

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 24 (1902)
Heft: 14

Anhang: Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 17.05.2025

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

Roch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 4.

April 1902

Das Schlagen der Eiweiß zu Schnee.

Vor allem müssen die Eiweiß recht rein ausgeschieden sein, daß nichts vom Eigelb dazu kommt, weil sonst die Eiweiß sich nicht zu Schnee schlagen lassen. Gewöhnlich werden die Eiweiß in halbkugelförmigen, kupfernen und verzinnten, sogenannten Schneekesseln vermittels einem aus verzinntem Eisendraht hergestellten „Schneebesen“ geschlagen. Man kann jedoch auch eine gelbe Pfanne oder eine passende Schüssel oder Saladier dazu verwenden, wenn nicht die kleine Buttermaschine vorhanden ist, welche die Arbeit ungemein erleichtert. Die Hauptsache ist, daß der Schneebesen, sowie das Geschirr absolut rein seien, mit einem fettigen Schneebesen oder in fettiger Schüssel wird der Schnee niemals fest werden. Man hält sich deshalb sehr gerne einen aparten Schneebesen, der nur zu diesem Zweck verwendet wird.

Um einen schön festen und möglichst feinen Schnee zu erhalten, gebe man einige Körnchen Salz zum Eiweiß, schlage im Anfang nur in langsamem, gleichmäßigem Tempo, indem man den Schneebesen nicht allzu fest in der Hand hält und die Eiweiß nicht zu sehr im Kessel herumwirft; man trachte im Gegenteil, sie immer möglichst beieinander zu halten, nach und nach wird das Tempo schneller, bis endlich der Schnee schön fest und gut feinkörnig ist. Verwende den geschlagenen Schnee sofort, da er sonst bald zusammenfällt und scheidet. Sollte der Schnee während dem Schlagen ausscheiden wollen, so gebe man einige Tropfen Zitronensaft oder eine starke Prise gestoßenen Zucker darunter.

Welchen Zucker soll ich beim Einmachen verwenden?

Ohne zu bedenken, daß gerade für Einmachzwecke das feinste und reinste Fabrikat eben gut genug ist, wird hier oft eine falsche Sparsamkeit angewandt. Um höchstens ein paar Rappen aufs Pfund zu sparen, wird für das Einmachen des Obstes vielfach gewöhnlicher

Erystallzucker in Anwendung gebracht, der ja gewiß für viele Zwecke sehr gut gebraucht werden kann, aber zum Einmachen wenig zu empfehlen ist, denn Erystallzucker ist und bleibt ein halbraffiniertes Fabrikat, das immerhin noch einen nicht unerheblichen Prozentsatz von unreinen Stoffen enthält, die dem reinen feinen Geschmack der Frucht von Nachteilen sind und auf die Haltbarkeit derselben schädlich einwirken müssen. Das reinste Zuckerfabrikat ist zweifelsohne weißer Candi und ist dieser daher auch am besten zum Einmachen zu empfehlen; nachdem jedoch der verhältnismäßig hohe Preis desselben vom größeren Verbrauch abhält, so sollte jede Hausfrau speziell für Einmachzwecke entweder ganze Brotraffinade oder aber aus Broten hergestellte gemahlene Raffinade verwenden, welche einerseits keine unreinen Stoffe mehr enthalten, die auf die eingemachten Früchte schädlich wirken könnten, andernteils aber einen wesentlich höheren Süßgehalt als die gewöhnlichen Erystallzucker aufweisen.

