen Tuch zu kleinen Walzen gerollt. Jetzt wird im irdenen Topf erhitzt, die Zwiebeln darin geschmort, Gewürzkorn dazu gelegt; der Kohl wird darauf gepackt, oben auf 10 g Fett gelegt, mit Mehl übersiebt, mit Brühe übergossen,

zugedeckt langsam in 2 Stunden gar gedämpft und mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt.

Kocht man Kohl und Rüben mit Fleisch, ist dieses vorher  $\frac{1}{2}$  bis 1 Stunde anzukochen, ehe man das Gemüse hinzutut, dann spart man Brühe und Fett.

### E. Fleisch- und Fischgerichte.

#### 43. Billige Blutwurst.

- |  |   |
|--|---|
| 1 Pfund gekochte Schweineschwarten             | $\frac{1}{4}$ Pfund Zwiebel, in etwas Brühe gedünstet |
| 1 Pfund Grieben                                | Salz, Pfeffer, Gewürz,                                |
| $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Pfund altes Brot | Majoran, Pfefferkraut,                                |
| $\frac{3}{4}$ Liter Brühe                      | Thymian nach Geschmack.                               |
| 1 Liter Blut                                   |   |

Das Brot wird in der Brühe geweicht und mit den Schwarten, Grieben und der gedünsteten Zwiebel durch die Maschine gegeben, das Blut wird hinzugegossen, alles mit den feingestoßenen Gewürzen gut untermischt und abgeschmeckt. Die Masse wird in Därme gefüllt. Die Würste müssen  $\frac{3}{4}$  Stunde langsam gar ziehen. Wenn sich die Wurst längere Zeit halten soll, muß sie übergeräuchert werden. Man kann sie in dicke Scheiben schneiden und in heißem Fett braten.

#### 44. Gefröse.

- |                  |                                |
|------------------|--------------------------------|
| 1 Gefröse        | 3 Eßlöffel Fett                |
| 10 Eßlöffel Salz | 4 Eßlöffel Mehl                |
| 1 Gewürzkorn     | 1 Eßlöffel gewiegte Petersilie |
| 2 Zwiebeln       | 1 Prise Salz und Pfeffer.      |

Das Gefröse, aus Magen und Netz mit den krausen Gedärmen bestehend und vom frisch geschlachteten Kalb oder Hammel genommen, wird mit heißem Wasser oft übergossen und in kaltem Wasser abgespült, dann, immer von einer Seite anfangend, scharf mit Salz abgerieben und noch 24 Stunden gewässert. Hierauf schneidet man das Gefröse in 4 cm lange Stücke, fügt Gewürzkorn, 1 Zwiebel, Salz und Wasser nach Bedarf dazu und kocht es langsam in 2 bis 3 Stunden weich. Von dem Fett, mit 1 Eßlöffel darin geschwitzter Zwiebelwürfel, dem darin gar gemachten Mehl und  $\frac{3}{8}$  Liter der durchgeseihten Brühe wird eine Soße gekocht, die, durch Zuckerfarbe gelb gefärbt, mit Petersilie, Pfeffer und Salz abgeschmeckt wird. Das auf einem Sieb ab-

getropfte Gefröse wird in der Soße heißgemacht und angerichtet. (Gericht für Selbstkocher.)

### 45. Grützwurst.

1 1/2 Pfd. mittelgrobe Hafergrütze oder Buchweizengrütze	120 g Zucker
3/4 Pfund gekochte Schweineschwarten oder angeräucherten Rückenspeck	3 knappe Eßlöffel Salz
	1 Teelöffel Nelkenpfeffer
	1/2 Teelöffel Pfeffer
	3/4 bis 1 Liter Schweineblut.

Die Schwarten oder der Speck werden in 1/2 Liter abgekocht. Die Grütze wird abends vor dem Gebrauch mit der Speckbrühe eingeweicht, am folgenden Tage halb gar gekocht, die sehr fein gehackten Schwarten, das durch ein Sieb gegossene Blut und die Gewürze werden gut daruntergemischt. Die Masse wird in Därme gefüllt und 20 bis 30 Minuten sehr langsam gekocht. Die Würste sind gar, wenn nach dem Einstechen kein Blut mehr herausläuft. Man kann die Wurst auch in einem Tuch oder in einer Schüssel, die man in kochendes Wasser stellt, gar machen.

### 46. Kaninchenbraten.

1 Kaninchen	60 g Fett
1 Teelöffel Senf	10 g Kartoffelmehl
30 g Speck	Salz.

Das Kaninchen wird gespickt, gesalzen und mit Senf bestrichen, dann in das gebräunte Fett gelegt, gut begossen und in den Bratofen geschoben. Es brät etwa 3/4 Stunden. Es muß gut begossen und sobald die Flüssigkeit verdampft ist, Wasser nachgegeben werden. Die Soße wird mit Kartoffelmehl sämig gemacht.

### 47. Klops.

3/8 Pfund Rindfleisch	1 Prise Pfeffer
1/2 Pfund fettes Schweinefleisch	1 Liter Wasser
1/2 Pfund gekochte geriebene Kartoffeln oder 65 g Kartoffelflocken	1/2 Eßlöffel Salz
2 Teelöffel Salz	1 Zwiebel
	2 1/2 Eßlöffel Fett
	4 Eßlöffel Mehl
	2 Eßlöffel Essig.

Die in der Schale gekochten und geriebenen Kartoffeln werden mit dem gewiegten Fleisch gut vermischt. Es ist nicht ratsam, gewiegtes Fleisch zu kaufen, weil darin gewöhnlich ein Wasserzusatz das Gewicht erhöht. Man kann lieber zu dem fertigen Gemenge etwas Feuchtigkeit selbst hinzugeben, wenn man die Masse in einem irdenen Topf recht küchtig mit Salz und Pfeffer

durcharbeitet. Dann formt man apfelgroße Klöße davon, die man in kochendem Salzwasser 5 bis 10 Minuten ziehen läßt. Mit geriebener Zwiebel, die man in einem irdenen Topf in dem Fett gelb schwitzt, macht man mit dem Mehl eine helle Mehlschwitze, schäumt das Mehl, fügt man 3/4 Liter Kloßwasser und Essig unter Rühren dazu und läßt die Funke auf 1/2 Liter offen einkochen, legt die Klöße hinein und läßt sie noch einige Minuten ziehen, aber nicht kochen. Liebt man die Klöße gewürziger, kann man 1/4 fein gewiegten Fering oder 1/4 Teelöffel Majoranpulver hinzufügen. Die Soße ist mit Butat von fein gewiegtem Fering in Feringssosse umzuwandeln.

### Zusammengekochte Gerichte.

#### 48. Kartoffeln mit Bratwurst.

1/2 Pfund Bratwurst	1 Eßlöffel Essig
2 Eßlöffel Mehl	1 Eßlöffel Salz
1/2 Eßlöffel Fett	1 Prise Pfeffer
1/4 Liter Wasser	2 Pfund Kartoffeln.

Die Bratwurst wird in Mehl gewälzt, in Fett angebraten, mit Wasser, Essig und Salz 20 Minuten geschmort. Die Kartoffeln werden, nachdem sie gar gekocht und geschält, schichtweise mit der zu Scheibchen geschnittenen Bratwurst in eine Schüssel getan und zusammen heißgestellt und die mit Pfeffer abgeschmeckte Soße darüber gefüllt.

#### 49. Kartoffeln und Schweinefleisch.

2 Pfund gepellte Kartoffeln	1 Prise Pfeffer
1/2 Pfund Schweinebauch	1 Eßlöffel Salz.
1/2 Teelöffel Majoran	

Der Schweinebauch wird roh in Würfel geschnitten und nimmt in einem Schmortopf Farbe. Die gar gekochten Pellkartoffeln schneidet man in nicht zu große Würfel, fügt sie dazu, ebenso Majoran, Salz und 3/4 Liter Wasser und kocht das Gericht, mischt es gut durch und schmeckt es mit Pfeffer ab, nachdem es einkochte.

