

**Kriegsflüchzettel**

mit reichlicher Verwendung von Kohlrüben (Stedrüben) nebst Kochvorschriften.

Von Luise Holle.

**Sonntag:** Tomatensuppe (Vorschrift bekannt). Geschmortes Rehblatt (Vorschrift bekannt). Stedrüben Salat. Einfacher Apfelstrudel.

**Stedrübensalat.** Eine ziemlich große Stedrübe schält man, schneidet sie in dicke Scheiben und kocht sie ab, gibt sie in neues kochendes, leicht gefalztes Wasser und kocht sie darin gar, aber nicht zu weich, worauf man sie abtropfen läßt und in große Würfel schneidet. Eine Tasse der Kochbrühe und eine Tasse Fleischbrühe aus einem Brühwürfel kocht man mit einer feingeriebenen Zwiebel und etwas Essig auf, bindet die Tunte mit glattgerührtem Mehl und kocht sie mit einem Teelöffel Eierparpulver durch. In die warme Tunte gibt man die Stedrübenstücke, gibt einen Teelöffel Mostich und zwei Teelöffel Tomatenmus daran, schmeckt mit Salz, Pfeffer und etwas feinem Zucker ab und läßt den Salat mindestens 2 Stunden durchziehen, bevor man ihn anrichtet. Er schmeckt ganz vorzüglich und kann auch sehr gut an Stelle von Kartoffelsalat zu gebrauntem Fisch gegeben werden. Man kann ihn auch aus zwei Drittel Stedrüben und einem Drittel Kartoffeln bereiten.

**Einfacher Apfelstrudel.** Aus 250 Gr. Mehl, 1 Teelöffel glattgerührtem Eierparpulver, 10 Gr. Fett, einer Prise Salz und  $\frac{1}{10}$  Liter lauwarmen Wasser stellt man einen Teig her, läßt ihn verdeckt in warmem Raum erst ruhen, bevor man den Teig auf einem leicht mit Mehl bestreuten Tuch auszieht, so dünn wie nur irgend möglich. Zwei Stunden vorher muß man 750 Gr. dünne Apfelscheiben mit 50 Gr. Zucker und 50 Gr. Korinthen mischen und verdeckt damit durchziehen lassen. Die Apfelscheiben streut man ab und verteilt sie regelmäßig über den Teig, streut Semmelkrumen darüber und hebt das Tuch, sodas der Teig sich zusammenrollt. Die Rolle wird in Halbmondsform gebogen, mit etwas Milch bestrichen und 30 bis 40 Minuten auf gefettetem Backblech bei gleichmäßiger Hitze gebacken. Der Strudel wird beim Anrichten mit Zimtucker bestreut.

**Montag:** Kottohl mit Äpfeln ohne Fett (Vorschrift aus Kriegs Kochbuch von L. Holle, 3. Auflage), Hagergrüßschnitten mit Blut.

**Hagergrüßschnitten mit Blut.** Man gebraucht  $\frac{1}{2}$  Liter Blut, dieses bringt man mit  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser, einer feingeschnittenen Zwiebel, Salz, Pfeffer, etwas Muskatmus und 10 Gr. Speisefett ins Kochen, streut 200 Gr. Hagergrüße hinein und rührt diese Masse auf sehr gelindem Feuer fortwährend, bis sie sich steif vom Topfe löst. Sie wird dann zum Erkalten in eine Schüssel gegeben, nach dem Abkühlen mit 1 Teelöffel angerührtem Eierparpulver, 10 Tropfen Maggis Würze und ein bis zwei Eßlöffel geriebenen Brotes vermischt. Aus der Masse formt man Schnitten, wendet sie in Semmelkrumen und brät sie in etwas Fett lichtbraun.

**Dienstag:** Wildsuppe aus Rehblattresten (Vorschrift bekannt) mit kleinen Kartoffelkloßchen. Kürbispudding mit Graupen.

**Kleine Kartoffelkloßchen.** 500 Gramm Kartoffeln kocht man mit der Schale am Tage vor dem Gebrauch, schält sie

und reibt sie am folgenden Tage durch die Maschine. An die Kartoffelmasse gibt man Salz, etwas geriebene Muskatnuß, ein Eigelb und etwa 40 Gramm Mehl, verarbeitet alles gut und formt kleine runde Kloßchen von der Masse, die man in Salzwasser langsam garziehen läßt.

