

## **Terms and Conditions**

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

### Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

### Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

während seines vorgeburtlichen Lebens. Aus dem Englischen. 8. 143 S.  
Leipzig, Douffet. M. 2.

## Literarische Besprechungen.

**11. Theodor Gahn, Kleines Kochbuch für Freunde der naturgemäßen Diät (Vegetarianer).** 8. 75 S. eleg. broch. Rbthen, Schettler, Preis 1 Mark.

Wie der Verf. im Vorwort selbst sagt, ist dieses Kochbüchlein im Wesentlichen nur ein Auszug aus des Verf. größerem, bet. „Makrobiotisches Kochbuch“, das ich im vor. Jahrgang besprochen habe. Was indessen jenem fehlt, bringt das kleine, nämlich einen **Küchenzettel** (besser gesagt: **Speisezettel**, d. h. Angabe derjenigen Speisen, welche bei einer Mahlzeit genossen werden, während Küchen- oder Kochzettel besser diejenige Vorschrift bezeichnet, wie diese Speisen gekocht werden sollen).

In der Einleitung deutet Verf. kurz den Begriff des Vegetarianismus an, im I. Kap. Diätetische Winke, bespricht er die verschiedenen Nahrungsmittel und was mit ihnen genossen wird, nämlich: Körnerfrüchte und Brod, Milch, Butter und Käse, Eier, Zucker, Honig, Essig, Salz, Gewürze, Getränke, Suppen, Kartoffeln, Gemüse, Obst, im II. Kap. **Küchenzettel** sind 14 **Speisezettel** für 3 Gerichte (Suppe, Gemüse, Obst) und 2 Sommer- und 2 Winterwochen, ferner 14 do. für 3 Gerichte (Suppe, Mehlspeisen und Obst), ebenfalls für Sommer- und Winterwochen, dann folgt **Speisezettel** für 4 Gerichte (Kartoffeln, Gemüse, Mehlspeise und Obst), für 4 Winter- und 4 Sommerwochen (Anstaltspeisezettel der Waid); **Speisezettel** für 5 Gerichte (Suppe, Kartoffeln, Gemüse, Mehlspeisen und Obst). Im III. Kap. „Brod“ wird die Bereitung des besten Brodes angegeben, im IV. Kap. „Receptbuch“ sind verschiedene Kochvorschriften mitgetheilt, und zwar für Suppen, Suppeneinlagen, Saucen, Crèmes, Mehl-, Milch-, Eierspeisen, Kartoffeln, Gemüse, Obst, im Ganzen **375**, womit ein Jeder und vollends ein Vegetarianer mehr als zufrieden sein kann, denn der sollte sich eigentlich an Obst und gutem Grohambrod genügen lassen; doch sind die Wenigsten schon soweit und darum ein Kochbuch noch ein Bedürfnis; Ausstattung und Preis desselben gut und billig.

### Anmerkung.

Passend füge ich diesem Kochbuchreferat das Recept einer vegetariarischen Delikatess bei, die ich voriges Jahr auf einer Consulats-Reise nach Böhmen in einer vegetariarisch lebenden Familie kennen lernte, deren weibliches Oberhaupt mir dasselbe auf meine Bitte bereitwilligst mittheilte.



### Linjen-Carbonade.

Die Linjen werden in weichem Wasser gut gargekocht, durch ein feines Sieb geschlagen und von den Hülsen befreit, alsdann mit etwas Salz, fein geschnittenen Zwiebeln, etwas Kümmel und wenig Essig versetzt und bis zur Dicke eines steifen Breies langsam eingekocht. Aus demselben macht man, nachdem derselbe mit etwas in Milch geweichter Semmel sorgfältig vermischt worden, ovale, fingerdicke Küchlein, überzieht sie mit ein wenig Weizenmehl, läßt sie durch geschlagenes Eiweiß mit Eigelb gehen, bestreut sie dann mit gestoßenem Zwieback und bratet sie sorgfältig in Butter.

**12. Dreiwöchentlicher Speisezettel (Süddeutsche Küche)** für Freunde der fleischlosen Nährweise. 8. 4 Seit. Schw. Hall, F. Staib. Preis 10 Pfennige.

Verf. sagt, daß bei diesem Speisezettel die gewöhnliche bürgerliche Kost zum Vorbild genommen und in seiner Zusammensetzung darauf gesehen sei, daß jeder Tag eine oder zwei für sich allein oder zusammen vollkommen nährrende Speisen bringt; 1. Abth. Frühling und Sommer: 2. Abth. Herbst und Winter. Am Schlusse sind einige Worte über die Bereitungsart der Gerichte ohne Fleischbrühe und das Weizenschrotbrod gesagt; zu wünschen wäre, daß manche Ausdrücke näher bezeichnet worden, wie z. B. Dfen-