

# Inhaltsverzeichnis

## **SUPPEN**

- Bouillon zu allen Suppen
- Suppe mit Graupen
- Suppe mit Mehlgräupchen
- Suppe mit Gries
- Suppe mit Nudeln
- Suppe mit Hühnern
- Kraftsuppe
- Suppe mit eingelaufenen Gliedern
- Suppe von Eiergerste
- Suppe mit Plinzen
- Suppe mit Semmelklösschen
- Suppe mit Schwemmklösschen
- Suppe mit Fleischklösschen
- Suppe mit Fischklösschen
- Suppe mit Griesklösschen
- Suppe mit abgestochenen Eiern
- Suppe mit Kartoffelklösschen
- Suppe mit Butterklösschen
- Suppe von Hafergrütze
- Suppe von Weissbier

Suppe von Reisgries

Milchsuppe mit Klösschen

Suppe von Kirschen (oder jedem anderen erlaubten Obst)

Einfache Mehlsuppe

Gebrannte Mehlsuppe

Schwarzbrotssuppe

Milchsuppe mit Brot

Eiermilch

Biersuppe mit Milch

Grüne Erbsensuppe

Buttermilchsuppe

Buttermilchsuppe mit Graupen und getrockneten Birnen

Pflaumenmussuppe

## **SAUCEN**

Weisse Sardellensauce

Braune Sardellensauce

Holländische Sauce

Fricasseesauce

Sahnesauce

Milchsauce

Rosinensauce

Gurkensauce

Kirschsauce und andere Obstsaucen

Hagebuttensauce mit Pflaumenmus

Sauce von Stachelbeeren

Heringssosse

Saure Sahnesauce

Schinkensauce

Französische Sauce

## **FLEISCH**

Schmorfleisch

Rinderbraten

Paniertes Rindfleisch

Rindfleisch mit Kruste

Filet

Beefsteaks

Geschmorte Kalbskeule

Geschmorte Kalbskeule auf eine andere Art

Geschmortes Kalbfleisch

Geschmortes Rindfleisch

Fleisch mit Äpfeln

Rindfleisch mit Äpfeln

Kalbsfricassee

Farcierte Kalbfleischwurst

Gebackene Rinderbrust

Junge Hühner mit grünen Erbsen

Hühnerfricassee mit Blumenkohl

Gebratene Hühner

## **FISCHE**

Fische kochen

Zander

Schüssel-Hecht

Gebratener Hecht

Fricassee von Hechten

Karpfen mit Bier

Gebratener Karpfen

Fische mit Buttersosse

Hecht mit Rüben

Pflückhecht mit Sauerkohl

## **GEMÜSE**

Spargel

Spargel mit Mohrrüben

Spargel mit Kalbfleisch

Spargel mit einem bayerischen Eierplatz

Spinat

Mohrrüben

Schoten

Schneidebohnen  
Schneidebohnen mit Milch  
Kohlrabi  
Gefüllte Kohlrabi  
Blumenkohl  
Blumenkohl mit jungen Tauben  
Weisskohl  
Gefüllter Kopfsalat  
Gefüllte Gurken  
Gurken auf eine andere Art  
Wirsingkohl  
Wirsingkohl auf eine andere Art  
Weisse Rüben  
Roter Kohl mit Pflaumen  
Grünkohl  
Kleine Kartoffeln mit Hering  
Geschmorte Mohrrüben  
Teltower Rüben  
Märkische Rüben  
Gebackener Blumenkohl  
Weisskohl mit Milch  
Sauerkohl  
Farcierter Kohl

Petersilienkartoffeln

Gelbe Erbsen

Linsen

Gemüse von roten Rüben oder Beeten

Grüne Birnen und Klösse

## **PUDDINGS UND MEHLSPEISEN**

Semmelpudding

Brotpudding

Schwemm-Pudding

Reismehl-Pudding

Rosinenpudding

Gebackener Pudding

Gebackener Reis

Reis mit Äpfeln

Gebackene Nudeln

Gebackener Gries

Rosinenspeise

Mandelspeise

Schokoladenspeise

Himbeerspeise

Aprikosenspeise

Weintraubenspeise

Pflaumenspeise

Apfelspeise  
Apfelspeise auf andere Art  
Apfelmus-Gebäck  
Apfelspeise mit Plinzen  
Bärme-Mehlspeise  
Mehlbrei  
Apfel-Mehlspeise  
Mehlspeise mit Gries und Äpfeln  
Kartoffelspeise  
Mehlspeise mit saurer Sahne  
Mehlspeise mit Erdbeeren  
Schüsselmus  
Wackelpeter

## **EIERSPEISEN**

Schweizer Rührei  
Eierkuchen mit Semmel  
Eierkuchen mit Semmel und Mandeln  
Kartoffeleierkuchen  
Schweizer Eierkuchen  
Bettelkuchen  
Schaum-Omelette  
Arme Ritter  
Apfelschnittchen

