

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 24 (1902)
Heft: 23

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: 14.03.2025

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

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 6.

Juni 1902

Verwendung von Resten und Abfällen im Haushalt.

Ein sparsamem Haushalt werden nicht nur Reste gut verwendet, sondern oft gesorgt, daß es solche gibt, da einmal Gekochtes auf verschiedene Art verbraucht, Zeit und Feuer gespart werden kann. Bei größeren Fleischstücken ist auf besseres Fleisch zu rechnen, und bleiben große Braten saftiger als kleine Stücke. So ist bei Sauerkraut, bei Kohl zweckmäßig, doppelte Portion zu nehmen, zum Aufwärmen; bei Bohnen gleich welche zu Salat übrig zu haben, und so noch vieles Andere.

Für die täglichen Abfälle vom Tisch, namentlich Fleisch- und Gemüsereste, ist, wo keine anderen Tiere im Hause sind, sehr ratsam, Hühner zum Mästen einzusetzen, für die ein kleines Ställchen wohl überall unterzubringen ist (auch in der Küche), das, mit Schieblade unten versehen, so reinlich gehalten wird, daß kein Geruch zu merken ist. Reinlich gehalten und gut gefüttert, werden die Tiere in wenig Wochen fett, wie sie zu kaufen teuer sind, und können im Sommer junge Hühnchen nach vier bis sechs Wochen wieder durch andere ersetzt werden. Dafür passen gut Brotabfälle, die man das ganze Jahr über sammelt, von denen es vom Tisch und namentlich bei kleinen Kindern viele gibt, die sonst keine Verwendung finden. Man trocknet sie im Ofen, verwahrt sie in irgend welchem Gefäß und weicht sie dann für die Hühner in kleinen Portionen in Wasser oder Milchresten ein, was ein ausgezeichnetes Futter gibt.

Anderer Brotreste werden am besten zu Suppen gebraucht, gerieben auch zu Kuchen, Puddings-Aufläufen, die Kruste zu Sauerbraten.

Uebrig Semmel und Zwieback sind, wenn schon alt und hart, im Ofen zu rösten und dann gestoßen zum Panieren, Bestreuen von Formen und dergl., aber auch eingeweicht zu Suppen, Klößen, Aufläufen gut. Lassen sich Semmel noch schneiden, so können sie zu gebackenen Schnitten,

Karthäuserklößen, Charlotten, Croutons oder sonst zu Suppenschnitten und Würfeln genommen werden, Zwieback auch zu kalten Schalen und dergleichen.

Kartoffelüberreste von roh geschälten, wie es solche namentlich gibt, wenn kleine Kartoffelchen ausgestochen worden sind, passen zu Kartoffelsuppe und Püree.

Uebrige gekochte Kartoffeln lassen sich ganz, aber geschält rösten, oder sind zu Kartoffelsalat, zu Prinzess-Häringskartoffeln und mancherlei derartigen Gerichten passend. Gerieben, zu Suppen, Klößen, Suppenklößchen, Salat, Pudding, Kuchen, Kartoffelpfannkuchen, Auflauf, Häringsauflauf und einer Menge anderer Kartoffelspeisen.

Suppenfett ist zu den meisten Gemüsen zu gebrauchen, besonders gut zu gelben Rüben, Savoyenkohl, Kohlrabi; namentlich zusammen mit anderem Fett, auch zu Bohnen, allen Kohl- und Rübenarten, ebenso ist Bratenfett gut zu den genannten Gemüsen, ist aber auch zum Braten von Fleisch und Kartoffeln anzuwenden.

Uebrige Bouillon kann zu schwächeren Bouillonsuppen, zu Gerste, Eiergerste, Korb, sehr gut gebraucht werden, zu vielem anderen mit Hilfe von Fleischextrakt. Bei manchen Gemüsen ist Bouillon auch gut, und genügen dann kleine Reste.