#### 50. Pichelsteiner.

1/2 Pfund Schweinefleisch oder Rindfleisch	1 mittelgroße Zwiebel
2 1/2 Pfund gepellte Kartoffeln	etwas Petersilengrün
3 mittlere Mohrrüben	5 Eßlöffel Fett oder 100 g Mark
1 Stück Sellerie	1/4 Str. Fleischbrühe oder Wasser
	Salz, Pfeffer, Paprika.



Das Fleisch wird vorbereitet, in Würfel geschnitten, die Kartoffeln in Scheiben, das Suppengrün in feine Würfelchen oder ebenfalls in Scheiben. In einem gut verschließbaren Topf legt oder gießt man das Fett, gibt eine Lage Kartoffeln darauf, dann Fleisch und Suppengrün, Salz und Pfeffer. Man fährt mit dem Einschieben fort und legt als oberste Bedeckung Kartoffeln, gießt Fleischbrühe oder Wasser über und kocht das Pflaster stein stark an, dann wird es bei mäßiger Hitze fertig gedämpft. Öffnen des Tiegels ist zu vermeiden. Kochzeit  $1\frac{1}{2}$  bis 2 Stunden. Für Kochliste  $\frac{1}{4}$  Stunde Ankochzeit, 2 bis 4 Stunden Garzeit.

**51. Sauerkohl mit Eisbein.**

- |   |                               |
|---|-------------------------------|
| $1\frac{1}{2}$ Pfund Sauerkohl                | 2 Eßlöffel Zucker             |
| $\frac{1}{2}$ Pfund geriebene rohe Kartoffeln | 1 Zwiebel                     |
| $\frac{1}{2}$ Pfund Apfel                     | 1 Eßlöffel Essig              |
|   | $1\frac{1}{2}$ Pfund Eisbein. |

Das Eisbein wird gewaschen und 1 Stunde in 1 Liter Wasser gekocht. Alle Zutaten fügt man dazu und schmort alles langsam zusammen in 2 Stunden gar. Man kann die Apfel weglassen.

**52. Weißkohl, gefüllt.**

- |   |                             |
|---|-----------------------------|
| 12 große Weißkohlblätter ( $\frac{1}{2}$ Kopf) oder 80 g getrockneter | 40 g Rinderfett             |
| $\frac{1}{4}$ Pfund Reis  | 1 Zwiebel                   |
|   | 1 Eßlöffel Salz             |
|   | $\frac{1}{2}$ Liter Wasser. |

Die Weißkohlblätter werden in Wasser übergewellt und auf einem Tuch ausgebreitet. Der Reis wird gewaschen, Rinderfett wird gewiegt, ebenso die Zwiebel, beides mit dem Reis vermischt und gefalzen. Auf jedes Kohlblatt legt man einen Löffel der Mischung, wickelt es nicht zu fest zusammen und legt es in den Kochtopf, übergießt das Ganze mit Wasser und kocht es langsam in 2—3 Stunden gar und bei geöffnetem Topf ein (Selbstkocher).

**53. Kohlrollen.**

- |   |                                 |
|---|---------------------------------|
| 1 Kopf Weißkohl   | Zur Soße:                       |
| $\frac{1}{2}$ Pfund gehacktes Fleisch                   | 1 Eßlöffel Fett                 |
| 4 geriebene gekochte Kartoffeln, Salz, Pfeffer, Zwiebel | 2 Eßlöffel Mehl                 |
|   | $\frac{1}{4}$ Liter Kohlwasser. |

Der Kohlkopf wird vorsichtig auseinander genommen, damit die Blätter ganz bleiben, gewaschen und mit Salzwasser weichgerührt, auf ein Tuch zum Abtropfen gelegt. — Das Fleisch wird mit Salz, Pfeffer, feingehackter Zwiebel und geriebenen

Kartoffeln vermischt. Von diesem Teig werden längliche Klöße geformt, in die Kohlblätter eingewickelt. Die Rollwickel werden in Salzwasser 1 Stunde gekocht.

Als Soße wird von Fett und Mehl eine Schwitze hergestellt, die mit Kohlwasser und etwas Milch aufgefüllt, dann durchgekocht und abgeschmeckt wird.

**54. Steck- oder Kohlrüben mit Kartoffeln u. Schweinebauch.**

- |   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 1 Steckrübe oder 100 g getrocknete Steckrüben | $\frac{1}{2}$ Pfund Schweinebauch |
| 2 Pfund Kartoffeln                            | Salz, Pfeffer                     |
|   | 1 Liter Wasser.                   |

Die Steckrübe wird geschält, in Streifen oder Würfel geschnitten, gewaschen, in kochendes Salzwasser geschüttet, mit dem Fleisch, Gewürz und Kartoffeln langsam gar gekocht.

**55. Schwarzwurzeln mit Fleischklößchen und Kartoffeln.**

- |                                       |                           |
|---------------------------------------|---------------------------|
| 1 Pfund Schwarzwurzeln                | 75 g geriebene Kartoffeln |
| 40 g Fett                             | Salz, Pfeffer, Zwiebeln   |
| 30 g Mehl                             | 1 Eßlöffel Essig          |
| $\frac{1}{4}$ Pfund gehacktes Fleisch | 1 Liter Wasser.           |

Die Wurzeln werden geschabt, in Stücke geschnitten und um das Schwarzwerden zu verhüten, gleich in Essigwasser gelegt. 1 Liter Wasser wird zum Kochen gebracht, die Wurzeln mit etwas Salz hineingetan und gar gekocht (zirka 1 Stunde). Inzwischen arbeitet man aus dem Fleisch, Salz, Gewürz und Kartoffeln Fleischklöße, gibt diese zu dem Gemüse und läßt sie darin gar werden, dann nimmt man beides aus der Brühe. Mehl und Fett werden geschwist, mit  $\frac{3}{4}$  Liter der Brühe aufgeossen und gut durchgekocht. Nun legt man die Klöße und Wurzeln wieder in die Soße, läßt sie recht heiß darin werden und gibt sie mit Pellkartoffeln zu Tisch.

Statt Schwarzwurzeln kann man auch Steckrüben, Kohlrabi, Sellerie und Blumentohl nehmen.

**56. Schmorturst.**

- |                               |                            |
|-------------------------------|----------------------------|
| $\frac{3}{4}$ Pfund Bratwurst | 1 kleine Zwiebel           |
| 1 Eßlöffel Fett               | 1 Prise Salz               |
| 2 Eßlöffel Mehl               | $\frac{1}{2}$ Liter Wasser |
| 1 Stück Brotkruste            | 1 Teelöffel Kartoffelmehl. |
| 2 Gewürzkörner                |                            |

Die Bratwurst wird im Fett angebraten, mit Mehl bestäubt, dann mit den angegebenen Zutaten außer Kartoffelmehl in einem Schmortopf mit Wasser  $\frac{3}{4}$  Stunden langsam geschmort. Die

Soße wird mit in Wasser angerührtem Kartoffelmehl verkocht und über die Würst gegossen.

### 57. Schweinefleisch, saures.

1/2 Pfund Schweinekamm	1 Zwiebel in Scheiben
1/2 Liter Wasser	1/2 Eßlöffel Salz
1/8 Liter Essig	1 Gewürzkorn.

Das Fleisch wird in gleichmäßige, 1 1/2 cm dicke Portionsstücke geschlagen und mit Wasser, Essig, Zwiebeln, Gewürz und Salz im irdenen Topf langsam in 1—1 1/2 Stunde weich gedämpft. Entfettet, nach Essig und Salz abgeschmeckt, wird das Fleisch mit der dünnen Brühe angerichtet und Mehlklöße und Backobst dazu gegeben.

Saures Schweinefleisch hält sich lange mit Fettverschluss.

### 58. Schweinefleisch und getrockneter Kohl oder Kohlrabi und Kartoffeln.

3/8 Pfund Schweinebacke	2 Pfund Kartoffeln in
1 1/8 Liter Wasser	Stücken
1 Eßlöffel Salz	1 Eßlöffel Mehl
1/4 Pfund getrockn. Kohl oder Kohlrabi oder Moßrüben	1 Eßlöffel Fett.