Die Verwendung von Brot- oder Hutzucker ist schon deshalb besonders zu empfehlen, da man bei solchen die unbedingte Garantie für reinen, raffinierten Zucker hat.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Bruneoise-Suppe. Eine kleine Gelbrübe, 1 Stück Weißrübe, 1 Stück Selleriewurzel, ein Lauchstengel werden in reiskorngroße, feine Würfelchen geschnitten. Unterdessen läßt man $\frac{1}{2}$ gehackte Zwiebel mit ein wenig Butter oder gehacktem fettem Speck weiß abschweifen, gibt die fein geschnittenen Gemüse je nach Belieben roh oder abblanchiert dazu, lasse sie ein wenig mitschweifen, gieße 1—2 Kellen Bouillon dazu und lasse die Gemüse weich dämpfen; läßt eine Tasse voll Erbsen, querüber verschnittene Bohnen und einige kleine Köschen Blumenkohl weich abblanchieren, hebt die sämtlichen Gemüse in die gewürzte Bouillon oder Consommé heraus und gibt noch eine kleine Handvoll weichgekochte und abgespülte Gerste dazu.

*

Pilzsuppe. Hierzu können alle eßbaren Pilze Verwendung finden. Zwei bis drei Handvoll Pilze werden gereinigt und hernach fein gehackt. Schweiße unterdessen einen weißen Mehlsrost mit Zwiebeln und gehacktem Speck ab, gebe die gehackten Pilze dazu, rühre einige Male um und fülle mit ca. 2 Liter Wasser unter beständigem Rühren zu, lasse die Suppe eine Stunde kochen, würze sie gehörig. Nach Belieben kann man die Suppe durch ein Sieb passieren, über eine Mischung von 1—2 Eiern, 1—2 Deziliter Rahm oder Milch und 20—25 Gramm

Butter anrichten und nach Belieben mehr oder weniger geröstete Brotwürfel zulegen.

*

Bouillon mit Brühteigklößchen. Hierzu wird ein Brühteig in folgender Proportion fertig gemacht: 1 Deziliter Milch oder Wasser wird mit einer Prise Salz und 20 Gramm Butter zum Kochen gebracht, ziehe die Kasserole vom Feuer zurück und schütte auf einmal 100 Gramm Mehl hinein, rühre es tüchtig, bis ein fester, schön glatter Teig entsteht, schweiße diesen unter beständigem Abrühren noch einige Minuten auf dem Feuer ab, so daß er sich von der Kasserole ablöst, stecke diese mit dem Boden einen Augenblick in kaltes Wasser zum Abkühlen, verarbeite den Teig, bis er die größte Hitze verloren hat, schlage 2 ganze Eier, eines nach dem andern, dazu, verrühre das erste Ei so lange, bis die Masse vollständig glatt ist, gebe das zweite Ei dazu und schlage den Teig tüchtig ab, so daß er glänzt und keine Knöllchen mehr sichtbar sind. Aus dieser Masse werden mit Hilfe eines Dressiersackes, mit großer Dülle oder eines Kaffeelöffels kleine längliche Klößchen in kochende Bouillon dressiert und während 10 Minuten langsam gekocht, hebt sie in die angerichtete Bouillon heraus, je nach Geschmack kann dem Brühteig etwas gehacktes Grünes beigegeben werden. Die Klöße können etwas zum voraus fertig gemacht werden, in diesem Falle hebt man sie, nachdem sie gekocht sind, in ein Geschirr mit kaltem Wasser heraus und stellt sie weg; zum Anrichten müssen sie aber in Bouillon wieder aufgekocht werden, bevor man sie serviert.

*

Bröcklisuppe. Von einem Stück nicht zu frischem Weißbrot wird die Kruste abgeschnitten, das Weiche zerschneide man in mittelgroße, gleichmäßige Würfel, röste diese, am besten in einer eisernen oder gelben Pfanne mit einem Stück heiß gemachter Butter recht braun, gieße ungefähr 2 Liter Wasser dazu, lasse die Suppe einige Male aufkochen, würze sie leicht mit Salz. Nach Belieben kann man über die gerösteten Brotwürfel etwas Mehlstäuben, leicht mitschweißen lassen und hernach das Wasser zugießen und aufkochen lassen.