Die Brühe frischer Zunge ist wie andere Bouillon zu benutzen, die von gesalzener oder geräucherter und von Salzfleisch mit Vorsicht, weil sie sehr salzig ist, wohl zu brauchen, namentlich zu Kartoffel- und Wurzelsuppe, zu Bohnen- und Linsensuppe. Von der Brühe, in der Blumenkohl und Spargel gekocht wurden, kocht man auch Suppe, ebenso aus der von Klößen und Spätzle, und verbraucht in letzterer übrige Klöße, eine Zuthat von Butter und Mehl, vielleicht etwas Eigelb, und die Suppe ist fertig.

Aus allerhand fetten Brühen kann Panhas gekocht werden. Speckschwarten kann man in Bohnen, Erbsen, Linsen und Kartoffelsuppe kochen, auch braucht man sie beim Backen von Flädchen (Plinken), außerdem sind sie nützlich, den Herd und sonst Eisen damit abzureiben, und sollten solche also nie weggeworfen werden. Gemüsereste, die verwendet werden sollen, sind zum Teil aufzuwärmen, wie Sauerkraut, Grünkohl, die eher durch Aufwärmen gewinnen; andere sind zu Suppen und Salat, einige freilich gar nicht, für den Tisch wieder zu gebrauchen. Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Artischocken, kann man in jeder Bouillonsuppe, aber auch als Salat essen. Linsen, weiße Bohnen, Erbsenpuree werden nachher zu Suppen benützt, Bohnen verschiedener Sorte als Salat begossen, wobei allerdings besser ist, wenn sie nur abgekocht und nicht fertig als Gemüse zubereitet sind. Auch weißer und roter Kohl, Gurfengemüse ist als Salat noch zu verwenden. Manche versuchen es

mit allen Gemüsen, doch ist das Geschmacksache. Fleischreste sind auf mancherlei Art zu gebrauchen, und ist es für eine Hausfrau gut, darüber genau Bescheid zu wissen, um möglichst Abwechslung zu haben, und z. B. einen großen Braten nicht immer in gleicher Gestalt auf den Tisch zu bringen und dadurch der Tischgesellschaft zu entleiden.

Gekochtes Suppensfleisch macht meistens die größten Schwierigkeiten, obgleich durch den Fleischextrakt nicht mehr so große Stücke zu guter Suppe notwendig sind. Bei einem großen Rest ist ein Fleischpudding, wenn auch nicht die billigste, so doch angenehmste Verwendungsart, und kann solcher gut sogar bei Gesellschaft gegeben werden. Dann wird es auf die verschiedenste Art aufgebraten, geröstet, als eingeschnittenes Fleisch behandelt, Ragout, Haschis, Frikadellen daraus gemacht, verschiedene Salate, Suppe, Olla potrida u. s. w. (Fortf. folgt.)

Bereitung von Apfel- und anderen Fruchtgelees.

Eine beliebige Menge gewaschener, von Stielen befreiter und in Stücke geschnittener, unreifer Äpfel werden in einem kupfernen oder messingenen Kessel mit viel Wasser auf's Feuer gesetzt, daß das Wasser die Äpfel fast bedeckt.

Das Feuer unter dem Kessel wird derartig geregelt, daß das Kochen gleichmäßig, ohne starkes Aufwallen von der Mitte des Kessels aus stattfindet. Das gleichmäßige Kochen setzt man so lange fort, bis die Äpfel weich gekocht sind. Die weichgekochten Äpfel werden nun auf ein über einem irdenen Napf gespanntes, weitmaschiges, leinenes Tuch geschüttet. Die abgelaufene Flüssigkeit kocht man in derselben oben beschriebenen, gleichmäßigen Weise so lange, bis sich auf der Oberfläche der kochenden Flüssigkeit kein Schaum mehr ausscheidet. Den Schaum entfernt man durch Abnehmen von der kochenden Flüssigkeit.