Das Fleisch setzt man mit Wasser und Salz auf und läßt es 1/4 Stunde kochen. Das Gemüse wird kalt gewaschen und mit den Kartoffelstücken zu dem Fleisch gegeben, mit dem es gar wird. Mehl und Fett röstet man und kocht das Gericht, wenn alles weich ist, in 2—3 Stunden damit durch. (Gericht für Selbstkocher.)

### 59. Schweinekotelett.

1 Pfund Schweinekotelett (6 Stück)	2 Teelöffel Mehl
1 Teelöffel Pfeffer und Salz	4 Eßlöffel geriebene Brotkrinde
1 Eßlöffel Milch	2 Eßlöffel Schmalz.

Die Koteletts werden geklopft, in gesalzener und gepfeffelter Milch und in mit Mehl gemischtem, geriebenem Brot gewälzt und unter häufigem Wenden im Schmalz gebraten. Man kann statt Kotelett auch Schweineschnittkeilfleisch verwenden.

Raffeler Kotelett, 4 Stück von 3/4 Pfund Raffeler Rippespeer geschnitten, wird ebenso bereitet.

### 60. Speckscheiben zu braten.

3/8 Pfund magerer Speck	4 Eßlöffel geriebene Brotkrinde
3/4 Liter Wasser	1 Teelöffel Salz
1 Eiweiß, 1 Teelöffel Wasser	2 1/2 Eßlöffel Schmalz.
2 Eßlöffel Mehl	

Die 1/2 cm dicken Scheiben Speck werden in 3/4 Liter Wasser gewässert, abgetrocknet und in dem mit Wasser geschlagenen Eiweiß, dann in der Mischung von Mehl, Brot und Salz gewälzt und in dampfendem Fett auf der Pfanne unter Wenden gebraten.

### 61. Bierfisch.

1 1/2 Pfund Fisch	1 Zwiebel
2 Eßlöffel Salz	2 Gewürzkörner
6 Eßlöffel Mehl	2 Eßlöffel Suppengrün
3 Eßlöffel Fett	1 Brotkrinde
1 Flasche Braumbier	3 Eßlöffel Sirup.

Der in Stücke geschnittene, innen und außen gesäuberte Fisch wird schnell gewaschen, getrocknet und eingesalzen. Das Suppengrün wird gepulvt, gewaschen und in kleine Streifen geschnitten, die Zwiebel geschält und in Scheiben geschnitten, die Brotkrinde zerkleinert. Das Mehl wird in das zerlassene Fett geschüttet und gut verrührt. Man füllt das Bier darauf, tut die Zutaten hinzu und läßt alles so lange zugedeckt kochen, bis das Suppengrün weich ist. Die Soße wird mit Sirup und Salz abgeschmeckt und der Fisch in die kochende Soße gelegt, in welcher er langsam gar ziehen muß. Rogen kocht man in kochendem Salzwasser besonders gar und richtet ihn obenauf an. So kocht man Barsch, Bleie, Schellfisch und verschiedene kleine Fische.

### 62. Fischkartoffeln (Labkaus).

3 Pfund Kartoffeln	Salz, Pfeffer
1/4 Liter Brühe oder Wasser	1 Pfund Fisch, auch Klipp- oder Stockfisch
40 g Fett	oder Fleisch, auch Bökelfleisch.
1 Lorbeerblatt	
2 Zwiebeln	

Das gekochte Fleisch oder Fisch wird in kleine Würfel geschnitten, ebenso die Zwiebeln. Die gar gekochten Kartoffeln werden gestampft. Das Fett wird in einen Kochtopf getan, und die Zwiebel und Lorbeerblatt darin geröstet, dann werden die Kartoffeln, Fleisch und Gewürze dazugegeben. Das Gericht wird auf dem Herd noch einmal ordentlich heiß gemacht, mit Salzgurken angerichtet.

### 63. Fisch und Sauerkraut. (Nede Fischart.)

1 1/2 Pfund Fisch	1 Ei
1 1/2 Pfund Sauerkraut	40 g Mehl
1/4 Liter Milch	Salz, 10 g Fett.

Fischfleischreste und Sauerkraut werden in eine mit Fett ausgestrichene Auslaufform eingeschichtet, Milch, Mehl, Salz und Ei wird gut verrührt und darübergegossen. Der Auslauf wird 20 Minuten im Bratofen gelb gebacken oder auf der Stielspanne langsam gebraten.

**64. Fischauflauf von Schalkkartoffeln.** (Jede Fischart.)

- |                        |                        |
|------------------------|------------------------|
| 1½ Pfund Fisch         | 1½ Liter saure Milch   |
| 2 Pfund Pellkartoffeln | 2 Eßlöffel Mehl = 20 g |
| 20 g geriebener Käse   | 20 g Fett.             |

Die Fischfleischreste werden lagenweise mit in der Schale gekochten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln und dem fein-geriebenen Käse in eine gut ausgestrichene Auslaufform eingeschichtet, saure Milch, Salz, Mehl werden verquirlt und darübergegossen. Oben darauf gibt man geriebenen Käse, geriebenes Brot und Fett und backt den Auflauf ½ Stunde.

**65. Fischauflauf mit Blumenkohl.** (Jede Fischart.)

- |                      |                    |
|----------------------|--------------------|
| 1½ Pfund Fisch       | 1 Eigelb           |
| 10 g geriebenen Käse | Salz, Zitronensaft |
| 50 g Fett            | 1 Blumenkohl.      |
| 80 g Mehl            |                    |

Der vorbereitete Fisch wird in Salzwasser gar gekocht, der Blumenkohl ebenfalls. Wenn der Fisch gar ist, wird er enthäutet und entgrätet, der Blumenkohl in Köschen gebrochen und mit dem Fisch in eine gut ausgestrichene Auslaufform geschichtet, die von Fett, Mehl, Blumenkohlwasser, Eigelb, Salz und Zitronensaft gekochte Soße darübergegeben, mit dem Käse und geriebenem Brot bestreut und mit Fett beträufelt. Der Auflauf wird in 20 Minuten schön braun gebacken.

**Anweisung**

**zum Wässern von Klippfisch und Stockfisch.**

Klippfische und Stockfische sind Dauerwaren, die aus frischem Kabeljau durch Trocknung — beim Klippfisch auch durch Salzungen — hergestellt werden. Es sind diejenigen tierischen Nahrungsmittel, die von allen uns zur Verfügung stehenden den größten Eiweißgehalt haben. Ihre häufige Verwendung in der Küche empfiehlt sich überall, zumal sie zu sehr wohl-schmeckenden Gerichten verarbeitet werden können. Vor ihrer Verwendung in der Küche müssen Klippfische und Stockfische gewässert werden. Das geschieht am besten in der folgenden Weise:

**I. Stockfische.**

Den Stockfisch legt man 30—36 Stunden je nach Befund oder länger in einen Topf mit kaltem Wasser, auf dessen Boden man ein Sieb oder einen Teller gelegt hat. Der Fisch muß reichlich mit Wasser bedeckt sein. In dieser Zeit muß das Wasser 3—4 mal erneuert werden. Vor dem ersten und nach dem zweiten Wässern ist der Stockfisch mit einem Stück Holz stark zu klopfen.

**II. Klippfische.**

Der Fisch wird der Länge nach in zwei Teile zerlegt und dann in 2—3 Finger breite Stücke zerschnitten. Das dem Klippfisch anhaftende Salz muß abgewaschen werden. Dann legt man die Stücke in einen Topf mit kaltem Wasser, auf dessen Boden man ein Sieb oder einen Teller gelegt hat. Man läßt den Klippfisch mindestens 36, besser 48 Stunden wässern. Während dieser Zeit muß das Wasser 4—5 mal erneuert werden.