*

Bouillon mit Griesklößchen. $\frac{1}{2}$ Liter Milch wird mit ca. 20 Gramm Butter zum Kochen gebracht, schütte 150 Gramm Gries hinein, rühre die Masse ab und lasse sie kochen, bis sie sich von der Kasserole ablöst, ziehe diese vom Feuer zurück, rühre den Teig, bis er seine größte Hitze verloren hat, gebe zwei ganze Eier, je eines nach dem andern, dazu, würze mit Salz, Pfeffer und Muskatnuß, steche mit einem Kaffeelöffel kleine Klößchen ab, lasse diese in leicht kochende Bouillon fallen

und während 8—10 Minuten fest werden; gebe die gekochten Klöße in die Suppenschüssel und richte die Bouillon darüber an.

*

Rinderbraten nach holländischer Art. Zum Braten wählt man das Lendenstück oder Filet, das Nieren- oder Schoßstück, die Oberschale und das Rippenstück. Ganz frisch kann man das Fleisch nicht gebrauchen, es muß abgehängt und mürbe sein. Nachdem es geklopft worden ist und 12 Stunden eingesalzen gelegen hat, wird es leicht abgewaschen, mit etwas Pfeffer und mit Rinderfett in die Bratpfanne gelegt. Das Fett kann roh sein, aber man kann auch ausgelassenes Fett hierzu verwenden. Die Hälfte des Fetts (zu einem Braten von 4 Kilo nimmt man $\frac{3}{8}$ Kilo Fett) wird unter den Braten und die Hälfte auf den Braten gelegt. Dann wird die Pfanne in den gut erhitzten Bratofen geschoben und unter stetem Begießen $2\frac{1}{2}$ Stunden gebraten. Man vergesse nicht den Braten einmal umzudrehen, sobald die untere Seite braun ist. Sobald der Braten auf der Schüssel angerichtet und auf irgend eine Weise warm gestellt ist, kocht man den Bratensatz von der Pfanne mit siedendem Wasser oder Fleischbrühe los, seiht die Sauce durch ein Sieb, nimmt bedeutend von dem Rinderfett ab, kocht sie mit $\frac{1}{3}$ Kilo Butter auf und serviert sie neben Salat, Kompot und gekochten Kartoffeln. Die Hauptkunst beim Braten besteht darin, daß man den Braten ohne Zusatz von Wasser weich brät, ohne das Fett verbrennen zu lassen, wodurch der Geschmack bitter werden würde. Wasser oder Fleischbrühe wird erst hinzugefügt, nachdem das Fleisch aus der Pfanne entfernt ist.

*

Gehacktes Kalbfleisch im Neb. $\frac{1}{2}$ Kilo aus Haut und Sehnen geschabtes Kalbfleisch wird fein gehackt; dazu eine in Milch geweichte und fest ausgedrückte Semmel, 2 Eier, Salz, etwas gewiegte Zitronenschale, Zwiebel und grüne Petersilie (in Fett geröstet), dann so viel Semmelbröseln dazu gemengt, daß die Masse zusammenhält. Ein sauber ausgewaschenes Kalbsnetz füllt man wurstartig mit dem Gemengsel und brät dies mit Butter oder anderem Fett gar, gießt etwas Rahm und Rindsuppe daran und schneidet vor dem Anrichten fingerdicke Scheiben davon.

*

Gebratene Rindszunge mit Polenta-Froketten. Eine schöne, schwere Rindszunge (rohe) wird in Salzwasser gekocht, dann geschält, wie ein Hase reihenweise auf der Oberseite mit feinen, geräucherten Speckstreifen gespickt, mit etwas Salz und weißem Pfeffer gebraten, wobei die Zunge von Zeit zu Zeit mit gutem sauren Rahm begossen wird. Die fertige Zunge kommt aufgeschnitten, dann wieder zu einem Ganzen

zusammengeschoben, mit der entfetteten Bratenbrühe zu Tisch, daneben wird ein Teller voll der delikaten Polenta-Proketten recht heiß serviert.

*

Gedünstete Schweinslende. Das Lendenstück vom Schweine wird abgehäutet, mit Salz und Pfeffer eingerieben, gespickt und mit geschnittener Zwiebel, Kapern und 1 Löffel Essig gedünstet. Nachdem das Fleisch gar ist, werden einige Eßlöffel saurer Rahm mit einem halben Eßlöffel Mehl gut verrührt, darüber gegeben und wenn nötig mit etwas Fleischbrühe nachgegossen und noch eine kurze Zeit bis zum Anrichten aufgekocht.

