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

Objekttyp: **Appendix**

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

Band (Jahr): **20 (1898)**

Heft 36

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am dritten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | Nr. 9. | September 1898

Was ein Hygieiniker über die Kochkunst sagt.

Der Hygieiniker Dr. Laumonier läßt sich über die Kochkunst in einem französischen Journal folgendermaßen vernehmen:

Schon die Griechen und Römer kannten die Einteilung der Mahlzeiten in Vorspeisen, Mittelgänge und Nachtisch. Unter Lucullus würde eine Speisenfolge ungefähr so ausgeschaut haben: „Vortisch. Frische gebackene und in der Asche gedämpfte Muscheln; frische Pfaueneier, Kuttelwürste, Eisbeine, Wildschweinleber, Lammskopf, Kalbsgekröse, Wildsaubauch und kleine Vögel in Tunke. Mittelgänge. Wildpret, Geflügel, gebratene und gekochte Fische in allen möglichen Tunken. Nachtisch. Früchte und Backwerk." Aber trotzdem nimmt Laumonier für die Franzosen den Ruhm in Anspruch, die ersten Köche und Feinschmecker der Welt zu sein, nicht nur jetzt, sondern zu jeder Kulturepoche. Er nennt einige besonders berühmte Köche der Neuzeit, wie Trompette, der aus dem Dienst des Herzogs von Novilles mit einem Fixum von 12,000 Fr. jährlich in den Gambetta's übertrat.

Der Kammerfourier des Zaren Nikolaus II. ist ein elsässischer Franzose, Kranz, der 17,000 Fr. per Jahr bezieht. Alexander der Dritte ermächtigte ihn ausdrücklich, seine Nationalität beizubehalten und gestand ihm unter den Hofchargen das Recht zu, den Degen zu tragen. Französische Köche haben ferner: die Königin von England, der Prinz von Wales, der König von Griechenland und andere mehr. Nach dem Feinschmecker Chatillon Plessis lehrt auch Herr Laumonier, daß zu einem wirklichen Gourmetsmahle keine Frauen zugelassen werden dürfen.

Es zeugt auch von schlechtem Geschmack, über die Vorspeisen in Entzücken zu geraten. Bis zum dritten Gange darf man nur von dem sprechen, was man ißt, gegessen hat und essen wird. Die Speise, von der man nicht noch nachträglich verlangt, ist eine Lektion für den Koch, Chatillon-Plessis fügt noch hinzu: „Eßt und trinket, indem Ihr an das darauf folgende Mahl denket. Das heutige Abendessen muß dem morgigen Frühstück keinen Abbruch thun."

Die Beschaffenheit einer guten Wirtschaftsküche.

Die erste Bedingung ist die Reinlichkeit, die vom Chef oder der Köchin bis zum Küchenmädchen herab sich erstrecken soll.

Es ist nichts so notwendig wie die Reinlichkeit und es wird sich an jedem Gericht erkennen lassen, ob in der Küche Reinlichkeit herrscht. Deshalb soll aber auch beim Häuserbauen immer darnach getrachtet werden, daß die Küche groß, geräumig und hell ist und an einem richtigen Ort untergebracht wird, nicht daß sie, wie es leider noch häufig vorkommt, in den letzten Winkel geschoben wird. Dadurch leidet das ganze Haus und noch besonders die Gesundheit der darin Arbeitenden.

Es ist vielleicht auch hierin ein Grund zu suchen, warum die guten Köchinnen so sehr gesucht sind. Weil sie sozusagen lebendig begraben werden, besinnen sich viele, ehe sie den Kochlöffel ergreifen.

An manchen Orten denkt man erst an die Küche, wenn alles schon fertig ist und dann wird sie noch schnell in einen Winkel hinein geschoben, wo keine richtige Helle ist und eine gute Ventilation fehlt. In den meisten Fällen leidet das Küchenpersonal, wenn es einmal ins Alter kommt, an den schrecklichen reumatischen Schmerzen und das rührt nur von den ungesunden und meistens nassen Arbeitsräumen her.

Deshalb gibt es sehr viele junge Leute, männliche und weibliche, die, nachdem sie einige Monate in einer Küche waren, krank werden und die Küche meiden müssen.

Der Feuerheerd soll freistehend an einem hellen Platze stehen. Macht man die Anschaffung einmal, so soll man etwas rechtes erstellen lassen, denn glaubt man bei billigen Preisen etwas zu erhausen, so verschlingen das Erhauste später die Reparaturen.