Bei größeren Mengen, wie sie bei Massenverpflegungen in Betracht kommen, muß der Klippfisch 48 Stunden gewässert werden, und man muß ein 5—6 cm hohes Sieb als Unterlage geben, damit die unteren Fische nicht in dem durch die Entwässerung entstehenden Salzwasser liegen. Es empfiehlt sich, den Klippfisch bis dicht vors Kochen zu bringen und das Wasser dann zu erneuern.

**66. Stock- oder Klippfisch mit ausgebratenem Speck oder Zwiebeln.**

- |                         |                   |
|-------------------------|-------------------|
| 1 Pfund trockenen Fisch | 2 große Zwiebeln. |
| 100 g Speck             |                   |

Der Fisch wird der Länge nach durchgeschnitten und in 2—3 Finger breite Stücke möglichst ohne Gräte geschnitten, dann wie vorher bereitet. Man setzt den Fisch mit kaltem Wasser aufs Feuer, zieht ihn, sobald er anfängt zu kochen, zurück und läßt ihn dann noch 10—15 Minuten je nach der Größe der Stücke, ziehen. Zu diesen Fischstücken gibt man eine Soße von ausgebratenem Speck und Zwiebelwürfeln.

**67. Stock- oder Klippfischsrikaudellen.**

- |                                |                               |
|--------------------------------|-------------------------------|
| ½ Pfund trockener Fisch        | etwas Petersilie              |
| ½ geriebene gekochte Kartoffel | 1 Eßlöffel geriebenes Brot    |
| 1 Weiße Pfeffer                | 60 g Fett                     |
| 1 Ei                           | 6 Eßlöffel Milch oder Wasser. |

Der Fisch wird vorbereitet, dann mit frischem kaltem Wasser auf den Herd gesetzt und langsam gekocht bis er ganz weich ist,

von Häuten und Gräten befreit wird er fein gehackt. Fisch und geriebene gekochte Kartoffeln werden mit Ei, dem Gewürz recht gut durchgearbeitet, von der Masse Koteletten geformt, diese in geriebenem Brot gewendet und in heißem Fett braun gebraten. Man gibt Kartoffelsalat dazu.

**68. Stock- oder Klippfisch mit Sauerkraut und Bratkartoffeln.**

- |                           |                    |
|---------------------------|--------------------|
| 1/2 Pfund trockener Fisch | 2 Pfund Kartoffeln |
| 1 Pfund Sauerkraut        | 1 Teelöffel Salz   |
| 60 g Fett                 | 1/2 Liter Wasser.  |

Das Sauerkraut wird mit 20 g Fett und Salzwasser gargeschmort. Der Fisch wird gut bedeckt mit kaltem Wasser und — bei Stockfisch — mit etwas Salz auf den Herd gestellt und langsam ins Kochen gebracht. Er muß 1/2 Stunde ziehen, nicht kochen. Dann läßt man ihn gut ablaufen, entgrätet ihn und mischt ihn mit dem Sauerkraut durch. Dazu werden die Kartoffeln in der Schale weich gekocht, geschält, in Scheiben geschnitten und auf der Stielpfanne in 40 g Fett gebraten.

**69. Stockfisch mit Mostriehsoße.**

- |                             |                              |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1 Pfund Fisch, Wasser, Salz | 1/4 Liter Fischbrühe         |
| Zur Soße: 1 Eßlöffel Fett   | 3 Eßlöffel Mostrieh, Salz,   |
| 2 Eßlöffel Mehl             | Pfeffer, etwas Zitronensaft. |

Der gewässerte und gepukte Fisch wird mit kaltem Wasser aufgesetzt. Sobald er vors Kochen gekommen ist, muß er 1/2 Stunde bei gleicher Hitze ziehen. Dann wird er herausgenommen und auf eine warme Schüssel gelegt. Zur Soße wird Fett und Mehl geschwitzt, mit der Fischbrühe aufgefüllt, durchgekocht, mit Mostrieh, Zitronensaft und Pfeffer abgeschmeckt.

**70. Stock- oder Klippfisch mit Mohrrüben und Wruken. (Kohlrüben.)**

- |                                 |                           |
|---------------------------------|---------------------------|
| 1 Pfund Fisch                   | 2 Zwiebeln, Pfeffer, Salz |
| 1/2 Pfund Mohrrüben oder Wruken | Wasser                    |
| 1 1/2 Pfund Kartoffeln          | 2 Eßlöffel Mehl           |
|                                 | 1/8 Liter Milch.          |

Der gewässerte Fisch wird, wie oben angegeben, in 1/2 Stunde gargemacht und von Haut und Gräten befreit. Die Mohrrüben werden gepukt, mit Zwiebel und Kartoffeln in Würfel geschnitten, mit Wasser, Salz gargekocht und mit Mehl und Milch

angeseimt. Der Fisch wird in Stücke zerlegt und mit dem Gemüse vermischt, das Ganze noch einmal aufgekocht.

**71. Hering und Schneidebohnen.**

- |   |                 |
|---|-----------------|
| 2 Heringe                                   | 1 Eßlöffel Fett |
| 125 g getrocknete Schnitt- oder Brechbohnen | 1 Eßlöffel Mehl |
| 1 Liter Wasser                              | Salz            |
|   | etwas Zucker.   |

Die gewaschenen Bohnen werden in Wasser eingeweicht, am folgenden Tage mit demselben Wasser aufgesetzt und mit Zucker und Salz weichgekocht. Das Mehl wird mit dem aufgelösten Fett verührt und die Bohnen damit bündig gemacht. Dazu die gewässerten vorgerichteten Heringe gereicht.

**72. Heringsereme.**

- |                                 |                           |
|---------------------------------|---------------------------|
| 3 Heringe, 24 Stunden gewässert | Pfeffer                   |
| 1 Eßlöffel Öl                   | Essig                     |
| 1 kleine feingewiegte Zwiebel   | etwas Senf oder Mostrieh. |

Die sauberen Heringe werden von Haut und Gräten befreit, feingewiegt und mit den übrigen Zutaten abgeschmeckt. Man gibt die Creme zu Pellkartoffeln.

**73. Hering mit Specksoße.**

- |                                 |                  |
|---------------------------------|------------------|
| 3 Heringe 24 Stunden gewässert. | 1 große Zwiebel  |
| Zur Soße:                       | 2 Eßlöffel Mehl  |
| 50 g Speck                      | 1/4 Liter Wasser |
|                                 | Salz, Pfeffer.   |

Der Speck wird in Würfel geschnitten und ausgebraten, die feingeschnittene Zwiebel hinzugetan und hellgelb gedämpft, dazu gibt man das Mehl, läßt es durchschwitzen und füllt es mit dem Wasser auf. Die Soße muß durchkochen und wird mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt mit Pellkartoffeln angerichtet.

**74. Hering mit Sahne.**

- |   |                        |
|---|------------------------|
| 3 Salzheringe werden 24 Stunden gewässert | 2 Zwiebeln             |
| 1 Salzgurke                               | 1/8 Liter saure Milch. |

Die gewässerten sauberen Heringe werden von Haut und Gräten befreit und in fingerlange Streifen geschnitten. Gurke und

Zwiebel wird in Scheiben mit den Heringsstücken schichtweise in eine Schale getan. Die Heringsmilch wird durch ein Sieb gerieben, mit der Milch verrührt und darübergegossen.

### 75. Heringspastete.

2 Heringe einige Stunden gewässert	2 Pfeffer, Salz
1/8 Pfund mageren Speck oder Schinken	1/2 Liter Buttermilch
1 Zwiebel	1 Eßlöffel Mehl
	2 Pfund Kartoffeln
	2 Eßlöffel geriebenes Brot.

Die Kartoffeln werden mit der Schale gekocht, abgepellt, in Scheiben geschnitten und leicht mit den Speckwürfeln angebraten, Salz und die feingehackte Zwiebel hinzugefügt. In eine mit Fett ausgestrichene Mehlspeisenform werden abwechselnd die Bratkartoffeln, der in Würfel geschnittene Hering eingeschichtet. Die Buttermilch wird mit dem Mehl verquirlt herübergegossen, das geriebene Brot überstiebt und das Ganze 1/2 Stunde in heißem Ofen gebacken.