*

Fleischschnittchen. Ein Rest Braten wird ganz fein gewiegt, 2—3 hartgekochte Eier werden mit etwas frischer Butter zu Brei gerührt, nach und nach Del, Essig, Senf, etwas weißer Pfeffer, gehackte Sardellen, Schnittlauch oder wenig fein geriebene Zwiebel, auch Petersilie, hinzugetan. In diese dicke, sehr gut gerührte Sauce tue das fein gehackte Fleisch, mische gut. Kalt gestellt wird es steif und läßt sich dick auf geröstete Semmelscheiben streichen

*

Kartoffelstückchen. Man schält Kartoffeln in mittlerer Größe, schneidet sie in Viertel, wäscht sie rein und gießt dann recht kochendes Wasser darüber, worin sie zugedeckt eine Viertelstunde stehen müssen; dann läßt man sie rein ablaufen, schüttet sie in ein Kasserol, gießt kochende Fleischbrühe darüber und läßt sie gar kochen, doch so, daß die Brühe klar bleibt. Kurz vor dem Anrichten tut man nach Belieben entweder fein würflig geschnittene und in Fett geröstete Zwiebel oder klare Petersilie oder etwas gewaschenen Kummel an die Kartoffelstückchen.

*

Gratinierte Maccaroni. Ein halbes Pfund Maccaroni werden in fingerlange Stücke gebrochen, in Salzwasser weich gekocht, auf einen Durchschlag zum Ablauf gegossen, nachdem mit 100 Gramm Butter und 100 Gramm geriebener Parmesankäse, etwas Salz, Pfeffer und Muskatnuß vermischt, auf eine mit Butter gestrichene Schüssel getan, mit Parmesankäse und geriebenem Brot bestreut, mit Butter beträufelt und in heißem Ofen zu schöner brauner Farbe gebacken.

*

Apfelsauce. 5—6 saure Äpfel werden geschält, gepuht und in feine Scheibchen geschnitten, koche sie mit ein wenig gestoßenem Zucker, etwas dünn abgeschnittenem Citronengelb, nußgroß Butter und ein wenig Wasser gut weich, streiche sie durch ein Sieb, lasse sie wieder aufkochen. Diese Sauce darf nicht zu dünn sein, und wird hauptsächlich zu Schweinsbraten oder gebratener Gans serviert.

Omelette mit gehacktem Grünem oder Käse. Für 6—8 Personen werden 10—12 verschlagene Eier gut verklopft, mit Salz und Pfeffer gewürzt. Lasse in einer glatten, flachen Pfanne zirka 25 Gramm Butter auf hellbrennendem Feuer gut heiß, aber nicht schwarz werden, gebe die Eier dazu hinein, rühre sie mit einer Schaufel oder Gabel auf lebhaftem Feuer rasch ab, bis sie eine dickliche, flockige Masse, ungefähr wie verrührte, weichgekochte Eier bilden; höre dann zu rühren auf, ziehe sofort die Pfanne ein wenig vom Feuer zurück, halte sie in etwas schiefer Richtung gegen das Feuer zugeneigt, schlage die beiden entgegengesetzten Ränder der Eiermasse der Länge nach gegen die Mitte zusammen, wodurch eine längliche, in der Mitte etwas dicke und gegen beide Enden zugespitzte Omelette entsteht, lasse diese auf der untern Seite auf hellbrennendem Feuer leicht braun backen, überzeuge sich, daß sie sich gut von der Pfanne ablöst, indem man entweder mit der Palette darunter durchfährt oder indem man mit der Hand einen kurzen Schlag nächst der Pfanne auf den Pfannenstiel giebt, wodurch sich die Omelette ein wenig hebt. Fasse dann den Pfannenstiel mit der rechten Hand von unten auf und überstürze die Omelette mit einem Ruck auf die in der linken Hand wagrecht gehaltene Platte. Nach Belieben kann den aufgeschlagenen Eiern ein wenig gehacktes Grünes oder geriebener Käse beigegeben werden.

