

## Küchenschau und Kriegsküchenzettel.

Von Luise Holle.

Von Woche zu Woche fast wandelt sich das Bild der gerade in ausreichender Menge zur Verfügung stehenden Lebensmittel, denen die deutsche Hausfrau ihren Kriegsküchenzettel dann anzupassen hat; immer muß sie die Verwendung der Dinge in der Küche beschränken, von denen nur geringe Mengen im Handel sind, und die verbrauchen, welche in allen Geschäften angeboten werden. Sie wird bei der Befolgung dieser Regel auch verhältnismäßig gut mit ihren Geldmitteln fahren.

Vom Fleisch ist Rindfleisch augenblicklich am meisten zu haben und daher in der Küche zu verwenden, von den Fischen muß die Hausfrau die zurzeit in größeren Mengen angebrachten frischen, die sogenannten grünen Heringe ausnützen, sie sind raschem Verderben ausgesetzt, sie müssen daher rasch verbraucht werden, sie sind, außer zur Verwendung zu wohlschmeckenden Mittagsspeisen, auch auf verschiedene Weisen zum Einlegen für den Abendtisch geeignet und dann längere Zeit haltbar. Die nächste hauswirtschaftliche Plauderei bringt von ihnen verschiedene gute Einlegevorschriften. Wo frische Seemuscheln angeboten werden, soll sie die Hausfrau ebenfalls nicht unausgenutzt lassen, zumal sie, ebenso wie die Heringe, preiswert und von hohem Nährwert sind. Als Kennzeichen der Frische gilt bei den grünen Heringen der helle Kopf, bei den Seemuscheln die Geschlossenheit der Muscheln nach dem gründlichen Waschen und Bürsten, offene Muscheln müssen unbedingt als verdorben fortgeworfen werden. Uebrigens kommen auch viele Sorten frischer Seefische augenblicklich in den Handel, die ebenfalls als preiswert bezeichnet und in der Küche verwendet werden sollen. Aufmerksamkeit möchte ich auf zurzeit in vielen Städten zum Verkauf gebrachte sehr gute holländische Salzvollheringe machen, die sehr fleischig und wohlschmeckend sind, von ihrer Ausnutzung werde ich ebenfalls in der nächsten Plauderei reden. Erinnern möchte ich noch an den Klippfisch, der sehr nahrhaft und bei richtiger Zubereitung auch sehr wohlschmeckend ist. In großen Mengen wird das belgische Frühgemüse, das Schiflore, jetzt bei uns eingeführt, das als billiges Kriegsgemüse zu bezeichnen ist, jetzt seine Probe auf spätere Einbürgerung und Zucht bei uns bestehen soll. Einsehen kann ich aber wirklich nicht, warum wir diesem Gemüse die französisch-belgische Bezeichnung „Chicorée“, nur verdeutscht Schiflore geschrieben, geben, da man für dieses Gemüse eine Bezeichnung hat, unter welcher es schon längst bekannt ist, nämlich als Bleichzichorie! Die Bleichzichorie heißt in den Bekanntmachungen das Kriegsgemüse des großen deutschen Krieges; wenn wir ihr nicht den schönen deutschen Namen „Wegwarte“ für Zichorie geben wollen, sollen wir sie wenigstens nicht Schiflore nennen. An den leicht bitterlichen Geschmack der Bleichzichorie werden wir uns erst wohl gewöhnen müssen, wir können ihn aber bei richtiger Behandlung sehr mildern und sollen dem sehr gesunden, eisenhaltigen und bekömmlichen Gemüse nicht abweisend gegenüber stehen. Von frischen Gemüsen müssen alle Kohlsorten, die von Woche zu Woche durch Verfaulen der äußeren Blätter ihr Gewicht vermindern, besonders Rosen- und Grünkohl, wo er zu haben ist, rasch verbraucht werden, dasselbe gilt vom Spinat und Feldsalat, während Rüben- und Mohrrüben, auch Schwarzwurzeln nicht so dringend der Verwendung harren. Wo frische Gemüse knapp angebracht werden, sollen die Hausfrauen diese der minderbemittelten Bevölkerung lassen und selbst Gemüsekonserven gebrauchen. Vergessen darf nicht die Verwendung von Sauerkraut werden.