### 76. Hering in weißer Soße mit Pellkartoffeln.

3 Heringe 24 Stunden gewässert	1 Senf
1/8 Liter Essig	1 große Zwiebel
	Pfeffer, etwas Salz.

Die Heringe werden gehäutet, gewaschen und in Stücke geschnitten. Die in Scheiben geschnittene Zwiebel wird mit dem Gewürz in dem Essig gar gekocht und abgekühlt. Die Heringsmilch wird mit Senf und Gewürz fein verrührt, mit dem Essig gemischt und über die Heringsstücke gegossen. Man richtet Pellkartoffeln damit an.

### 77. Heringe, gebraten.

15 frische Heringe	1 Backfett
7 Eßlöffel Mehl	1 Eßlöffel gewiegte Peter=
1 Prise Salz und Pfeffer	silte.

Die vorbereiteten Heringe wälzt man gleichmäßig in mit Salz und Pfeffer vermischem Mehl und bratet sie in dampfendem Fett unter Wenden in der Pfanne gar und zu guter Farbe. — Bratheringe werden erkaltet in einen Steintopf gepackt, mit aufgekochtem, erkaltetem Essig, Wasser, Salz, Gewürz und Zwiebel-scheiben übergossen und zu gelegentlichem Gebrauch mit Papier überbunden.

### 78. Heringsklops.

1/2 Pfund Hafergrütze oder geriebene Kartoffeln	1 geriebene Zwiebel
1/2 Pfund fettes Schweinefleisch	1 Eßlöffel Salz
	1 Prise Pfeffer
	40 g geriebenes Brot.

Man mischt die dick in Wasser ausgequollene Hafergrütze mit dem gewiegten Schweinefleisch, Zwiebel, Salz und Pfeffer, formt Klops, kocht sie in Salzwasser 6 Minuten und legt sie dann in die fertige Heringssoße zum Ziehen.

Zur Soße:

1 Hering	3 Eßlöffel Mehl
1 Eßlöffel Fett	1/2 Liter Wasser
1 Eßlöffel gerieb. Zwiebeln	1 Eßlöffel Essig.

Fett, Zwiebel, Heringsgräten, Kopf und der fein gewiegte Heringsbauch werden geschwitzt, das Mehl hinzugefügt und, wenn dieses gar, mit 1/2 Liter Wasser 1/2 Stunde langsam gekocht, mit Essig abgeschmeckt, durch ein Sieb gerieben und die Klops in darin erwärmt.

Den Hering legt man in Essig als Rollknops oder man hackt ihn sehr fein und gibt ihn zur Soße.

## F. Brot- und Mehlspeisen.

### 79. Apfelbettelmann.

1/2 Pfund gerieb. Schwarzbrot (Kartoffelstücken)	1 Pfund Apfel
1/2 Teelöffel gestoßener Zimt	5 Eßlöffel Zucker
2 gestoßene Nellen	3 1/2 Eßlöffel Wasser
3 1/2 Eßlöffel Zucker	100 g Fett
	1 1/2 Eßlöffel Zucker und Zimt.

Das Brot wird mit den Gewürzen und 3 1/2 Eßlöffel Zucker gemischt; die geschälten, entkernten Äpfel werden in Stücke geschnitten und mit Zucker in Wasser geschmort. Sodann wird die Hälfte des Fettes in einer Pfanne gebräunt, die Hälfte der Brotmischung mit einem Löffel darauf gedrückt, das Apfelkompott darüber getan, die andere Hälfte Brot übergestreut und angebrückt. Die Speise bäckt langsam 1/4 Stunde, dann träufelt man das übrige Fett darauf, wendet die Speise wie einen Eierkuchen, bäckt sie noch 1/4 Stunde bei langsamer Hitze und bestreut sie nach dem Anrichten mit Zucker und Zimt. Statt Brot kann man angefeuchtete Kartoffelstücken verwenden.

### 80. Apfelpudding.

1/2 Pfund Mehl	1 Pfund Apfel
1/4 Pfund gewiegter Rindertalg	2 Eßlöffel Wasser
1/2 Eßlöffel Salz	1/4 Teelöffel gestoßener Zimt
1/8 Liter Wasser	5 Eßlöffel Zucker
1 Teelöffel Backpulver	6 Nellen
1 Teelöffel Fett	1 Eßlöffel Mehl
	1 Eßlöffel Zucker und Zimt.

Mehl wird mit Talg und Salz innig vermischt und mit Wasser zu einem Teig ausgewirkt, den man mit Backpulver vermischt und auf einem Brett dünn ausrollt. Ein runder Napf wird mit Fett ausgepinselt und mit der Teigplatte belegt. Die geschälten Äpfel werden in Achtel geschnitten, entfernt und mit Wasser, Zimt, Zucker und Nellen vermischt. Der Napf wird damit gefüllt und von dem übrigen Teig eine Decke darauf gelegt; der mit Wasser angefeuchtete Rand wird mit dem der inneren Teigplatte fest zusammengedrückt. Eine Serviette wird in heißem Wasser ausgewaschen, mit Mehl bestreut und über den Pudding gebreitet; man dreht den Napf vorsichtig um, nimmt ihn ab und bindet das Tuch über dem Teig mit einem Bindfaden sorgfältig zu. Nun legt man in einen tiefen Kochtopf mit kochendem Wasser einen kleinen Teller, darauf den eingebundenen Pudding, der in stets zu ergänzendem, kochendem Wasser 2 Stunden kochen muß. Dann legt man ihn auf einen Teller, bindet das Tuch auf und zieht es bis zur Hälfte vorsichtig ab, legt einen großen heißen Teller darauf, den unteren aufhebend und umdrehend, und entfernt die andere Seite des Tuches. Man bestrebt den Pudding mit Zucker und Zimt.

**Buchweizengröße** siehe Hirse.

### 81. Buchweizenküchlein.

6 Eßlöffel Buchweizengröße	2 Eßlöffel Mehl
1/4 Liter kaltes Wasser	2 1/2 Eßlöffel Fett.
1 Teelöffel Salz	

Die Buchweizengröße wird mit Wasser und Salz angerührt, ausgequollen, mit Mehl verrührt und eßlöffelweise in heißem Fett zu Küchlein gebacken, die man zu Grünsohl und Salat gibt.

### 82. Eierkuchen.

1 Ei	5 Eßlöffel Fett
1/2 Liter Wasser	2 Eßlöffel Zucker oder Kräuter,
1 Eßlöffel Salz	gewiegte Pilze, Fleisch
2 1/2 Teelöffel Backpulver	oder Fisch.
1/2 Pfund Mehl	

Das Eigelb wird mit Flüssigkeit und Salz verbunden und langsam unter stetem Schlagen in das mit dem Backpulver vermischte Mehl gegossen, das man allmählich damit verrührt. Das zu steifem Schnee geschlagene Eiweiß wird langsam unter die Masse gezogen. Nachdem in der mit Papier sehr trocken ausgelebener Pfanne Fett heiß und still wurde, wird jedesmal der 4. Teil der Masse langsam, damit das Fett darunter nicht entweicht, mit dem Schöpflöffel hineingegeben und durch Hin- und Herbewegen der Pfanne gleichmäßig darauf verteilt; dann läßt man die eine Seite des Eierkuchens unter öfterem Schütteln hellbraun werden, schlebt ihn auf einen Deckel, tut noch etwa 1 Eßlöffel Fett auf die ungebäckene Seite, deckt die heiße Pfanne darüber, wendet das Ganze schnell um, läßt den Eierkuchen mit dem Deckel bedeckt einige Augenblicke weiter dämpfen, nimmt den Deckel ab und backt den Eierkuchen schnell fertig, verfährt mit dem übrigen Teig ebenso, richtet die Eierkuchen übereinander an und bestrebt sie mit Zucker oder anderen Zutaten. Der Teig darf nicht stehen, sondern muß nach dem Anrühren sofort gebacken werden.