Ist der Saft so weit eingekocht und besitzen einige auf einen kalten Teller gebrachte Tropfen die Beschaffenheit eines dicken Syrups, so setzt man die nötige Menge eines grobkrySTALLINISCHEN Zuckers zum kochenden Saft zu und rührt so lange darin, bis sich der Zucker gelöst hat. Nach der Lösung des Zuckers läßt man den Saft langsam und gleichmäßig noch eine kurze Zeit kochen und füllt ihn in Gläser.

Ein gutes Gelee darf nicht zu fest und auch nicht zu süß sein, denn im letztern Falle wird der erfrischende Geschmack der Fruchtsäfte durch den Zucker beeinträchtigt. Es genügen $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ Kilo Zucker auf 1 Kilo eingedickten Saft, um ein gutes Gelee zu erhalten.

Die Ausbeute an Gelee hängt von der Reife und von den verschiedenen Sorten der dazu verwendeten Äpfel ab. Unreife Äpfel geben

mehr und besseres Gelee, als Äpfel, welche in der Reife stark vorge-schritten sind. Die Früchte der verschiedenen Sorten von Zieräpfeln (*Malus baccota*) in reifem Zustande geben allein, oder in Verbindung mit anderen unreifen Äpfeln, die reichste Ausbeute.

In gleicher Weise können Gelees von Himbeeren, Stachelbeeren, Johannisbeeren, Kirschen und andern Früchten bereitet werden, jedoch mit dem Unterschiede, daß diese Früchte in vollständig reifem Zustande und nicht mit Wasser, sondern in ihrem eigenen Saft oder, wenn nötig, nur mit einer geringen Menge Wasser gekocht und während des Kochens gerührt werden, damit sie nicht am Boden des Kessels anbrennen. Da die weichgekochten Äpfel, wenn sie durch ein Tuch abtropfen, keine sehr große Ausbeute geben, kann man den Rückstand immer noch auspressen. Um ein klares Gelee zu erhalten, muß dann die Flüssigkeit durch ein Flanelltuch von losem Gewebe gegossen werden. Eine feine Marmelade darf keine überreifen Früchte enthalten, sonst wird sie fadenziehend und schmierig. Sollten Erdbeeren oder Kirschen in der Marmelade noch als ganze Früchte erhalten sein, dann muß man die Früchte sehr sorgfältig kurz vor der Reife ernten.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Maccaronispeise. 125 Gramm Maccaroni in Salzwasser nicht zu weich gekocht, mit kaltem Wasser abfrischen, abtropfen lassen. 60 Gramm Butter mit 6 Eigelb schaumig rühren, die Maccaroni zufügen, 4 Eßlöffel geriebenen Parmesankäse, 4 Eßlöffel geriebenen Schweizerkäse, $\frac{1}{8}$ Liter sauren Rahm, nicht zu wenig Salz, alles miteinander mischen; zuletzt den Schnee der Eier, in ausgebutterter Form 30 Minuten backen.

*

Obesen von Schinken. Feingeschnittener Schinken wird eine halbe Stunde vor Gebrauch in ein wenig kalte Milch gelegt, herausgenommen und abgetrocknet. Zweimeßerrückendicke, abgeriebene Semmelscheiben werden in saurem Rahm eingeweicht und auf jede Semmelschneide feingewiegte, in Butter geschwitzte Petersilie gestreut. Zwischen je zwei auf diese Weise präparierte Semmelschnitten wird ein Scheibchen Schinken gelegt, das Ganze zuerst in einem verrührten Ei, dann in geriebener, weißer Semmel, unter welche Parmesankäse gemischt ist, umgedreht. Dann werden die Schnitten auf ein gut mit Butter bestrichenes Blech gesetzt und zehn Minuten in ziemlich heißem Ofen hellbraun gebacken. Frisch aufgetragen schmecken diese Schnitten am besten.

Käseschnitten. Abgeriebene Semmel werden in zierliche, zweimeßerrückendicke Scheibchen geschnitten, mit frischer Butter bestrichen, jede Scheibe mit entsprechend großem und dickem Scheibchen Schweizerkäse belegt, jedes Stück mit einem Gedanken Cayennepfeffer (roter Pfeffer) gewürzt und in heißem Ofen schön gelbbraun gebacken.