Für den Verbrauch frischer Früchte gilt noch im großen und ganzen das in der vorigen Küchenschau Gesagte.

Butter- und Fettgebrauch ist so viel nur irgend möglich in der Küche — aber auch am Frühstück- und Abendtisch zu beschränken. Eier können hin und wieder verbraucht werden, da durch die überall gelinde Witterung die Hühner früher und reichlicher angefangen haben zu legen, auch in Ungarn, von wo frische Eier zu bedeutend billigerem Preis als vor einigen Wochen bei uns eingetroffen sind. Bei Verwendung von Eierfajpulver ist Vorsicht anzuraten.

Hülsenfrüchte können augenblicklich zum mindesten als knapp bezeichnet werden, das dürfte sich aber wieder bessern, zur-

zeit fehlen Binsen — wie übrigens den ganzen Winter über — gänzlich, grüne Erbsen und weiße Bohnen sind knapp, nur braune Bohnen, die mit Unrecht unbeliebt bei den Hausfrauen sind, findet man in fast allen Geschäften, sie können zum Kauf nur empfohlen werden, sie kochen sich tadellos weich.

Von Trockengemüsen sind Hafergrüße, Hafer- und Gerstenflocken reichlich vorhanden, auch Sage ist überall erhältlich, Reis ist eine Seltenheit, Graupen, besonders die stärkeren Sorten, fehlen vielerorts, dasselbe gilt vom Orz, dagegen ist Maisgrieß überall erhältlich. Dieser letztere ist seines herben Geschmacks wegen bei uns nicht beliebt, er verliert diesen aber fast ganz, wenn man ihn am Abend vorher mit kaltem Wasser bedeckt, ausquellen läßt und am anderen Tage dieses Wasser abgießt. Knapp ist auch Kartoffelmehl, man muß es durch Maismehl oder Tapiokamehl ersetzen. Gut und reichlich zu haben ist Dörrobst, auch an vielen Orten Dörrgemüse, beides ist preiswert und empfehlenswert.

Wir haben also wirklich, wenn wir nur vernünftig wählen, keine Not in unserer Küche und können noch immer — falls wir nur selber den Kochlöffel jezt als unser Zepter betrachten — ein abwechslungsreiches Mittag- und auch Abendbrot austragen. Das letztere scheint jezt die meisten Schwierigkeiten zu machen, ich werde ihm in der nächsten hauswirtschaftlichen Plauderei eine liebevolle Betrachtung widmen, ebenso mich der Fragerinnen nach Kochhilfen und Kochlisten annehmen. Ich lasse jezt den Kriegsküchenzettel folgen.

**Sonntag:** Rinderbrust mit Kruste, einfacher Kartoffelsalat. Gebackene Maisgriespeise mit Schokolade.

Rinderbrust mit Kruste. Ein Stück fettdurchwachsene abgelegene Rinderpizbrust kocht man mit Wasser und reichlich Suppengrün weich, nimmt das Fleisch aus der Brühe, legt es in eine Pfanne, gießt einen Schöpflöffel Brühe unter das Fleisch und läßt es erst etwas abkühlen, bevor man es mit der Kruste bestreicht. Zu dieser rührt man ein Eibid Butter weich, gibt ein ganzes Ei, Salz, Pfeffer, drei Löffel voll trockene, geriebene Käsereste und zwei Löffel Semmelkrumen dazu. Das Fleisch wird gleichmäßig mit der Masse bestrichen und so lange in einen heißen Ofen geschoben, bis die Kruste braun und fest geworden ist.