### 83. Grießbrot mit Milch.

1/4 Pfund Grieß	1 Stück Zimt
1 Liter Milch	1 Stück Zitronenschale
1 Teelöffel Fett	1 1/2 Eßlöffel Zucker und Zimt.
1 Prise Salz	

Der abgeschwemmte Grieß wird in 1/4 Liter kalte Milch eingewirkt; diese Mischung gießt man unter fortgesetztem Quirlen in 3/4 Liter siedende Milch, in der man Fett, Salz, Zimt und Zitronenschale kochte. Den Grieß läßt man bei gelinder Hitze langsam unter Rühren zu einem nicht zu steifen Brei ausquellen und richtet ihn mit Zucker und Zimt bestreut an.

### 84. Hefeklöße.

1 Pfund Mehl	2 Teelöffel Salz
3/16 Liter lauwarme Milch	2 Eßlöffel geschmolzenes Fett
30 g Hefe	2 1/2 Eßlöffel Zucker
1/2 abgeriebene Zitrone	3 Eßlöffel Salz, 5 Liter Wasser.

Das mit 1/4 Pfund Mehl und in Milch aufgelöster Hefe angerührte, ausgegangene Hefestück wird mit den übrigen Zutaten rüchtig blasig geschlagen. Dann formt man apfelgroße Klöße daraus, die auf mehلبestreutem Brett nochmals aufgehen müssen. Sie dämpfen auf einem über kochendes Wasser gespannten Tuch gar. Man prüft mit einem Holzspan, ob sie gar sind, reißt sie mit 2 Gabeln etwas auf und gibt sie zu Obst.

### 85. Hefepudding.

30 g Hefe oder Backpulver	1 fein gestoßene Nessel
$\frac{3}{16}$ Liter Milch	1 Prise Salz
1 Pfund Mehl	$\frac{1}{4}$ Pfund vorbereit. Korinthen.
2 Eßlöffel Fett	Zur Form:
$\frac{1}{8}$ Pfund Zucker	1 Teelöffel Fett
$\frac{1}{4}$ Teelöffel Zimt	1 Eßlöffel geriebene Semmel.

Hefe, lauwarme Milch und  $\frac{1}{4}$  Pfund Mehl werden zum Hefestück angesetzt. Das gerührte Fett wird mit allen Zutaten vermischt, das aufgegangene Hefestück und das übrige Mehl mit der Masse tüchtig verschlagen und in eine ausgestrichene, ausgestreute Puddingform (halbvoll) gefüllt. Wenn der Pudding noch  $\frac{1}{2}$  Stunde aufgegangen ist, wird er im Wasserbade  $1\frac{1}{4}$  Stunde gekocht. Man gibt Muskoße dazu. Backpulverpudding: Anstatt Hefe wird 1 Päckchen Backpulver unter die Zutaten gemengt.

### 86. Hirse.

200 g Hirse	$\frac{3}{4}$ Liter Magermilch
10 g Fett	8 g Salz.

Die Hirse wird verlesen, dreimal mit kaltem Wasser aufgesetzt und, wenn heiß, abgeseigt. Nachdem sie mit Fett durchgebraten, gießt man die Milch darauf, salzt das Gericht und läßt es unter öfterem Schütteln ausquellen. Man kann die Hirse auch mit Wasser und 10 g Fett ausquellen und gebratene Zwiebelwürfel mit Speck darüber geben oder zu Obst reichen.

### 87. Käsefügelchen.

20 g Hefe oder Backpulver	1 Eßlöffel Fett
4 Eßlöffel Milch	$3\frac{1}{2}$ Eßlöffel vorbereitete Korinthen
$\frac{3}{4}$ Pfund durchgertebener weißer Käse	1 Teelöffel Zitronenzucker
$2\frac{1}{2}$ Eßlöffel Mehl	1 Eßlöffel Zucker
1 Prise Salz	Backfett
3 Eßlöffel geriebene Semmel	2 Eßlöffel Zucker und Zimt.

Alle Zutaten müssen leicht erwärmt sein. Die Hefe wird mit einigen Eßlöffeln Wasser aufgelöst; dann rührt man Milch, Käse, Mehl, Salz, Semmel, geschmolzenes Fett, Korinthen, Zitronenzucker und Zucker dazu, läßt die Masse, mit einem warmen Tuch bedeckt, an warmer Stelle  $\frac{3}{4}$  Stunden stehen und formt kleine runde Kugeln, die man auf einem Brett nochmals 1 Stunde in der Wärme aufgehen läßt, dann in Backfett gar werden läßt und mit Zucker und Zimt bestreut. Man gibt Soße von aufgelöster Fruchtmarkelade dazu.

### 88. Klöße von Roggen-Schwarzbrod (Graubrod) mit Backpflaumen.

$\frac{3}{8}$ Pfund Brod	4 Eßlöffel Mehl
$\frac{1}{2}$ Eßlöffel Salz	1 Pfund Backpflaumen
4 Eßlöffel Zucker	1 Liter Wasser
1 Prise Zimt, 1 Prise Nelken	5 Eßlöffel Zucker
etwas abgeriebene Zitronenschale	1 knapper Eßlöffel Kartoffelmehl
1 Teelöffel Backpulver	1 Eßlöffel Eßig.

Man weicht das Brod in Wasser ganz auf, drückt das Wasser aus, vermischt mit dem Brodbrei die anderen Zutaten und sticht mit einem Löffel von der dicken Masse Klöße in die vorher mit Zucker gar gekochten Pflaumen. Die Klöße müssen in der Brühe gar werden, dann wird die Soße mit Kartoffelmehl und 1 Eßlöffel Eßig bindig gemacht. Man kann in den Pflaumen ein Stückchen mageren Speck mitkochen.

### 89. Mehlklöße mit Speck.

$\frac{1}{8}$ Pfund magere Speckwürfeln	$\frac{1}{2}$ Eßlöffel Salz
4 Teelöffel Zwiebelwürfel	$\frac{3}{8}$ Liter kochendes Wasser
$\frac{1}{2}$ Pfund Mehl	1 Teelöffel Backpulver
	2 Liter Wasser, 10 g Salz.

Der Speck wird in einem Topfe gebraten; sobald er durchsichtig ist, fügt man die Zwiebelwürfel hinzu und bratet beides gelb. Mehl und Salz werden gut damit vermischt und mit kochendem Wasser glatt gerührt. Die Masse wird mit Backpulver verrührt; mit einem Löffel werden Klöße abgestochen, die man in brausend kochendem Salzwasser 15 Minuten kocht und mit dem Schaumlöffel anrichtet. — Zu geschmortem Obst oder saurem Schweinefleisch.

### 90. Nudeln.

10 Eßlöffel Mehl	1 Prise Salz
1 Ei	

werden geknetet und auf mit Mehl bestreutem Brett ausgewalzt, aufgerollt und geschnitten, etwas getrocknet und in Salzwasser gar gekocht, auf ein Sieb gegossen, etwas kaltes Wasser darauf gegossen und beliebig weiter behandelt: 1. mit einer Milchsoße mit Zwiebel, 2. in Schmalz angebraten mit Zucker und Obst, 3. zu saurem oder gepökeltem gekochten Fleisch, 4. mit Brühe als Suppe oder Gemüse, mit Milch eingekocht als Mehlspeise mit Zucker und Zimt.

### 91. Pflaumenmusrolle.

$\frac{1}{4}$ Pfund Rindertalg (reichlich gewogen)	$\frac{1}{8}$ Liter Wasser
$\frac{1}{2}$ Pfund (Knapp) Mehl	1 Eßlöffel Mehl
1 Teelöffel Salz	$\frac{3}{8}$ Pfund Pflaumenmus
1 Teelöffel Backpulver	1 Eßlöffel Salz, 2 Liter Wasser
	4 Eßlöffel Zucker und Zimt.

