

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

67. Gelbe Erbsen. 1) Gelbe Erbsen (nicht enthülste*) werden verlesen, gewaschen und mit soviel kaltem (weichem) Wasser, daß es mehrere Finger breit übersteht, bei Zeiten unter Zugabe von etwas Salz (vgl. S. 16) auf mäßiges Feuer gebracht und ohne Umrühren gar gekocht, doch nicht breiartig, sondern so, daß sie noch ihre runde Form behalten und gut gekaut werden können. Ein Stück Butter läßt man gelblich schmelzen und vermischt die Erbsen damit. — Kartoffeln (oder Brot) als Zuspeise.

Sollten die Erbsen einmal zu weich geworden sein, so möge man weniger Erbsen und mehr Brot (oder Kartoffeln) essen, um sie besser einspeicheln zu können.

2) Etwas kürzerer Kochzeit bedürfen die Erbsen, wenn man sie nach dem Verlesen und Waschen mit soviel weichem kaltem Wasser, daß es übersteht, zugedeckt, an einem kühlen Orte über Nacht zum Quellen aufstellt und morgens die Erbsen mit dem Einweichwasser so behandelst, wie die nicht eingeweichten. (NB. Dies zweite Verfahren kann nur bei kühler Witterung, aber schon nicht mehr angewendet werden, wenn die Außen-Temperatur 12° R. übersteigt, weil in diesem Fall es leicht vorkommt, daß die Erbsen in Gährung übergehen.) (Zusammensetzung der Erbsen: Eiweiß $22\frac{3}{4}$, Fett $1\frac{3}{4}$, Kohlehydrate $52\frac{1}{2}$, Salze $2\frac{1}{2}$, Zellstoff $5\frac{1}{2}$, Wasser 15% .)

68. Erbsenbrei (Erbsen-Püree). Die weichgekochten Erbsen werden durch ein Sieb gedrückt; damit sie leichter durchgehen, gießt man ab und zu etwas heißes Wasser daran, so erhält man einen weichen Brei, den man mit zerlassener Butter vermischt.

Hierzu empfiehlt es sich, Kartoffeln oder Brot in der Weise zu essen, daß man die Kartoffel- oder Brot-Stückchen gerade nur in den Erbsenbrei eintaucht: nicht aber, daß man den Brei mit Löffeln ißt und Kartoffeln bezw. Brot nur ein wenig nebenher. Das ist ja doch die Hauptsache, daß jede Speise gehörig eingespeichelt wird, der weiche Brei ist bald genug in den Magen befördert; wie soll aber die Verdauung

*) Durch das Enthülsen verleren die Erbsen, daher sind die nicht enthülsten vorzuziehen.