Ferner sollen in jeder Küche genügend Tische, die am besten (wenigstens das Tischblatt) aus Ahornholz gemacht werden, mit genügend Schubladen versehen sein.

In Kasserolen soll jede Küche reichlich versehen sein, nicht daß man bei großer Arbeit immer warten muß bis die eine oder andere Kasserole wieder gereinigt ist. Auch hier wird falsch gespart, indem dadurch nur wieder mehr Geld für das kostspielige Verzinnen ausgegeben werden muß und die Arbeit selbst durch Stockung des schnellen Servierens darunter leidet.

Es ist aber zum großen Vorteil, wenn für das Aufhängen der Kasserolen eiserne Rechen angebracht werden, überhaupt soll so wenig als möglich Holz in einer Küche an den Wänden verwertet werden, indem es nur Brutanstalten für das Ungeziefer sind, das sehr schwer oder gar nicht mehr ausgerottet werden kann.

Ebenfalls sollen genügend Schöpflöffel vom kleinsten bis zum

größten und Holzlöffel und Spateln vorhanden sein, desgleichen auch Siebe.

Begreiflicherweise darf in einer Küche die Uhr nicht fehlen, denn wieviele Artikel sollen auf die Minute fertig sein, damit der Gast nicht reklamieren muß. Man kann sagen, vom größten bis zum kleinsten Artikel, der in der Küche verlangt werden kann, wird alles nach der Zeit berechnet.

Wird zum Beispiel ein Beefsteak bestellt, so weiß der Besteller oder soll es wissen, daß er nach 12 Minuten das Beefsteak verlangen kann und der Koch oder die Köchin weiß, daß es fertig sein muß, es spielt also auch die Pünktlichkeit eine sehr große Rolle in einer seriösen Küche.

Direkt an die Küche anschließend soll sich das Spühlzimmer befinden, das je nach der Größe der Küche eingerichtet sein soll. Denn oft wird viel Geschirr zerbrochen wegen einer mangelhaften Einrichtung der Abwaschräume. An genügend heißem wie kaltem Wasser darf es natürlich nie fehlen.

Von größter Wichtigkeit sind auch die Einkäufe der verschiedenen Produkte. („Gastwirt")

Verfälschung von Schweinefett.

Ein bei der Bereitung von Speisen je nach der Landesgegend und den ökonomischen Verhältnissen in stärkerem oder geringerem Maße zur Verwendung gelangendes Fett ist das Schweinefett.

Es wird in erheblicher Menge aus Amerika, Ungarn und Italien in die Schweiz eingeführt und diese Einfuhr stellt neben der eigenen Landesproduktion den Großteil unseres Konsums in diesem Artikel dar. Die aus Amerika und Ungarn eingeführte Ware ist etwas grobkörniger und mehr ins gelbliche spielend, als das in unserer Heimat gewonnene Schweinefett; am weißesten ist das aus Italien importierte, welches zudem so weich ist, daß es zur Sommerszeit fast immer flüssig wird.

Die Eigenschaften eines guten Schweinfettes sind: reine weiße Farbe, ziemliche Festigkeit bei gewöhnlicher Temperatur, schwacher Geruch ohne jeden Nebengeruch, Schmelzen bei 36 Grad Celsius (nach anderen Fachkundigen schmilzt es zwischen 40—41 und erstarrt bei 30 Grad). Riecht und schmeckt das Produkt ranzig und hat es eine üble unreine Farbe, so ist es schlecht und unverwendbar. —

Luft und Licht wirken verderblich auf das Schweinefett ein; es wird nach und nach zersetzt und bekommt einen schlechten (ranzigen) Geruch und Geschmack. Soll es möglichst lange in gutem Zustande bleiben, so bewahre man es an einem kühlen dunkeln Orte auf und verhindere, soweit thunlich, den Zutritt der Luft.

Die gewöhnliche Verfälschung des Schweinefettes geschieht durch Zusatz von Wasser, sogar bis zu 40 Prozent. Um diesen Betrug zu verheimlichen, d. h. dessen Entdeckung zu erschweren, setzen die Amerikaner dem Fette Aetzkalk oder Aetznatron zu.

Wer dieser Fälschung auf die Spur kommen will, schmelze 50 Gramm Fett in einem geschlossenen Gefäße auf dem Wasserbad, lasse es einige Zeit bei der gleichen Temperatur stehen und dann nach und nach erkalten. Ist das Fett erstarrt, macht man ein Loch in dasselbe, läßt das unter der Fettschicht befindliche Wasser in eine (vorher gewogene) Schale ablaufen und wägt dann das ganze. Das Mehrgewicht zeigt das Gewicht des Wasserzusatzes, also den Gewichtsteil der Fälschung an, denn reines Fett enthält kein Wasser.