Der Talg wird sehr fein gewiegt, mit Mehl, Salz und Backpulver gemischt und mit Wasser gut zu einem Teig verknetet. Auf einem bemehlten Brett wird der Teig zu einem dünnen Blatt ausgerollt. Pflaumenmus (oder beliebige andere Frucht-marmelade) wird gleichmäßig darüber gestrichen und dann der Teig zu einer Rolle aufgerollt. Ein dünnes Tuch wird warm ausgewaschen, mit Mehl bepudert, die Rolle schneckenförmig hineingelegt und das Tuch zugebunden. Der Pudding wird 2 Stunden in reichlichem kochenden Salzwasser zugebedeckt gekocht, dann herausgenommen und das Tuch aufgebunden; die heiße Schüssel wird darauf gelegt, der Pudding umgekehrt und mit Zucker und Zimt bestreut angerichtet.

### 92. Reispudding.

$\frac{1}{4}$ Pfund Reis	60 g Zucker
1 Liter Magermilch	Zitronen- oder Apfelsinenschale
Salz	4 bittere Mandeln.

Die Milch wird mit Salz und Schale aufgekocht, der feingemahlene Reis unter fortwährendem Rühren hinzugeschüttet und mit Zucker und den geriebenen Mandeln zu einem festen Brei gekocht. Die Masse wird in eine mit Wasser ausgespülte Form gefüllt, erkaltet gestürzt und mit Obstsoße oder Kompott zu Tisch gegeben.

### 93. Rote Grütze.

Fruchtsaft und Wasser gemischt (zusammen 1 Liter)	$\frac{1}{4}$ Pfund Grütze oder Kartoffelmehl, gemahlener Reis oder Sago.
Zucker nach Bedarf	

Die Flüssigkeit wird mit Zucker vermischt. Die auf einem sauberen Tuch abgeriebene Grütze läßt man unter Rühren in die kochende Flüssigkeit laufen; ist sie gar, schüttet man die Masse in eine ausgespülte Form, stürzt sie nach dem Erkalten und gibt Milch dazu. Man kann auch 2 Eßlöffel Grütze mehr nehmen und zieht, wenn sie gar ist, schnell den Schnee von 3 Eiweiß darunter; die Masse reicht dann für 6 Personen. Verwendet man Stärkemehle, so werden diese mit der Flüssigkeit kalt an-

gerührt und bis zur Durchsichtigkeit mit der Fruchtflüssigkeit verköcht.

### 94. Stärkemehlflammeri.

$\frac{3}{4}$ Liter Milch	7 Eßlöffel Kartoffelmehl
$6\frac{1}{2}$ Eßlöffel Zucker	2 Eiweiß.
1 Prise Salz	

$\frac{3}{4}$  der Milch, Zucker und Salz werden aufgekocht; die übrige Milch wird mit dem Kartoffelmehl verquirlt und mit der kochenden Masse steif gerührt. Man zieht den Gierschnee darunter und füllt die Masse in eine mit Milch ausgespülte Form, um sie nach dem Erkalten zu stürzen.

### 95. Stippmilch.

$\frac{3}{4}$ Pfund weißer Käse	$\frac{1}{2}$ Eßlöffel Zucker
$\frac{1}{8}$ Liter Milch	1 Prise Zimt.

Der Käse wird durch ein feines Sieb gestrichen, mit Milch und Zucker 5 Minuten verrührt, angerichtet und mit Zimt bestreut. Man gibt diese Speise mit Preiselbeeren oder Backpflaumen oder als Zuspitze zu Kartoffelpuffer.

### 96. Weißer Käse (Quark).

5 Liter abgeseigte dicke saure Milch von Magermilch	1 Liter warmes Wasser.
---	------------------------

Die dicke Milch wird mit warmem Wasser gebrüht (durch zu heiße Behandlung wird der Käse hart und bröckelig). Nachdem Wasser und Milch gehörig gemischt sind, scheidet sich der Käse ab, den man auf ein mit einem nassen Tuch belegtes Sieb legt und abtropfen läßt und beliebig mit Kümmel, Salz oder Schnittlauch mischt.

### 97. Brotaufstrich nach deutscher Art. (Vorrat.)

Man benötigt zu gleichen Teilen Mohrrüben und Apfel oder Pfäfel und Kürbis und ein Viertel des Gesamtquantums Sirup, Apfelsinenschalen nach Geschmack, 2 g Zimmt, 4 g pulverisierte Nelken auf 100 Pfund Masse.

Die Mohrrüben werden gewaschen, geschnitten und mit etwas Sirup und den Apfelsinenschalen weich gekocht, zerstampft, dann durch ein Sieb gestrichen oder durch die Fleischhackmaschine gedreht und wieder in den Kessel getan. Die ebenso zubereiteten und



durchgestrichenen Apfel werden dazugeschüttet. Unter ständigem Rühren wird nach und nach der ganze Sirup hinzugegeben. Der Brei wird zuletzt mit Zimt und Nelken gewürzt, in Steintöpfe getan und mit Rumpapier belegt. Die Töpfe werden mit Pergamentpapier zugebunden.

### G. Soßen.

#### 98. Heringssoße.

- |                 |  |                               |
|-----------------|--|-------------------------------|
| 1 Hering        |  | 1/4 Liter Magermilch oder zur |
| 1 Eßlöffel Fett |  | Hälfte Brühe                  |
| 2 Eßlöffel Mehl |  | etwas Essig, Pfeffer.         |
|                 |  |                               |

Von Fett und Mehl wird eine Schwitze hergestellt, die man mit der Milch auffüllt. Der 3 Stunden gewässerte Hering wird entgrätet, fein gehackt und in die heiße Soße gemischt, mit wenig Essig oder Zitronensaft und Pfeffer abgeschmeckt. (M. Kuehn.)

#### 99. Meerrettichsoße.

- |                      |  |                             |
|----------------------|--|-----------------------------|
| 1 Eßlöffel Fett      |  | 1 kleine Stange Meerrettich |
| 2 Eßlöffel Mehl      |  | etwas Essig, Salz, Pfeffer, |
| 1/4 Liter Magermilch |  | Zucker.                     |
| 1/8 Liter Brühe      |  |                             |

Die Schwitze wird wie oben mit Milch und Brühe aufgefüllt, durchgekocht und abgeschmeckt. Der geschälte Meerrettich wird gerieben, mit etwas Essig beträufelt und in die heiße Soße gerührt. (M. Kuehn.)

#### 100. Sülzsoße

(zu harten Eiern, kaltem Rindfleisch und Sülze).

- |                                |  |                                |
|--------------------------------|--|--------------------------------|
| 2 Teelöffel Sülz               |  | 2 Eßlöffel Essig               |
| 1 reichl. Eßl. gerieb. Zwiebel |  | 1 Eßlöffel gewiegte Petersilie |
| 2 Eßlöffel Mehl                |  | Salz nach Geschmack            |
| 3/8 Liter Brühe                |  | 1 Prise Pfeffer.               |

Sülz, Zwiebeln und Mehl werden zusammen geschwitzt, mit der Brühe und 1 Eßlöffel Essig verkocht, vom Feuer genommen, durch ein Sieb gestrichen und kalterührt. Dann tut man feingewiegte, vorher abgewellte Petersilie dazu und schmeckt mit Salz und Pfeffer ab.

### H. Salate.

#### 101. Heringsalat.

- |                             |  |                              |
|-----------------------------|--|------------------------------|
| 1 Hering                    |  | 4 Eßlöffel Milch             |
| 3/4 Pfund Kartoffeln in der |  | 1/2 Teelöffel Mostrich       |
| Schale                      |  | 1 Eßlöffel Essig             |
| 1 großer Apfel              |  | 1 Teelöffel Zucker           |
| 1 Salzgurke                 |  | Salz und Pfeffer             |
| 2 geriebene Kartoffeln      |  | 1 Teelöffel gerieb. Zwiebel. |

Der gewässerte und abgezogene Hering wird in Würfel geschnitten, ebenso die gekochten Kartoffeln, der geschälte Apfel und die Salzgurke. Man verrührt die geriebenen Kartoffeln mit Milch, Mostrich, Essig, Zucker, Pfeffer und Salz und geriebener Zwiebel zu einer wohlsmekenden Soße, mit der man die Zutaten gut vermischt und einige Stunden stehen läßt.

