wir kochen gut



wir kochen gut

Mehr als 1000 erprobte Rezepte

für den Haushalt,

zusammengestellt unter Berücksichtigung

der modernen Ernährungslehre

Verlag für die Frau · DDR · Leipzig

Borschtsch (UdSSR) **8200 (1960)**

375 g Rindfleisch, 2 l Wasser, Salz, 300 g rote Rüben, 200 g Wurzelwerk, 1 Zwiebel, 200 g Kraut, 1 Eßlöffel Essig, 1 Eßlöffel Zucker, 100 g Tomaten, Pfeffer, 125 g geräucherter Schinken, 1/8 l saure Sahne.

Das Fleisch in siedendem Salzwasser gar kochen. Rote Rüben, Wurzelwerk und Zwiebel vorbereiten und in Scheibchen schneiden, mit wenig Brühe halb gar dünsten, das grobgehackte Kraut, Essig und Zucker zufügen, nach Belieben auch ein Lorbeerblatt. Mit Brühe bedecken und garen. Am Ende der Garzeit die in Scheiben geschnittenen Tomaten oder Tomatenmark zufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Als Einlage das in Scheiben geschnittene Fleisch und den Schinken verwenden. Auch Scheibchen von Wiener Würstchen oder anderer Wurst eignen sich dazu. Nach Belieben 500 g Kartoffelstückchen mitkochen. Die saure Sahne erst auf den Tellern über das Gericht gießen.

Fischsoljanka (UdSSR) **3930 (940)**

2 Zwiebeln, 3 Eßlöffel Öl, 3/4 l Saft von eingelegten Gurken oder leichtes Essigwasser, das mit Gewürzen gekocht wurde, 500 g Fischfilet, 2 saure Gurken, 50 g sauer eingelegte Pilze, 2 Eßlöffel Kapern, 50 g Butter oder Feinmargarine, 1/2 Zitrone, 2 Eßlöffel gehackter Dill.

Die in Scheiben geschnittenen Zwiebeln in dem heißen Öl braten, den Gurkensaft zugießen und darin die Zwiebeln garen. Das in Stücke zerlegte Fischfilet, die in Streifen geschnittenen Gurken, die zerkleinerten Pilze und die Kapern zugeben. So lange ziehen lassen, bis der Fisch gar ist. Alles in eine Suppenschüssel füllen, zerlassene Butter zugießen und von der Schale befreite Zitronenscheiben, die mit Dill oder nach Geschmack mit gehackter Petersilie bestreut wurden, darauf anordnen.

Schweinefilet mit Paprika (Ungarn) **7450 (1780)**

1 Schweinsfilet (etwa 600 g), Salz, 50 g Mehl, 60 g Bratfett, 3 Zwiebeln, 1 Eßlöffel Gewürzpaprika, 1/4 l Wasser, 2 Paprikafrüchte, 3 abgezogene Tomaten, 1/2 Tasse saure Sahne.

Das Filet in fingerdicke Scheiben schneiden, jede leicht klopfen, salzen, in Mehl wenden und in dem heißen Fett auf beiden Seiten kurz anbraten. Das Fleisch herausnehmen und in einen Topf legen. In dem zurückbleibenden Fett die feingehackten Zwiebeln goldbraun braten, vom Feuer nehmen, den Gewürzpaprika unterrühren, das heiße Wasser auffüllen und nochmals aufkochen lassen. Über das Fleisch gießen und zugedeckt 15 Minuten dünsten. Die vorbereiteten, in Streifen geschnittenen Paprikafrüchte und die in Würfel geschnittenen Tomaten zufügen. Nochmals 10 Minuten dünsten lassen. Dann die zusammen mit dem restlichen Mehl verquirlte Sahne zugießen. Das Gericht aufkochen und mit Nockerln anrichten. – Anstelle von Paprikafrüchten und Tomaten kann auch Letscho verwendet werden.

Salbeiküchli (Schweiz) **6360 (1520)**

40 große Salbeiblätter, 4 Eßlöffel Sahne, 2 Eier, 50 g Zucker, 100 g Mehl, Salz, Ausbackfett, 75 g Zimtzucker.

Die Salbeiblätter waschen, abtrocknen. Sahne und Eigelb verrühren, den Zucker und löffelweise das Mehl zufügen. Die Eiweiß mit 1 Prise Salz steif schlagen und unter den Teig ziehen. Die Salbeiblätter in den dickflüssigen Teig tauchen. In dem siedenden Fett schwimmend goldbraun backen, auf einem Sieb abtropfen lassen und mit Zimtzucker bestreuen. – Die Salbeiküchli können auch nochmals mit Teig umhüllt, ausgebacken und dann erst tüchtig gezuckert werden.