Als weitere Verfälschung des Schweinefettes ist zu bezeichnen dessen Vermischung mit Surrogaten (Ersatzmitteln, die minderwertig sind). Von Amerika her wird viel mit Oleomargarin, Stearin und Rindtstalg vermischtes sog. „raffinirtes Schweineschmalz" nach Europa geliefert. — Im innern kommt es vor, daß Kreide, Thon, Gyps, Stärke oder Mehl beigemischt wird. Zusätze von Hammeltalg oder Baumwollsamenöl sind ebenfalls nicht selten; solche Surrogate wirken nicht gesundheitsschädlich, auch ist ihr Nährwert nicht geringer als derjenige des unverfälschten Produktes. Ihr Handelswert jedoch ist bedeutend geringer und darin liegt der Betrug und die Schädigung des Käufers.

Wir haben oben die Eigenschaften angegeben, welche für die Beurteilung der Qualität und der Reinheit des Schweinefettes maßgebend sind, ebenso ein Mittel, um allfälligen Wasserzusatz zu konstatieren. Die Vermischung mit anderen Fetten und Surrogaten festzustellen, bedarf chemischer Untersuchungen, die der Laie nicht vornehmen kann und die daher dem Chemiker übertragen werden müssen. Für eine solche Untersuchung sind ca. 200 Gr. erforderlich.

Billige und gesunde Nahrung.

Es gibt wohl kaum eine billigere und bei geeigneter Zubereitung schmackhaftere Beigabe für den Mittagstisch als wie unsere eßbaren Pilze.

Ihr häufiges Vorkommen um die jetzige Zeit, die beinahe mühelose und dabei kostenfreie Erwerbung derselben ladet förmlich zu deren Genuß ein und doch haben die Schwämme noch bei weitem nicht die Würdigung gefunden, die sie verdienen.

Die Hauptursache davon ist wohl die noch vielfach anzutreffende Unkenntnis der Pilzarten und die Furcht, unter genießbaren auch giftige einzuheimsen; diese Mißgriffe können aber vollständig vermieden werden,

wenn der Sammler Apotheker Studer's Büchlein „Die wichtigsten Speisepilze" (Verlag von Schmid und Franke in Bern) zur Hand nimmt.

Auf 11 meisterhaft gemalten und in Farbendruck ausgeführten Tafeln findet er unsere wichtigsten, eßbaren Schwämme naturgetreu abgebildet. Unter Zuhilfenahme der noch beigefügten eingehenden Beschreibung ist es leicht, beim Einsammeln jedem Fehlgriff auszuweichen, um sich dann ruhig dem Genuße der nahrhaften und dabei so billigen Naturgabe hingeben zu können.

Studers Büchlein kostet gebunden nur Fr. 1.50 und ist durch jede Buchhandlung (auch gegen Einsendung von Fr. 1.55 in Briefmarken) zu beziehen.

Alte Butter ist gesundheitsgefährlich.

Die Rückstände, wie solche beim Einsieden frischer Butter entstehen („Feula") werden oft auch zu Kuchen verarbeitet. In einer Anstalt erkrankten s. Z. nach Genuß solcher Kuchen etwa zehn Personen an heftigem Erbrechen und Durchfall. Die Sache gelangte zum Untersuch an den Kantonschemiker. Die ausgelassene Butter, die Kochgefäße und das verwendete Anispulver erwiesen sich als unverdächtig; ein kleiner Rest hingegen erwies sich als von Pilzmycelien vollständig durchsetzt.

Bei alter Butter, namentlich bei Butterballen, die von kleineren Produzenten durch Zusammenlegen von täglich bereiteter Butter entstehen und erst nach Erlangung eines bestimmten Gewichtes auf den Markt gebracht werden, kommen solche Pilzmycelien öfter vor. Solche Butter aber ist stets zu beanstanden.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Citronencrême (für 4 Personen)

Schwinge 4 Eigelb mit 200 Gramm Zucker, daran eine Citrone abgerieben, den Saft von 2 Citronen, 3 Eßlöffel reines Wasser; wenn alles gut verarbeitet, gib siedend das aufgelöste von 4 Blatt Gelatine oder 1 Paket Liebig's Pflanzengelée dazu, zuletzt den Eierschnee und gib es in eine Porzellanform.