*

Tomates à la Frossart. Wähle schöne reife Tomaten von gleichmäßiger Größe, am besten von der „Trophy“ genannten Sorte, hebe auf der obern Seite vermittelst eines kreisförmigen Einschnittes kleine Deckelchen ab, entleere die Früchte und fülle sie vermittelst des Spritzsackes, mit einer Geflügel-Farce, welcher ein ebenso großes Quantum durchs Sieb getriebenes Gansleberpuree, sowie kleinwürfelig geschnittene Trüffeln, Champignons, gehackte Petersilie, geriebener Parmesankäse und eine Spitze Muskatnuß beigemengt wurden. Rangiere die Tomaten auf eine butterbestrichene Bratplatte und backe sie ca. 15 Minuten lang in mäßig heißem Ofen. Dressiere sie in Form eines Ringes auf eine runde Platte, lege auf jede Tomate als Deckel eine runde glasierte Trüffelscheibe und gieße in die Mitte des Kranzes eine etwas konsistent gehaltene, reiche und mit einem Güzchen „Maggi-Würze“ gehobene Madeira-Sauce.

*

Steinpilze. Kleinen, noch festen und geschlossenen Pilzen schneidet man die Stiele ab, pußt sie, wäscht sie gut ab und kocht sie in Wasser, dem man ein wenig Salz und Essig hinzufügt, einige Male auf, kühlt sie hierauf in kaltem Wasser ab und läßt sie auf einem Sieb abtropfen. Inzwischen kocht man Weinessig mit etwas Pfeffer, Chalotten, Estragon, Muskatblüte, wenig Lorbeerblatt und Salz 4—5 Minuten und läßt dies abkühlen, legt die gut abgetropften Steinpilze in hohe starke Gläser oder Steinkruken und gießt den Essig darauf. Nach zwei Tagen gießt man den Essig wieder ab, kocht ihn noch einmal auf und gießt ihn abgekühlt wieder auf die Pilze, sind dieselben ganz erkaltet, so füllt man flüssigen Rinder- oder Hammeltalg darüber, verbindet die Gefäße mit starkem Papier und stellt sie an einen kühlen luftigen Ort.

*

Semmelklößchen. Man rührt 60 Gramm Butter zu Schaum, mischt alsdann zwei Eidotter damit und gibt so viel Semmelbrösel darunter, daß es ein dünnes Mus gibt. Zuletzt wird der Eierschnee ganz leicht daruntergerührt und mit Muskatnuß gewürzt. Dann läßt man die Masse so lange stehen, bis sie sich zu Klößchen formen läßt. In schwach gesalzenem, leicht kochendem Wasser kocht man sie so lange, bis sie oben auf schwimmen. Man koche erst ein Klößchen als Probe; sollte es zerfallen, so sind noch Brösel nachzugeben.

Blumenkohl. Einige Köpfehen Blumenkohl werden schön gepuzt und in Salzwasser weich gekocht, hierauf mit den Stielen, welche man nach unten richtet, in eine Kochform gestellt und mit einer ziemlich dicken Buttersauce übergossen. Letztere wird nicht mit Fleischbrühe, sondern nur mit Milch und etwas Fleischertrakt verkocht und mit 2 Eigelb abgezogen. Ist es mit feingeriebenem Weckmehl, Parmesankäse und zerstückelter Butter bestreut, dann läßt man das Gemüse im Ofen bräunen.

