

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

und geschnitzelt sind, werden Erbsenschoten aufgebrochen und die jungen Erbsen herausgestreift (wobei man darauf achten muß, daß nicht etwa vorhandene wurmförmige mitgefaßt werden), zu den Bohnen und Mohrrüben gegeben und mit wenig Wasser und etwas Salz (vgl. S. 16) auf gelindem Feuer gar gedämpft (vgl. S. 10). Zu einer nach Abschn. V bereiteten Grund-Tunke giebt man den Gemüsesaft, rührt durcheinander und vermischt die Tunke mit dem Gemüse. Das Ganze läßt man noch ein wenig ziehen und giebt Kartoffeln dazu oder Brot.

38. Tomaten (Liebesäpfel). Die Tomaten werden gut gewaschen, in wenigem, etwas gesalzenen (vgl. S. 16) Wasser weich gedünstet unter Zufügung von etwas feingehackter Zwiebel und einem Lorbeerblatt. Dann streicht man die Tomaten durch ein Sieb, vermischt sie mit einer nach Abschn. V bereiteten Grund-Tunke und etwas Zitronensaft, läßt sie auf gelindem Feuer noch eine kurze Zeit dünsten und giebt sie mit Kartoffeln auf den Tisch. (Zusammensetzung: Eiweiß $1\frac{1}{4}$, Kohlehydrate $4\frac{1}{2}$, Salz $\frac{1}{2}$, Zellstoff $\frac{3}{4}$, Wasser $92\frac{1}{2}$ 0/0.)

39. Sellerie. Sellerieköpfe werden von den Wurzeln befreit, sauber geschält, gewaschen, in mehrere Teile geschnitten und diese wieder in nicht zu dicke Scheiben, mit wenig Wasser und etwas Salz (vgl. S. 16) weichgedünstet (vgl. S. 10). Man bereitet nun (nach Abschn. V) eine Grundtunke, mit welcher man den Selleriesaft zusammenrührt, so daß es eine feimige Brühe wird, mit der man die Selleriescheiben vermischt. Etwas gehackte Petersilie und den Saft einer oder mehrerer Zitronen (je nachdem man es — mehr oder minder — säuerlich haben will) giebt man noch zu dem Gemüse und läßt es auf einer heißen Stelle kurze Zeit ziehen. Kartoffeln dazu (oder Brot). (Zusammensetzung: Eiweiß $1\frac{1}{2}$, Kohlehydrate 12, Salz $\frac{3}{4}$, Zellstoff $1\frac{1}{2}$, Wasser 84 0/0.)

40. Wasserrüben (Herbst- oder Stoppelrüben). Werden ganz ebenso behandelt wie die Mohrrüben (Nr. 22.)

41. Maronen (echte Kastanien). Diese wohl schmeckende und nahrhafte Frucht könnte zugleich ein billiges Nahrungsmittel werden, wenn in unserm Vaterlande an öffentlichen Wegen, soweit sie eine vor Nordwinden geschützte Lage haben, Maronenbäume gepflanzt und die vorhandenen wilden Kastanien-