Crême von Orangen.

Ganz gleich, nur Orangen statt Citronen.

Crême von Arrac.

Ganz gleich, nur 2 Eßlöffel Citronensaft und anstatt Wasser 4 Eßlöffel Arrac.

Crême von Kaffee.

Ganz wie oben, nur anstatt dem andern 2 Eßlöffel Kaffeeextrakt und 1/4 Liter Schlagrahm darunter.

Diese verschiedenen Crêmes eignen sich auch für die Gefrierbüchse.

Himbeer-Liqueur.

1 Liter frische Himbeeren werden mit 2 Liter Cognac oder ganz feinem Branntwein übergossen und 4 Wochen an der Wärme stehen gelassen. Dann läutere 1 Kilo Candiszucker (hellen) in 1 Liter Wasser zu Syrup, filtriere alles und fülle es in Flaschen.

Reisspeise mit Eierschwämmen.

Die Schwämme werden sauber geputzt, 2—3 Stunden gewässert, dann in süßer Butter gedünstet, mit Mehl eingestäubt, mit Fleischbrühe reich gedämpft (1½—2 Stunden), ½ Stunde vor dem Anrichten kommt ½ Tasse gewaschener Reis dazu, dann läßt man es fertig kochen, gibt noch Bratenguß oder Fleischbrühe nach.

Tomatengelée.

Tomaten werden aufgesetzt mit etwas Wasser und etwas Weißwein, dann heiß durch ein Sieb gerieben. Die Masse kocht man mit gleichschwer Zucker und Marmelade ein, es hält sich sehr gut und ist so gesund.

Orangenspeise.

½ Pfund Zucker schlägt man mit 8 Eigelb schäumig, gibt diesem die abgeriebenen Schalen von 4 Orangen und den Saft von 8 Orangen dazu mit ½ Liter Weißwein. Saft und Wein kommen auf das Feuer, wenn es siedet Eier und Zucker dazu und bekanntermaßen schnell abgehoben mit 12 Gramm Gelatine oder Lieb. Pflanzengelée (1 Paket) vermischt und in eine Porzellanform geschüttet, abends gestürzt.

Lieb. Pflanzengelée,

in Wasser aufgelöst, in siedendem Obstsaft oder Wein oder Most oder Mandelmilch einlaufen und einigemale aufkochen lassen, gibt sehr erfrischende Speise für den Sommer.

Heidelbeeren zum täglichen Gebrauche.

Auf 1 Pfund Heidelbeeren koche 1 Glas Wasser mit 1 Glas gestoßenen Zucker länger ein, gib die Heidelbeeren darunter, lasse sie nur einmal aufwellen und richte sie an, sind vorzüglich so.

Compotes irgend einer gekochten Frucht,

mit Schlagrahm vermischt, ist sehr gut, besonders mit Weichseln oder Johannis-, Erd- und Himbeeren.

Griestorte.

8 Eigelb mit 400 Gramm Zucker geschlagen, 100 Gramm geschälte geriebene Mandeln, Saft und Schale von 1 Citrone ½ Stunde gerührt, dann 200 Gramm rohes Griesmehl darunter, zuletzt der Eierschnee, in Tortenform gebacken.

Mürbe Kränzlein.

125 Gramm Mehl, 125 Gramm Butter, Zucker nach Belieben oder Salz, 1 Messerspitze Zimmt wird mit 1 Eigelb und einem ganzen

Ei gut gewirkt, wenn der Teig zu fest ist, gib etwas Wein oder Milch dazu, forme feine Plätzchen oder Kränzchen, bestreue sie heiß mit geriebenem Zucker.

Vorzügliche Salzgurken.

Bürste mittelgroße Gurken gut, lege sie 24 Stunden in gutes Salzwasser, nehme sie heraus, schichte sie mit Dill, Esdragon, Basilikum und Weichselblättern in Töpfe, beschwere sie mit einem Brett, dann koche auf 5 Liter Wasser 250 Gramm Salz und 1/2 Liter Weinessig, gieße es siedend über die Gurken, die Flüssigkeit muß dieselben immer decken, schließe sie fest zu.

Blanc-manger.

1/2 Pfund Zucker, 1/4 Pfund geschälte geriebene süße und 10 bittere geriebene Mandeln in Milch und Vanille gekocht, durchgeseiht, mit Liebpflanzengelée vermischt, abgestürzt.

Heilkraft der Gurke.