*

Käsekuchen. Man mache zu dem Kuchen einen Mürbeteigboden wie folgt: 200 Gramm Mehl, 100 Gramm Butter, 100 Gramm Zucker, 1 Ei, alles gut zusammenkneten und auswollen, und den Boden und Rand einer mittelgroßen Springform damit bedecken. Käsefüllung: $\frac{1}{4}$ Pfund Butter, zu Sahne gerührt, $\frac{1}{4}$ Pfund Zucker, 6 Eigelb, drei durchgestrichene weiße Quarkkäse, $\frac{1}{4}$ Liter sauren Rahm, gut verrühren, den Schnee der 6 Eier darunter, und zuletzt 100 Gramm gesiebtes Mehl. Liebt man Gewürz, so ist Vanille oder Citrone anzuwenden. Auch kann man reichlich zwei Hände voll gereinigter Sultaninen unter die Masse thun. Mit dieser Masse fülle man die Form auf und backe in gutem Ofen. Von oben gegen zu große Hitze zu schützen, da die Käsemasse leichter verbrennt als der Teig.

*

Weinsulz. (Angenehmer Nachtisch bei Damen-Kaffees oder Theefränkchen.) Dazu nimmt man eine Flasche leichten Weißwein, 100 Gramm Zucker, 6—8 Blatt weiße Gelatine, den Saft einer halben Citrone, drei Eßlöffel guten Araf. Wein, Zucker, Araf, Citronensaft läßt man gut aufkochen, gießt die aufgelöste Gelatine dazu, filtriert das Ganze durch einen Gazebeutel in eine Glasschüssel und stellt es über Nacht in den Keller oder Eisschrank. Man kann, wenn die Sulz anfängt zu galleren, sie noch mit Weinbeeren verzieren, dieselben sinken dann nicht mehr unter. Man richtet sie vor den Augen der Gäste auf kleinen Glastellern an und serviert Bisquit oder Waffeln dazu. Diese Weinsulz wird auch von Kranken gern gegessen, wirkt erfrischend und stärkend, macht wenig Mühe und ist nicht teuer.

*

Ingebutten einzumachen. Ganz frische Hagebutten schneide entzwei, puze und wasche sie sauber und lasse sie drei Tage zugedeckt in einer Schüssel stehen. Dann treibe sie durch ein Haarsieb; für je $\frac{1}{2}$ Liter des gewonnenen Marks läutere 875 Gramm Zucker und lasse dann das Mark 15 Minuten in demselben kochen. Nach dem Erkalten lege fingerhoch feinen Zucker und ein dem Einmachegefäß entsprechend geschnittenes, in Branntwein getränktes Papier darauf.

Himbeersaft einzukochen. Man presse die Himbeeren aus, nehme auf Kilo Saft 500 Gramm Zucker, koche beides unter fortwährendem Schäumen, bis der Saft klar ist, und fülle ihn erkaltet in Flaschen.

*

Himbeersauce. $\frac{1}{2}$ Liter ausgepresster Saft von frischen Himbeeren wird etwas Wasser, reichlich Zucker und Zimmt aufgekocht und mit Kartoffelmehl feimig gemacht.

*

Heberzuckerte Johannistrauben. Die schönsten Träubchen werden ausgesucht, in Wein getaucht und dann in gestoßenem Zucker, der auf einem Papier im Ofen recht warm gemacht ist, schnell umgewälzt und auf die Platte gelegt.

*

Stachelbeeren in Zucker einzumachen. 500 Gramm Stachelbeeren werden gereinigt, 500 Gramm Zucker geläutert, die Stachelbeeren auf schwachem Feuer darin weich gekocht und alles in ein Glas geschüttet. Nach 4—6 Tagen wird der Saft abgesehen, syrupähnlich eingekocht und warm über die Beeren gegeben.

*

Johannisbeersaft. Die Früchte werden mit einer Gabel abgestreift, roh zerquetscht und einige Tage in einen kühlen Raum gestellt, damit sich mehr Saft bildet. Nun gießt man alles durch ein Sieb oder Tuch, ohne die Beeren zu sehr zu drücken. Auf 1 Pfund Saft kann man $\frac{3}{4}$ bis 1 Pfund Zucker mit wenig Wasser läutern, den Saft dazu thun und unter Schäumen den Saft langsam klar kochen (ungefähr $\frac{1}{4}$ Stunde).

*

Schwarze Johannisbeeren werden ebenso behandelt, doch kann man weniger Zucker nehmen.