**Kürbispudding mit Graupen.** 375 Gr. grobe Graupen kocht man ab, gibt  $\frac{1}{2}$  Liter Magermilch oder aus Trodenmilchpulver bereitete Milch daran und stellt sie zum Aufquellen in den Garkocher. Inzwischen kocht man 2 Kg. in Stücke geschnittenen Kürbis in knapp Wasser weich, gießt ihn ab und streicht den Kürbis durch. Kürbis und dicke Graupen, die ohne Flüssigkeit sein müssen, werden vermengt, 2 Teelöffel Eierparpulver, 1 Eigelb, abgeriebene Zitronenschale, 200 Gr. Zucker und 50 Gr. geriebene Nüsse zugefügt, 1 Teelöffel Backpulver durchgemischt und der steife Schnee des Eiweiß durchgezogen. Man füllt die Masse in eine vorgefertigte Puddingform und kocht den Pudding 1½ Stunden. Behutsam stürzen und mit Fruchtstücke überfüllen.

**Mittwoch.** Hessischer Kummelkohl als Eintopfgericht. Warme Nudelspeise.

**Hessischer Kummelkohl.** Ein großer Kopf Weißkohl wird in Achtel geschnitten, die Strunke entfernt und fünf Minuten in leichtem Salzwasser abgekocht und abtropfen gelassen. Man legt den Kohl abwechselnd mit 500 Gramm in Stücken geschnittenem Hammelfleisch und 750 Gramm rohen Kartoffelscheiben in einen eingefetteten Kochtopf, gießt  $\frac{1}{2}$  Liter Fleischbrühe aus Brühwürfeln darüber, fügt eine feingeschnittene Zwiebel, Salz und 2 Eßlöffel gestoßene Kummelkörner zu. Man kocht den Kohl 10 Minuten an und stellt ihn dann 3 Stunden in den Garkocher. Wenn es nötig erscheint, muß man das Gericht noch mit etwas glattgerührtem Mehl binden.

**Warme Nudelspeise.** 250 Gramm Bandnudeln bricht man fein und kocht sie in Wasser mit Zitronenschale, etwas Salz und Zucker weich, worauf man sie gut abtropfen läßt. Auch bereitet man auf bekannte Weise ein recht steif gehaltenes Apfelmus, das man mit einem Schöpflöffel voll eingemachter feinstoser Kürschen vermischt. Man schichtet Nudeln und Kürschapfelmus schichtweise auf eine heiße Schüssel und bestreut die Oberfläche mit Zimtucker. Die Speise muß in heißem Ofen erst 10 Minuten durchziehen, bevor man sie aufträgt.

**Donnerstag:** Kohlrübengericht mit Nudelstücken. Aprikosenflammri.

**Kohlrübengericht mit Nudelstücken.** 2 Kg. Stedrüben schält man, schneidet sie in runde Scheiben und kocht sie in leicht gefalztem Wasser ab. Man löst nun einen Suppenwürfel „Königin Suppe“ in  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser auf, gibt 15 Gr. Fett, etwas Pfeffer und einen Teelöffel Zitronensaft daran und schmort darin die inzwischen in Streifen geschnittenen abgetropften Stedrübenscheiben langsam, damit sie sich nicht ansetzen, beinahe gar. 250 Gr. klein gebrochene Nudeln werden in Salzwasser gargekocht und abtropfen gelassen. Außerdem bereitet man aus 200 Gr. gehacktem rohen Fleisch mit den üblichen Zutaten ein geschmeidiges Füllsel auf bekannte Weise. Die Nudelstücken rührt man behutsam unter das Stedrüben Gemüse und gibt davon schichtweise mit der Fleischfüllung in eine ausgelebene Backform. Die Speise wird mit Semmelkrumen bestreut, sie muß lichtbraun überbacken und wird in der Form zu Tisch gegeben.

**Aprikosenflammri.** In eine halbe Flasche Apfelwein gibt man 3 bis 4 Eßlöffel voll Aprikosenmarmelade, eine Prise Salz und etwas Zucker, nimmt 4 Eßlöffel Kartoffelmehl oder Reismehl, Reismehl oder Grieß, was man eben haben oder erhalten kann, und rührt damit einen Flammri auf gelindem Feuer ab. Man schüttet die Masse in eine kalt umgepülte Form und läßt sie erkalten. Man stürzt den Flammri und gibt eine Vanilletunte, von Deckers Tuntenspulver bereitet, dazu.