#### 102. Kartoffelsalat.

- |   |  |                                 |
|---|--|---------------------------------|
| 2 Pfund in der Schale gekochte Kartoffeln |  | 2 Eßlöffel Essig                |
| 1/8 Liter Brühe oder Wasser               |  | Salz und Pfeffer                |
| 1 Eßlöffel Öl oder Schmalz                |  | 1/4 Teelöffel gerieb. Zwiebeln  |
|   |  | 2 Eßlöffel gewiegte Petersilie. |

Die Kartoffeln werden abgezogen und in Scheiben geschnitten. Die Kartoffelscheiben werden mit etwas Brühe oder auch nur mit gesalzenem Wasser und Essig heiß übergossen und ein Weilschen zugedeckt, dann mit Fett, Essig, Salz, Pfeffer, Zwiebel und Petersilie vorsichtig gemischt und gut abgeschmeckt. Man kann statt Öl geschmolzenes Gänsefett oder 1/8 Pfund Speckwürfel und 1 Eßlöffel Zwiebelwürfel, hellgelb geröstet, verwenden, auch eine Kartoffel dazu reiben. — Kartoffelsalat kann man durch andere Zutaten sehr verändern, z. B. mit Rotrüben- und Salzgurkenscheiben oder Heringswürfeln.

### J. Das Konservieren von Fleisch.

#### a) Einlegen.

- |                            |  |                            |
|----------------------------|--|----------------------------|
| 2—3 Pfund Fleisch          |  | 1 Lorbeerblatt             |
| 1 Liter schwacher Essig    |  | 1 Zwiebel mit 3 Nelken ge- |
| 5 Pfeffer-, 3 Gewürzkörner |  | spickt.                    |

Alle Zutaten werden aufgekocht, erkaltet über das in einen irdenen Topf gelegte Fleisch gegossen, das vollständig bedeckt sein

muß. Das Fleisch ist täglich zu wenden und kühl aufzubewahren. — Rind-, Schweine-, Hammelfleisch und Wild eignen sich besonders dazu. Kalb- und Hammelfleisch wird wohlschmeckend und haltbar gemacht, indem man es in Butter- oder saure Milch legt, die man jedoch jeden dritten Tag erneuern muß. Haltbarkeit 8 bis 10 Tage.

### b) Einsalzen und Pökeln.

#### 1. Mit Lake.

30 kg Fleisch		Lake: 2,100 kg Salz
1 kg Salz zum sofortigen Salzen		60 g Salpeter
10 g gestoß. weißen Pfeffer		220 g Zucker
		8 Liter Wasser.

Man reibt jedes Stück so lange mit Salz ein, bis dasselbe vollständig verschwindet, und dann alle Gelenke und Fugen mit Pfeffer. Darauf packt man alles in ein Faß, die Schwarte und die schweren Stücke nach unten; die leichteren füllen die Lücken aus. Man packt so, daß an einer Seite des Fasses eine Öffnung bleibt, in der die Lake sich sammeln kann, und daß ein Füllsössel gut Platz hat, die Lake zu erreichen, stellt auch das Faß ein wenig hoch, daß man so leicht wie möglich dazu kann, um täglich das Pökelfleisch zu begießen. Nach 2 Tagen gießt man die Lake, die nur heiß werden, nicht kochen darf, nachdem sie vollständig erkaltet, über das Fleisch.

#### 2. Ohne Lake.

2 rohe Schinken à 10 kg		20 g Zucker
2 kg Salz		40 g Salpeter.

Salz wird auf eiserner Pfanne erwärmt, mit Zucker und Salpeter gemischt und die Schinken, jeder  $\frac{1}{2}$  Stunde, damit eingerieben, bis sie ganz geschmeidig sind; dann werden sie in ein Faß gelegt, beschwert und unter öfterem Umdrehen begossen; so können sie 4 bis 6 Wochen pökeln.

### c) Pökeln mit heißem Salz.

Ein Schinken von 15 Pfund:

1 Pfund Salz		1 gestrichener Teelöffel Salz-
1 Eßlöffel Zucker		peter.

Die Schwarte des Schinkens wird mit einem spitzen, scharfen Messer der Länge nach durchgeritzt, damit das Salz schneller eindringen kann; außerdem wird der runde Gelenkknochen abgehackt.

Zucker und Salpeter werden auf den Schinken gestreut und tüchtig eingerieben. Von dem angegebenen Salz gibt man 3 Eßlöffel in eine eiserne Pfanne, läßt es auf dem Feuer glühend heiß werden, schüttet es auf den Schinken und verreibt es tüchtig mit den Händen; dieses wiederholt man 5- bis 6mal. Darauf wird der Schinken in eine irdene Schüssel gelegt. Am dritten Tage wird das Einreiben wiederholt, ebenso am fünften Tage, bis alles Salz vollständig verrieben ist. Hauptsache ist, daß das Salz sehr heiß ist und energisch eingerieben wird. Am sechsten Tage kommt der Schinken in den Rauch.

Speck kann ebenso behandelt werden.

### d) Räuchern.

Vor dem Räuchern müssen Schinken und Speck, sorgfältig mit einem sauberen Tuch abgerieben, 24 Stunden zum Trocknen aufgehängt und dann in die Räucherammer gebracht werden. Das beste Rauchfeuer erzielt man von Sägespänen (Buchenstäben und Wacholder), niemals darf man Torfmoß oder Steinkohle verwenden. Das Feuer muß gleichmäßig Tag und Nacht glimmen, nie mit heller Flamme brennen, da sonst die Rauchwaren, besonders Würste, von der Hitze austrocknen. Frost dürfen Rauchwaren nicht bekommen, sonst werden sie grau und verderben. Bei der langsamen Räucherung sind 20—25° C. erforderlich. Sollen sich Würste besonders lange halten, so läßt man sie, je nach der Dicke, 14 Tage bis 3 Wochen langsam räuchern; Schinken 4 bis 5 Wochen. Speck 14 Tage.

### e) Harte Dauerwurst.

12 Pfund Rindfleisch		nach Belieben 1 Eßlöffel ganze
5 Pfund Speck		weiße Pfefferkörner
7 Pfund Schweinefleisch		2 gestrichene Eßlöffel Zucker
440 g Salz		12 g Salpeter.
25 g weißen Pfeffer		

Das Fleisch wird 3 bis 4 mal durch die Fleischmaschine gegeben, mit Salz und den Gewürzen vermischt und nochmals durchgegeben. Darauf gibt man die Pfefferkörner hinzu und knetet die Masse 1 Stunde. Der Teig wird in gut gereinigte und gut gewässerte, dicke, glatte Rinderbäume mit der Wurststoppmaschine so fest wie möglich gestopft, mit den Händen nachgedrückt und zugebunden. Über Nacht werden die Würste zum Trocknen aufgehängt und 14 Tage bis 3 Wochen langsam geräuchert.

### f) Rauchwurst aus Schweinefleisch.

10 Pfund Schweinefleisch	20 g Salpeter
mit Fett	17 g weißen Pfeffer
170 g Salz	17 g Zucker.

Ebenso bereiten wie oben angegeben.

### K. Herstellung von Fruchtsirup

(zum Brotaufstrich).

1/4 Liter Wasser	10 Eßlöffel Zitronen-, Apfel-
2 g Weinstein säure	sinen- oder Himbeerjast
2 Pfund Zucker	oder Naturhonig.

Man kocht in einem emaillierten Topf 1/4 Liter Wasser, indem man die Weinstein säure auflöst, schüttet nach und nach den gemahlener Zucker dazu, den man bis zum Erwärmen rührt, kocht bei kleiner Hitze die Masse 20 Minuten und läßt sie lauwarm werden, indem man sie oft rührt; dann setzt man einen der angeführten Säfte dazu, die sich unter Rühren innig mit der Masse verbinden müssen, und füllt den dicken, geleeartigen Sirup in Gläser, die man verschließt.