Gurkensaft, der mit Candiszucker zu Syrup gekocht und täglich morgens früh und abends 1 Löffel genommen, hat wunderbare Wirkung für Brust- und Lungenkranke, hilft auch bei Fiebern, Blutspeien und regt die Hautthätigkeit ungemein an. Auf 1 Liter Gurkensaft 1 Pfd. Zucker.

Gurkensaft mit Glycerin und Benzoë

vermischt heilt alle Hautschäden.

Gurkensalbe.

Gurkensaft wird abgeschäumt und warm mit Lanolin vermischt, indem man löffelweise den Leim hinein rührt bis die Masse zu schöner Salbe erkaltet ist.

Gurkenpomade.

Reibe geschälte Gurken am Reibeisen ab, vermische es mit feinem Oehl, koche es 10 Minuten im Wasserbad (die Mischung darf nicht direkt auf das Feuer kommen, sondern das Töpfchen, worin die genannten Ingredien gegeben werden, muß in einem Gefäß mit Wasser kochend erhalten werden), gib dem ausgeschiedenen Oel frische Gurken bei, so erwärme es fünfmal. Dann gibt es eine glänzende Pomade, die man abends in Gesicht, Hals und Hände fest einreibt; war schon im Altertum berühmt.

*

Falscher Wiener Roastbraten von übrig gebliebenem Rindfleisch. Schöne Siedfleischreste schneidet man in kleinfingerstarke Schnitten, bestreut sie mit etwas Salz und je einer Prise Paprika und brät sie mit reichlich Zwiebelscheiben in halb Butter, halb bestem Schweinefett auf beiden Seiten rasch ab. Kocht das Bratfett dann mit einigen Eßlöffeln Wasser auf, setzt ein wenig Maggi zu und gibt Kartoffeln und grünen Salat daneben.

Holländisches Kirschkompott. Man dünstet die ausgesteinten Kirschen in etwas Wein mit Zucker und Citronenschale weich, röstet kleine Semmelschnitten in Butter und Zucker braun und umgibt mit ihnen die in einer Porzellanschale erhaben angerichteten Kirschen. Mehrere Eiweiß schlägt man zu steifem Schnee, würzt ihn mit Vanillezucker, streicht ihn glatt über die Kirschen und läßt das Kompott eine Viertelstunde im Ofen überbacken.

*

Waschleinen zu reinigen. An frisch gewaschener Wäsche bemerkt man zuweilen gelbe oder graue Streifen. Dieselben rühren von den unsauber gewordenen Waschleinen her, auf welchen man die Wäsche trocknete! Um erstere zu reinigen, kocht man von Seife und etwas Soda eine glatte Lauge und gießt dieselbe auf die Leine (Seil) in ein nicht zu tiefes Waschfaß. Nach einer Viertelstunde reibt man die Leine mit einem wollenen Lappen kräftig in der Seifenlauge ab, nimmt nochmals reines Seifenwasser und spült sie zuletzt in klarem warmen Wasser aus. Wenn man einen großen staubfreien Raum hat, spannt man die Leine darin aus, damit sie schnell trocknet. In Ermangelung eines solchen Raumes wickelt man die Leine um ein Brett glatt und gleichmäßig auf und stellt sie an den Ofen oder an die Sonne.

*

Pelzwerk jahrelang vor Motten zu schützen. Man destilliert Campher und viel spanische Pfefferschalen 3 Tage lang in Spiritus, seiht die Flüssigkeit durch und lege damit getränkte Wattebäuschchen in die Kleider und Stoffe, die am besten noch in Zeitungspapier eingepackt und tadellos verklebt, oder in gut gestärkte Tücher eingeschlagen werden. Die so behandelten Gegenstände werden am besten im Feuerraum eines Ofens aufbewahrt, wo ein Schieber im Kamin und an der Ofentüre etwas geöffnet sein müssen, um beständigen Zug zu unterhalten.

*

Suppenflecke, sowie kleinere Fettflecke überhaupt, weichen, wenn man sie in heißem Wasser wäscht, dem etwas Soda oder Borax oder Salmiakgeist zugesetzt worden ist.

In baumwollenen Stoffen braucht man den Fleck nur mit reinem Terpentinöl oder Benzol auszuwischen, hierauf den Ueberschuß mit Filtrierpapier zu entfernen und den Stoff in reinem Seifenwasser auszuwaschen, worauf der Fleck gewiß verschwinden wird. Seidene Stoffe werden wie vorerwähnt behandelt, nur nimmt man lieber Aether oder Chloroform anstatt Benzol.

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