*

Spargelrezept. Gebackene Spargel. Der in Bündel gebundene Spargel wird in Salzwasser halb gar gekocht, dann in eine mit Butter ausgestrichene und mit viel Semmel ausgestreute, flache, runde Form geschichtet, reichlich mit saurem Rahm und etwas Spargelwasser übergossen, nochmals mit Semmel bestreut und mit Butterstückchen belegt und eine halbe bis dreiviertel Stunde bräunlich gebacken. Beilage: Schinken oder Gebratenes.

*

Salatsauce. Um den Salat richtig würzen zu können, ist es nötig, daß vorerst sämtliche Gewürze gehörig aufgelöst seien, welches dadurch erreicht wird, daß man das Salz, Pfeffer, Senf etc. mit Essig abrührt und das Del erst nachher nach und nach beigebe. Noch besser ist es, wenn das Salz mit Wasser aufgelöst wird. Man gebe zu diesem Zwecke in eine Flasche 200 Gramm gestoßenes Salz, fülle die Flasche mit heißem Wasser zu, schüttle sie von Zeit zu Zeit um und stelle diese Salzlösung bis zum Gebrauche beiseite, gebe in eine Salatschüssel 2 Eßlöffel voll von obiger Salzlösung und 2 Eßlöffel voll guten Essig, nach Belieben eine kleine Messerspitze voll Senf, eine Prise gestoßenen Zucker, das Gelbe eines hartgekochten Eies, rühre mit einem Schneebesen alles tüchtig durcheinander, gebe nach und nach 4 Eßlöffel voll

feines Olivenöl und zuletzt den gut gewaschenen und gründlich abgetropften Salat dazu, mische alles leicht und rasch, am besten mit zwei Gabeln, durcheinander. Nach Belieben kann man zum Anmachen des Salats eine starke Prise gestoßenen Zucker darüber streuen, wodurch dem Essig seine herbe Kraft angenehm gemildert wird.

*

Fein abgeriebener Teig. $\frac{1}{2}$ Pfund Mehl wird im Kranz auf das Teigbrett dressiert, in die Mitte gebe man 185 Gramm glatt geknetete Butter, 1—2 Eigelb, eine Prise Salz und ca. $\frac{3}{4}$ Deziliter Wasser, menge zuerst die Butter mit dem Wasser und dem Eigelb, ziehe dann nach und nach das Mehl dazu, verarbeite alles rasch und leicht zu einem mitteifesten Teig, knete diesen einigemal mit den Handballen durch und schlage ihn in ein Tuch ein, lasse ihn 20—25 Minuten ruhen. Will man den Teig zu süßen Kuchen und Tarteletten verwenden, so gebe man mit dem Salz einen Eßlöffel voll gestoßenen Zucker dazu.

*

Petersilie zu backen. Die Petersilie wird gut erlesen, die dicken Stiele entfernt und in einen Backkorb oder große Schaumkelle gelegt. Unterdessen läßt man das Backfett gut heiß werden, taucht die Petersilie hinein, wobei sie stark krachen wird, backt sie so lange, bis sie fast nicht mehr kracht, legt sie zum Abtropfen auf ein Sieb und bestreut sie leicht mit Salz. Die gebackene Petersilie soll schön grün und recht knusperig sein.