Gebackene Maisgriespeise mit Schokolade. 250 Gramm Maisgrieß quillt man am Abend vorher in kaltem Wasser aus, gießt letzteres ab und kocht den Maisgrieß in Milch mit etwas Salz und Zucker zu dickem Brei. Unter diesen mischt man heiß 2 Eigelb und nach dem Erkalten den steifen Schnee der beiden Eiweiß. Man füllt die Hälfte des Maisgrieß in eine vorgefertigte Form, bädt ihn etwas an und gibt darauf mit grobhackten gebrühten Nüssen vermengte aufgelöste Schokolade — 125 Gr. Nüsse, 125 Gr. Schokolade —, füllt den Rest des Maisgrieß darüber und bädt die Speise lichtbraun. Sie wird gestürzt, mit 100 Gr. aufgelöster Schokolade übergossen und mit abgetropften eingemachten Kirichen umkränzt.

**Montag:** Bleichzichorie mit Zwiebeln, Bohnen und Nudeln. Süße Milchspeise.

Bleichzichorie. Aus 1 Kg. Bleichzichorienstangen entfernt man den festen Kern, der die meisten Bitterstoffe enthält, kocht sie fünf Minuten in Salzwasser, läßt sie abtropfen und schmort sie langsam im eigenen Saft in irdenem Geschirr so weich, daß man sie durchstreichen kann. 1 Kg. braune Bohnen hat man am Abend vorher eingeweicht, sie werden angekocht und in der Kochliste weich gekocht, durchgestrichen und mit dem Bleichzichorienbrei vermengt, 30 Gr. Fett durchgerührt, mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt und in der Mitte einer heißen Schüssel angerichtet. Man bedeckt den Brei mit kleinen geschmorten Zwiebeln und legt in Salzwasser weichgekochte Nudeln, die man in etwas Fleischbrühe mit geriebenem Käse durchschwenkt, als dicken Kranz herum.

Süße Milchspeise. ½ Liter Magermilch bringt man mit Zucker, wenig Salz und etwas Vanille zum Kochen, rührt 50 bis 60 Gr. Maismehl mit Milch glatt, kocht es mit der Milch zu gebundener Masse und schlägt drei Eigelb darunter. Man füllt die Speise zum Erkalten in eine Glasschale. Eine halbe Stunde vor dem Anrichten wird das Eiweiß mit 75 Gr. Johannisbeergelee tüchtig gerührt, bis eine schaumige Masse entsteht, welche man beim Auftragen über die gelbe Speise füllt.

**Dienstag:** Apfelsuppe. (Vorschrift wohl allgemein bekannt.) Weißkohlklöße mit Pilztunke.

Weißkohlklöße mit Pilztunke. Ein Kopf Weißkohl wird vom Strunk und den inneren Rippen befreit, zerschnitten, zehn Minuten in kochendem Salzwasser gekocht, in ihm erkalten gelassen, abgetropft, fest ausgedrückt und gewiegt. Die Kohlmasse wird in etwas Fett langsam durchgeschmort, mit einer kleinen geriebenen Zwiebel, zehn geriebenen, kalten, gekochten Kartoffeln, einem Ei, einem Löffel Milch, Pfeffer, Muskat und etwas Mehl, wenn es nötig ist, vermischt, so daß eine haltbare Kloßmasse entsteht, aus der man apfelgroße Klöße formt, die in Salzwasser langsam garziehen müssen. Aus dem Kohlwasser, einer braunen Mehlschwitze, zwei Maggi-Bouillonwürfeln und gehackten eingemachten Pilzen bereitet man eine würzige Tunke zu den Weißkohlklößen.