**Freitag:** Bunte nahrhafte Suppe. Gebackene Apfelspeise. Bunte nahrhafte Suppe. 375 Gramm möglichst fett-durchwachsenes Rindfleisch setzt man mit  $\frac{2}{3}$  Liter Wasser, reichlich feingeschnittenen Wurzelwerk auf, bringt es ins Kochen, salzt und kocht die Suppe, bis das Fleisch gar ist. Man nimmt es heraus und stellt es, mit etwas von seiner Brühe bedeckt, beiseite und warm. In die Suppe gibt man dann abgekochte Stedrübenstücke,

abgetriebene Kartoffelscheiben, Selleriestücken, feingeschnittene Wurzeln und  $\frac{1}{2}$  Kopf feingeschnittenen Wirsing und kocht alle diese Gemüse in der Suppe gar, worauf man das feingeschnittene Fleisch samt seiner Brühe hineinlegt und außerdem zuletzt 125 Gramm gemischtes getrocknetes Obst, das man am Abend vorher einweicht und gar kocht, nebst seiner Brühe der Suppe durchmengt.

**Gebackene Apfelspeise.** 100 Gramm altbackene Semmel schneidet man in Würfel, röstet sie in eiserner Pfanne unter stetem Rühren in wenig Fett lichtbraun und vermischt sie mit 250 Gramm rohen Apfelswürfeln und 50 Gramm Korinthen. Die Mischung füllt man in eine vorgefertigte Form, verquirt  $\frac{1}{2}$  Liter Apfelwein mit 10 Gramm Reismehl, gibt 3 Teelöffel Eierparpulver und 3 Eßlöffel Zucker daran und gießt dies über die eingefüllten Zutaten. Sie müssen eine Stunde damit durchziehen, bevor man die Speise im Ofen eine Stunde langsam bäckt. Sie läßt sich stürzen und wird mit einer Fruchtstücke zu Tisch gegeben.

**Sonabend:** Stedrübenkraut. Birnenschaum.

**Stedrübengraupen.** 375 Gr. grobe Graupen kocht man ab, auch  $\frac{1}{2}$  Kg. gepuhte, in Stücken geschnittene Stedrüben werden abgekocht. Die Graupen setzt man mit einer Tasse Magermilch und  $\frac{1}{2}$  Liter Fleischbrühe aus Brühwürfeln auf, gibt, wenn sie kochen, die abgetropften Stedrübenstreifen dazu, schmeckt sie mit Salz Pfeffer und Muskatmus ab, kocht die Mischung 10 Minuten und stellt sie dann etwa drei Stunden in den Garkocher. Durch das fertige Gemüse zieht man ein kleines Stücken Butter und streut etwas gehackte Petersilie darüber. 500 Gr. beliebigen billigen Fisch enthäutet und entgrätet man, teilt ihn in Stücken und legt sie auf das fertige Stedrübengraupengemüse, stellt das Gemüse 10 bis 15 Minuten auf eine heiße Herdplatte und läßt den Fisch auf dem Gemüse gar ziehen. Man richtet dann das Gemüse sofort an und legt die Fischstücke im Kranz herum.

**Birnenschaum.** 250 Gramm abgetropfte eingemachte Birnen streicht man durch ein feines Sieb. Unter diesen Birnenbrei gibt man 1 Eiweiß, 10 Tropfen Zitronensaft und 1 kleines Glas Apfelwein, sowie 2 Eßlöffel feinen Zucker und 12 Blatt halb weiße, halb rote aufgelöste Gelatine. Die Mischung wird geschlagen, bis sie anfängt, sich zu verdicken und dann in eine Form gefüllt. Man stürzt die Speise beim Anrichten aus und garniert sie mit abgetropften roten Kirichen.

Am nächsten Sonntag sollen die verschiedenen Fragerinnen — es sind wieder eine ansehnliche Anzahl — in der hauswirtschaftlichen Plauderei aus allen ihren Nöten erlöst werden, heute waren aber die „Stedrübchen“, in deren Zeichen dieser Kriegswinter steht, das Dringlichste, denn alle Hausfrauen warten fehnlich auf Vorschriften zur Stedrübenverwendung.