

Unsere Küche zur Kriegszeit.

Die Behandlung der Gersten- und Maismehle. — Einige empfehlenswerte Suppenrezepte.

Die Macht der Gewohnheit spielt im menschlichen Leben eine große Rolle, und ist es allerdings schwer, fast angeborene Gewohnheiten abzulegen. Es ist aber auch wahr, daß man sich schließlich an alles gewöhnt, umso leichter, wenn der gute Wille dazu vorhanden ist und an diesem darf es jetzt nicht fehlen. Die Entbehrungen, die uns der Krieg in der Küche auferlegt, sind nichts im Vergleiche zu den Strapazen, die unsere Helden im Felde freudig erdulden und wenn wir uns dies bei jeder kleinen Unannehmlichkeit vor Augen halten, kann uns überhaupt nichts mehr schwer fallen. Die Opfer, die unser verdorrter Gaumen bringen muß, sind unbedeutende Nadelstiche neben den Wunden, die unsere Gatten, Söhne und Brüder erleiden und bei Licht betrachtet, ist es lange nicht so schlimm, als sich viele vorstellen. Die Mehlmischung, die uns eine weiße Voraussicht auferlegt, befremdet viel eher unser Auge als unseren Geschmack. In demselben ist kaum ein Unterschied zu spüren, wenn man sich wohlgenut über das etwas schwärzliche Aussehen der sonst blendend weißen Mehlspeisen hinwegsetzt.

Bei Verwendung von Gersten- oder Weizenbrotmehl ist zu bemerken, daß man dasselbe vorher einweicht, auch muß der Teig fester geknetet oder abgeschlagen werden, da diese Mehlgattungen weniger Wasser aufsaugen und daher leicht das sogenannte unliebsame Nachlassen eintritt. Eine andere empfehlenswerte Mischung ist die mit Maismehl. Erfahrene und praktische Hausfrauen haben uns gelegentlich einer Rundfrage versichert, daß feineres mit Maismehl hergestellte Mehlspeisen wohl eine auffallend gelbe Farbe zeigen, sonst aber ungemein wohl-schmeckend sind. So handelt es sich in den meisten Fällen mehr um das äußere Aussehen, als um eine empfindliche Veränderung im Geschmack.

Die deutsche Küche, in der unsere geliebte Kind-suppe mit ihren mannigfaltigen Beigaben kleine Rolle spielt, ist in dieser Beziehung besser daran und wir werden gut tun, jetzt von ihr zu lernen. Wenn uns diese Kost im Anfang auch nicht besonders behagt, so können wir sie als ein vorübergehendes Uebel betrachten, das wir willig auf unsere Schultern nehmen müssen. Wir lassen hier eine Reihe von Suppenrezepten folgen, die mit geringen Kosten eine kräftige und nahrhafte Speise liefern.

Wurzelsuppe mit Reis. Man schneidet verschiedene Gemüse und Erdäpfel in Würfel und dünstet sie in etwas Fett. Wenn sie schon ziemlich weich sind, gibt man Reis hinzu, wobei man für jede Person eine schwache Handvoll rechnet, gießt das ganze mit der entsprechenden Quantität Wasser auf und läßt es eine halbe Stunde kochen. Man kann die gedünsteten Wurzeln vorher auch etwas stauben, wodurch die Suppe dichter und ausgiebiger wird.

Salatsuppe. Man dünstet den Salat mit Zwiebel, gelben Rüben und Petersilie in etwas Fett und streicht das Ganze durch ein Sieb. Der erhaltene Brei wird mit einer leichten Einbrenn verrührt und nach Bedarf mit Wasser aufgegoßen, das man jedoch gut verlocken lassen muß.

Seitofene Reissuppe. Man stößt den Reis zu Mehl und gibt ihn in heißes Fett, wobei man ihn wie bei einer Einbrenn verrührt. Nachdem man ihn aufgegoßen, läßt man ihn eine Stunde kochen.

Reissuppe mit Paradiesäpfel. Man dünstet die Paradiesäpfel mit etwas Zwiebel und passiert sie, wenn der Saft eingegangen ist. Dann gibt man den Brei mit rohem Reis in heiße Butter. Sobald der Reis schön rot geworden ist, gießt man Wasser hinzu und läßt ihn eine Viertelstunde kochen. Beide Reissuppen werden schmackhafter, wenn man etwas Parmesanfäse dazumengt. Grapfelswert ist die häufige Verwendung von Milch und eignen sich die folgenden Rezepte besonders zur Kinderernährung.

Milchreissuppe. Man läßt den Reis, beispielsweise im Verhältnis von einem Viertellilo Reis mit einem halben Liter Milch und drei Viertel Liter Wasser und einer Prise Salz so lange kochen, bis er breiartig geworden, und zuckert ihn beim Anrichten gut an.

Hirsesuppe. Die geschälte Hirse soll am Abend vor dem Gebrauche in kaltem Wasser eingeweicht werden, da sie so ergiebiger wird. Am nächsten Tage stellt man sie mit demselben Wasser ans Feuer und gießt während des Kochens langsam die Milch hinzu, wobei der gleiche Maßstab wie beim Reis zu beobachten ist. Da sich die Hirse jedoch leicht anlegt, muß sie häufig gut umgerührt werden, auch erfordert sie eine etwas reichlichere Zuckergabe.

Das **Fleisch** genießt man am besten im gebratenen Zustande, weil es so weniger Zutaten erfordert, und ist es jetzt wohl angezeigt, unsere berühmten Panierungen in den Hintergrund zu schieben. Das gleiche gilt von der Fischnahrung. Entfassen wir vorläufig unserem unvergleichlichen Backfisch und genießen wir ihn im gekochten Zustande, wo er gleichfalls nicht zu verachten ist und nicht nur Mehl und Ei überflüssig macht, sondern eine bedeutend Fettersparnis bedeutet.

Gekochter Karpfen. Nachdem man den Fisch geschuppt, gewaschen und in Stücke geschnitten hat, läßt man ihn gut eingesalzen eine Stunde liegen. Inzwischen läßt man Essig mit der fünffachen Quantität Wasser, kleingeschnittenem Wurzelwerk, Zwiebel, Pfeffer und Lorbeerblättern gut kochen, worauf man die Fischstücke hineinlegt, die noch eine Kochzeit von 15 bis 20 Minuten erfordern. Beim Anrichten gießt man den Saft samt den Wurzeln über den Fisch und garniert ihn mit Kartoffeln.

(Wird fortgesetzt.)