**Mittwoch:** Fleischbrühe mit Nudeln und Gemüse (Brühe der Rinderbrust vom Sonntag), Brühwurstauflauf mit Rosenkohl.

Brühwurstauflauf mit Rosenkohl. 1½ Kg. verlesenen Rosenkohl kocht man in Salzwasser gar und läßt ihn abtropfen; 1 Kg. Kartoffeln kocht man in der Schale, zieht sie ab und schneidet sie in Scheiben, worauf man sie in Fett mit einer feingehackten Zwiebel bräunlich brät. Sechs Brühwürstchen macht man in heißem Wasser gar und zerschneidet sie in Stücke, während der Rosenkohl mit etwas Fleischbrühe und einigen Löffeln geriebenen Käseresten durchgeschwenkt wird. Eine ausgestrichene Auflaufform wird schichtweise mit Bratkartoffeln, Rosenkohl und Brühwürstchen gefüllt, mit einer Mischung von geriebenem Käse und Semmel die Oberfläche bestreut und das Gericht lichtbraun gebacken.

**Donnerstag:** Bulgarisches Maisgrießgericht. Rote Apfelspeise (Vorschrift schon veröffentlicht).

Bulgarisches Maisgrießgericht. 1½ Tassen vorgeweichenen Maisgrieß quillt man in drei Tassen Wasser, etwas Salz und einem Stückchen Butter zu dickem Brei aus, füllt diesen in eine kalt umgespülte Form, läßt ihn erkalten und schneidet dann ruhrgroße Stücke davon. Diese vermischt man mit 750 Gr. in Würfel geschnittenem Hammelfleisch, zwei feingehackten Zwiebeln und etwas Pfeffer und füllt dies in eine vorgefertigte Puddingform. Man füllt eine Tasse kalte Fleischbrühe, aus Brühwürfeln herzustellen, über die Zutaten, bestreut sie mit drei Eigelben geriebenem Käse und kocht das Gericht im Wasserbade zwei Stunden. Man stürzt es und gibt Salat von Sellerie und roten Rüben dazu.

**Freitag:** Ohne Fett gedämpfter Schellfisch, Salzkartoffeln, Apfelsinensüßspeise in Gläsern.

Ohne Fett gedämpfter Schellfisch. Der vorgefertigte Schellfisch wird enthäutet, entgrätet und in Stücke gelegt. Seine Abfälle kocht man in ½ Liter Wasser mit reichlich Suppengrün langsam eine halbe Stunde aus und feigt die Brühe dann durch. Ein passendes Kochgeschirr wird am Boden wie auch an seinen Wänden mit Fett ausgestrichen und die Schellfischstücke hineingelegt. Man bestreut sie mit einer Mischung von geriebener Semmel, gehackter Petersilie, Salz und Pfeffer, legt obenauf vier Zitronenscheiben, gießt die Fischbrühe und ein Glas Apfelwein über den Fisch und schmort ihn verdeckt in etwa 20—30 Minuten gar. Man richtet den Fisch, mit seiner Brühe überfüllt, in heißer Schüssel an. Man gibt Salzkartoffeln daneben.

Apfelsinensüßspeise in Gläsern. 3 ganze Eier werden mit 1 Wasserglas Apfelwein, etwas abgeriebener Apfelsinenschale, dem Saft von vier Apfelsinen, einer Prise Salz, dem nötigen Zucker und 12 bis 14 Gr. aufgelöster Gelatine im Wasserbade zu einem dicken Schaum bis zum Kochen geschlagen, dieser in flache, breite Gläser gefüllt und erstarren gelassen. Man legt beim Anrichten auf die Mitte eines jeden Glases eine eingezuckerte Apfelsinenschale und auf diese in der Mitte ein Stückchen rotes Fruchtgelee.

**Sonabend:** Holler Muschelsuppe. Spanisches Mischgericht, Senfgurten.

Holler Muschelsuppe. 5 Dutzend sorglich gesäuberte Muscheln gibt man in wenig springkochendes Wasser, kocht sie, bis sie sich geöffnet, und gibt die Muscheln zum Abtropfen auf ein Sieb. Sie werden dann aus den Schalen genommen und der Bast entfernt. Allerlei feingehacktes Suppengrün brät man in etwas Fett an, gibt das Muschelwasser und das abgetropfte Wasser nebst