*

Quittenmarmelade. Reife Quitten werden sauber abgerieben und von der Blüte befreit. Dann werden sie mit der gleichen Menge Apffel in Stücke geschnitten, in einen Kessel gethan und soweit mit Wasser bedeckt, wie es für gutes Apfelmus erforderlich ist. Wenn die ganze Masse zerkoht ist, wird sie durch ein Sieb gestrichen, dann mit 1 Pfund Streuzucker auf 1 Pfund Mus wieder in den Kessel gethan und unter fortwährendem Rühren, da es leicht anbrennt, noch einige Zeit gekocht, dann wird es in Gläser gefüllt. In der ersten Zeit, wenn es noch weich ist, kann man es gut auf Brot streichen, bei Kindern sehr beliebt, später wird das Mus fest und kann man es mit dem Messer in Stücke schneiden

*

Tomaten eingemacht. Eine beliebige Menge Tomaten wird abgeschnitten und eine Zeit lang gekocht. Dann nimmt man sie vom Feuer und läßt sie auf einem feinen Sieb abtropfen. Hierauf wird das Fleisch durch das Sieb gedrückt, nochmals aufs Feuer gebracht und zu einer dicken Masse eingedämpft, die man schnell in weithalsige, eingeschweifelte Gläser füllt und mit einer Schweinsblase verbindet. So halten sich Tomaten, an einem kühlen Orte aufbewahrt, Jahre lang.

Konserve von Kirschen. Nicht zu reife Kirschen werden ausgelesen und die Stile bis auf Centimeterlänge abgeschnitten. Die so zugerichteten Kirschen werden in weithalsige Flaschen gefüllt. Dann verkocht man auf 1 Liter Wasser 550 Gramm Zucker, läßt gut aufkochen, zieht es vom Feuer und läßt den Syrup erkalten, gießt ihn hierauf über die eingefüllten Kirschen macht die Flaschen zu und verbindet sie. Hierauf bringt man die Flaschen in den Backofen nach dem Brot, oder kocht sie im Bain-marie, worin man sie erkalten läßt. Muß kühl aufbewahrt werden, am besten im Keller.

*

Zur Vertreibung der Fliegen. Vielerlei wird zur Vernichtung der Fliegen empfohlen, die oft eine recht empfindliche Plage, zumal auf dem Lande sind. Das sicherste Mittel ist Zugluft und Entziehung der Existenz-Bedingungen. Nie lasse man den Fliegen Speisereste zur Beute; wo bei offenen Fenstern und Thüren Brot- oder Kuchenkrümchen, Obst- oder Fleischreste herumliegen, wird es immer viel Fliegen geben. Aufgestellte Fliegengläser sehen unappetitlich aus, noch mehr die Leimruten, die noch außerdem durch den Anblick der stundenlang zappelnden Tierchen verhärtend auf das Kindergemüt wirken. Ein einfaches und sicheres Mittel gegen die Fliegen ist eine Abkochung von Quassia-Spähnen. Auf 100 Gramm von diesen Spähnen gießt man zwei Obertassen Wasser und läßt sie einige Stunden langsam kochen. Zu dem alsdann gewonnenen Extrakt (etwa eine halbe Tasse voll) mischt man eine Tasse Zuckersyrup. In diese Flüssigkeit taucht man ein gewöhnliches Löschpapier, welches man auf kleine Teller gießt. Die Flüssigkeit hält sich gut verschlossen am kühlen Ort mehrere Wochen. Hat man in nächster Nähe seiner Wohnung Stallungen u.s.w., so ist durchaus zu empfehlen, namentlich die Küchenfenster am Tage verschlossen zu halten und nur des Nachts zu öffnen, — eine Drahtgaze eingesezt tut gute Dienste. — Eines der wirksamsten Mittel, um Gegenstände aller Art vor den Fliegen zu schützen, ist das Lorbeeröl, der Geruch dieses Oeles ist den Fliegen unerträglich.

*

Winke für den Einkauf von Hasen. Beim Einkauf von Hasen mögen unsere Hausfrauen auf folgende Zeichen achten: Gut erhaltene Augen deuten darauf hin, daß der Hase frisch geschossen zum Verkaufe vorliegt; sind die Augen der Tiere jedoch eingefallen, so ist der Hase schon längere Zeit geschossen. Sind die Nägel an den Beinen, vor allem aber an den Hinterläufen, noch schwarz, etwas spiz und scharf, so kann man sicher sein, daß es ein junger Hase ist, den man gekauft hat; alte Hasen haben meist ziemlich abgelaufene Nägel.