

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

muß man die einzelnen äußeren Blätter bis zum Herz gut nachsehen, dann wird der Kohl gewaschen und mit wenigem etwas gesalzenem (vergl. S. 16), Wasser auf mäßigem Feuer weich gedünstet (vgl. S. 10). Weizmehl läßt man mit etwas feingehackter Zwiebel in Butter gelb schwitzen, gießt den Kohlsaft hinzu und läßt unter Rühren die Brühe seimig werden, fügt sie zu dem Kohl hinzu, läßt Alles nochmals aufkochen und giebt das Gericht mit Kartoffeln auf den Tisch.

(Zusammensetzung: Eiweiß $3\frac{1}{4}$, Fett $\frac{3}{4}$, Kohlehydrate 6, Salze $1\frac{3}{4}$, Zellstoff $1\frac{1}{4}$, Wasser 87%).

16. Rosenkohl. Die Kohlröschen müssen frisch und möglichst geschlossen sein. Nachdem sie von etwaigen gelben oder fauligen Blättern befreit, sorgfältig nachgesehen, und die kleinen Strünke etwas beschnitten sind, wäscht man den Kohl gut, läßt ihn in etwas gesalzenem (vergl. S. 16) Wasser auf gelindem Feuer gar dünsten (vgl. S. 10), was nicht lange dauert, bereitet von in Butter oder Kokosnußfett geschwitztem Mehl und dem Saft, den der Kohl abgibt, eine seimige Brühe, welche man mit demselben vermischt und unter behutsamem Rühren damit die Röschen nicht zerstoßen werden, auf gelindem Feuer durchkochen läßt. Dazu Kartoffeln oder Brot.

Zusammensetzung: Eiweiß 5, Fett $\frac{1}{2}$, Kohlehydrate 6, Salze $1\frac{1}{4}$, Zellstoff $1\frac{1}{2}$, Wasser $85\frac{1}{2}$ %.

17. Grünkohl (Krauskohl), die nahrhafteste Kohllart (Eiweiß 4, Fett 1, Zucker $1\frac{1}{4}$, Kohlehydrate 10, Salze $1\frac{1}{2}$, Zellstoff $1\frac{3}{4}$, Wasser 80 %), muß frisch und recht kraus sein.

1. Er wird verlesen (die Blätter auch auf der Rehrseite gut nachgesehen), die groben Strünke verworfen, ebenso wie gelbe oder faulige Teile; die einzelnen Zweige schneidet man in — je nach der Größe — zwei oder mehr Teile, wäscht den Kohl sehr gut, giebt ihn mit etwas gesalzenem (vgl. S. 16) Wasser auf gelindes Feuer und läßt ihn weichdünsten (vgl. S. 10). Dann läßt man geriebene Semmel und so viel Mehl in Butter gelb schwitzen, daß man mit dem hinzugegossenen Kohlsaft eine seimige Brühe erhält, welche man mit dem Kohl vermischt, und läßt Alles nochmals aufkochen. Kartoffeln dazu oder Brot.