*

Himbeersaft. Die rohen Früchte werden zerquetscht, einige Tage in kühlen Raum gestellt und dann durch ein Tuch gegossen. Nun schüttet man den Zucker dazu, auf 1 Pfund Saft $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Pfund Zucker und kocht ihn unter Schäumen klar.

*

Kirschsaft. Die Kirschen werden entsteint, im Marmormörser gestoßen, durch ein Tuch gegossen und auf 2 Liter Saft 1 Pfund Zucker mit wenig Wasser geläutert, der Saft dazugehan und unter Schäumen $\frac{1}{4}$ Stunde gekocht.

*

Gemischter Saft. Himbeeren und Johannisbeeren zu gleichen Teilen nehmen und ebenso behandeln. Auf 1 Liter Saft 2 Pfund Zucker.

*

Liqueur aus schwarzen Johannisbeeren. Aus den Beeren des so vielfach verachteten Strauches läßt sich ein Liqueur herstellen, dem an

Wohlgeschmack und Aroma kaum ein zweiter ebenbürtig zur Seite zu stellen ist. Auch auf verdorbenen Magen übt er eine sehr heilsame Wirkung aus. In kleinem Betriebe habe ich denselben folgendermaßen angefertigt: Die Beeren werden in einem irdenen Topfe zerdrückt. Auf etwa 4 Pfund Beeren gießt man 4 Liter Schnaps. Dies bleibt drei Wochen stehen. Nun drückt man alle Beeren tüchtig aus und gibt diesem kirschroten Extrakt auf diese 4 Liter 2 Pfund geklärten Zucker bei. Der Liqueur wird in Flaschen gefüllt und versiegelt. Um den dicken Bodensatz zu entfernen, kann man ihn auch noch einige Tage stehen lassen und dann erst in Flaschen bringen. Mit zunehmendem Alter gewinnt auch dieser Liqueur an Wohlgeschmack.

*

Grassflecken sind im Sommer keine Seltenheit auf Kleidern. Sie zu entfernen, macht besonders bei lichten Wollstoffen eine kleine Schwierigkeit. Man befeuchtet ein reingewaschenes weißes Tuch mit gleichen Teilen Terpentinöl und Aether und bestreicht damit die befleckten Stellen so lange, bis an dem Tuche nichts Unreines mehr haftet, dann streut man pulverisierten Bolus (Pfeiffenerde) messerdick darauf, legt Löschpapier darüber und fährt einigemal mit dem heißen Bügeleisen darüber hin.

*

Photographien zu reinigen. Schmutz- und Staubflecken von alten Photographien beseitigt man am besten, wenn man sie mit altgebackenem, nicht zu hartem Brote abreibt. Der auf den Bildern lagernde Staub darf aber vorher nicht weggewischt werden, da er sonst nur in das Papier eingedrückt würde.

*

Seidene Strümpfe und Socken. Diese werden mit Sodawasser gleichmäßig eingeseift, gut durchgerieben, in Seifenwurzelbrühe reingewaschen, dann mit kaltem Wasser nachgespült, leicht ausgedrückt, getrocknet und sodann gebügelt.

*

Verwertung von Kartoffelschalen. In den meisten Küchen werden sie als unnützer Abfall in den Rehrichtkasten geworfen. Eine praktische Hausfrau dagegen wäscht damit ihr Silberzeug, wozu die Schalen in Wasser gekocht werden, oder sie reinigt damit Glasflaschen aller Art. Die rohen Schalen werden zu diesem Zwecke klein geschnitten, in die Flaschen ein Teil eingefüllt, kaltes Wasser darauf gegossen, dann die Glasgefäße unter tüchtigem Schütteln reingewaschen, worauf sie mit klarem Wasser nachgespült werden. Ferner pußt man mit kleingehackten, rohen Kartoffelschalen sehr schön Bodenteppiche durch einfaches Abreiben mit denselben. Wo man Schweine füttert, kommen die Schalen unter das Trank oder Futter.