

3./II. 1917.

64

### Das Kochen auf Vorrat, ein Mittel zur Kriegsparsamkeit.

Da die Kohlenbeschaffung immer schwieriger wird, müssen wir Hausfrauen noch mehr wie bisher an diesem kostbaren Heizungsmaterial sparen. Gleichzeitig soll aber auch der Gasverbrauch auf ein Mindestmaß eingeschränkt werden, damit dem übermäßigen Bedarf an Kohlen durch die Gasanstalten vorgebeugt wird. Deshalb empfiehlt sich während der Wintermonate ein Kochen auf Vorrat, da die kalte Witterung das tagelange Aufbewahren der verschiedenen Speisen gestattet. Dieses „Auf-Vorrat-Kochen“ kann aber selbst die berufstätige Frau mit ihren Berufspflichten vereinen; kann sie es doch in den Abendstunden vornehmen, die ihr Beruf ihr freiläßt.

Dieses Vorratkochen geschieht in der Weise, daß wöchentlich ein- oder zweimal der Küchenofen oder Herd mäßig geheizt wird und nun eine ganze Anzahl Speisen zum Vorkochen aufgesetzt werden, die dann an anderen Tagen in irgendeiner Form als Mittag- oder Abendgericht zubereitet werden.

Nehmen wir an, daß am Sonnabendabend der Küchenofen zu diesem Zwecke vorbereitet wird, da an diesem Tage auch das wöchentliche Fleischquantum zur Verfügung steht. Dieses wird nun in die beliebigen Tagesportionen geteilt, zum Kochen, oder besser Dünsten, aufgesetzt. Zu ihm gesellt sich ein großer Topf Kartoffeln, ein

Schmortopf mit den vorhandenen Kohlhörnern, rote Rüben zu Salat sowie zugeputzte Möhren zum langsamen Weichkochen und vielleicht noch ein Topf voll Mais- oder Weizengrütze, Hafers- oder Gerstestodden sowie gedörrte Pilze, Dagebutten oder ähnliches, zum langsamen Ausquellen auf eingeschobenen Stein gestellt. Wird das Küchenfeuer mit Unterstützung von Holz zum Brennen gebracht, dann kann meist in der oberen Röhre auch noch irgendein einfacher Kartoffel- oder Nischmehlknöden gebacken werden, selbstredend auch Knochen zur Suppe langsam mit auskochen. Bei einiger Vorsicht und genauer Kenntnis des Küchenofens können nach dem Niederbrennen der Glut am späten Abend sämtliche Speisen sich selbst überlassen werden. Am anderen Morgen wird man alles völlig weich gedünstet vorfinden, mit Ausnahme natürlich der Kartoffeln und der Sellerietrollen, die man schon am Abend abgoh und zum Teil zu Salat bereitete.

Nun ergibt sich folgendes: Die Brühe von den ausgekochten Knochen wird mit einer Einlage zu einer Suppe bereitet. Ein Teil des Fleisches wird vielleicht fein gewiegt, mit allerlei Zutaten gemischt und als kleine Klopschen gebraten zu irgendeinem Gemüse gereicht, oder irgendeine würzige Tunke dazu gegeben, wozu man Selleriesalat und Nohlkraut gibt. Von den Knöden hat man mit Bausille, Zucker, abgeriebener Zitrone, Milch oder Trockenmilch usw. einen wohlriechenden Klammerl gerührt, der, in Tasse oder Schüsselchen gefüllt, inzwischen erkaltet und mit irgendeinem Obstsaft als Nachtisch dient. Die roten Rüben ergeben Salat auf Vorrat, was an Kartoffeln vorhanden ist, kann zu Klößen, Bällchen, Puffer oder Röstkartoffeln verwendet werden. Der vorkochende Kohl wird an verschiedenen Tagen in ganz kurzer Zeit fertiggestellt, wozu das eingeteilte Fleisch in irgendeiner Form gereicht wird. Pilze, weich gekocht, ergeben feingewiegt Bratlinge an fleischlosen Tagen, dürfen natürlich nicht mehrere Tage aufbewahrt werden; aber gedörrtes Obst wird erfahrungsgemäß um so besser im Geschmack, je länger es, ausgequollen und mit Zucker und Gewürzen gekocht, im eigenen Saft aufbewahrt wird. Meist bedarf es bei dieser Art Vorratkochen täglich nur ganz kurzer Zeit, mit Hilfe der verschiedenen Vorräte vorkochter Speisen ein vollwertiges Mittagessen am Gasherd zu bereiten.

Eine stark verminderte Gasrechnung und ein bedeutend geringerer Verbrauch der Kohlenvorräte sind die Belohnung für die ein- oder zweimalige Arbeit und Vorsorge am Küchenherd.

Luisa Stein.

3.17.