Plinzen

Plinzen mit saurer Sahne

Schaumgericht

## **AUFLÄUFE**

Reisauflauf

Schokoladenauflauf

Kartoffelauflauf

Auflauf von Eiern

Feiner Apfelauflauf

## **KLÖSSE**

Semmelklösse

Klösse in der Serviette

Topfklösse

Gebrühte Klösse

Bayerische Griesklösse

Kartoffelklösse

Gewöhnliche Mehklösse

Schwemmklösse zu Fleischsuppen

Andere Klösse zu Fleischsuppen

Klösse zu Suppen und Fricassees

Klösse von Weizengries

Eierklösse



Schneeklösse

Birnenklösse

Apfelklösse

Schokoladenklösse

## **BRATEN**

Rinderbraten

Rinderbraten mit Sahne

Rinderfilets

Kalbsbraten

Hammelbraten

Hirschkeule oder Rücken

Rehbraten

Wildschweinbraten

Hasenbraten

## **GEBÄCK**

Brottorte

Mandeltorte

Sandtorte

Sandtorte auf eine andere Art

Schichttorte

Semmeltorte

Karmeliter Torte

Schokoladentorte  
Bisquit Torte  
Bisquit Torte auf eine andere Art  
Butterbisquit  
Aufgestrichene Torte  
Sahnetorte  
Cremetorte  
Apfeltorte  
Himbeerentorte  
Hefeteigkuchen  
Kaffee Kuchen  
Gebrühter Kuchen  
Zweibrücker Kuchen  
Spritzkuchen  
Hohlkuchen  
Schneebälle  
Spiegelkuchen  
Butterstriezeln  
Mandelplätzchen  
Butterbrezeln  
Waffeln  
Napfkuchen  
Kleine Teekuchen

Waffeln mit süsser Sahne

Räderkuchen

Feine Brezeln

Kaffee-Brezeln

Mürber Kuchen

Kalatschen

Pflaumenkuchen

Sahnetorte

Zuckernüsse

Weisser Pfefferkuchen

## **CREMES UND FLAMERIS**

Sahnecreme

Himbeercreme

Obstcreme

Creme von Rosen

Flameri von Kartoffelmehl

Flameri von Himbeeren

## **ANHANG**

1. Homöopathisches Kochbuch - Friederike Hehn (1834)
2. Homöopathisches Kochbuch - W. L. Göbel (1854)



Annett Strauch

# Ein Koch- und Backbuch der Homöopathie

---

*Rezepte aus ganz alten Tagen*

## **Wie hat man nur früher gekocht und gebacken?**

*Ohne all die Wunder der modernen Ernährungsindustrie?*

**Ohne Backpulver backen?**

**Saucen ohne Saucenbinder zubereiten?**

**Würzen ohne Geschmacksverstärker?**

**Pudding ohne Puddingpulver?**

*Geht das wirklich???*

Ja, es geht sogar noch viel mehr — und in diesem Buch findest du jede Menge Rezepte die ganz super funktionieren, lass dich überraschen von *interessanten und ungewöhnlichen* oder längst in Vergessenheit geratenen Rezepten. So findest du z.B. Rezepte für:

*Biersuppe mit Milch, Schwarzbrotssuppe, Buttermilchsuppe, Rosinensauce, Gurkensauce, Schmorfleisch, Fleisch mit Äpfeln, Spargel mit Eierplatz, Gefüllter Kopfsalat, Gefüllte Gurken, Roter Kohl mit Pflaumen, Farcierter Kohl, Grüne Birnen mit Klößen, Semmelpudding, Brotpudding, Schwemmpudding, Gebackener Pudding, Schüsselmus, Kartoffeleierkuchen, Bettelkuchen, Topfklöße, Semmelklöße, Gebrühte Klöße, Schwemmklöse, Schneeklöße, Birnenklöße, Apfelklöße, Brottorte, Sandtorte, Schichttorte, Semmeltorte, Karmelitertorte, Gebrühter Kuchen, Zweibrücker Kuchen, Hohlkuchen, Schneebälle, Spiegelkuchen, Kalatschen, Zucker-*

*nüsse, Creme von Rosen, Flameri und vieles vieles mehr ...*

*Ich wünsche jetzt dir ganz viel Spass beim Lesen, Kochen & Backen.*

*Annett :)*

**Kurze Anmerkung zu den in einigen Rezepten angegebenen Milchbrot:** ein Milchbrot wiegt circa 75 g und lässt sich gut durch Weissbrot oder Milchbrötchen ersetzen.

Die in diesem Band enthaltenen Rezepte wurden aus folgenden beiden Büchern zusammengestellt:

1. Homöopathisches Kochbuch von Friederike Hehn (1834)
2. Homöopathisches Kochbuch von W. L. Göbel (1854)

Die dort angegebenen alten Abmessungen (wie zum Beispiel Quart, Metze, Loth usw.) wurden zu den heute gebräuchlichen Abmessungen umgerechnet.

Die beiden Originaleinleitungen und Vorworte der Bücher findest du im Anhang dieses Buches.



## Suppen

### Bouillon zu allen Suppen

#### Zutaten:

- 700 g Rindfleisch
- 1,15 l Wasser
- Salz
- Mohrrüben, Zuckerwurzeln, Kartoffeln, Kohlrabi, Weiss- oder Blumenkohl

Das Fleisch muss gründlich gewaschen werden, darf aber nie zu lange im Wasser liegen. Dann setzt man es mit kaltem Wasser auf und salzt es ausreichend, damit es gründlich durchziehen kann. So lässt man das Fleisch dann 3, wenn es ein sehr grosses Stück ist auch 4 Stunden langsam kochen. Man muss darauf achten, dass es nicht zu stark kocht. Den sich bildenden Schaum muss man mit einem Schaumlöffel sorgfältig und vollständig abnehmen.

Zum Schluss gibt man einige Mohrrüben, Zuckerwurzeln, geschälte rohe Kartoffeln, eine kleine Kohlrabi und ein bisschen Weiss- oder Blumenkohl dazu und lässt diese gar kochen.

### Suppe mit Graupen

#### Zutaten:

- 120 g Graupen
- 2,3 l Wasser
- Butter
- 4 Eigelb

Die Graupen werden mit kaltem Wasser und einem Stückchen Butter aufgesetzt, auf kleiner Flamme ausgequollen und dick und sämig gekocht. Dann werden sie in einem grösseren Topf mit einem ganz kleinen Stückchen Butter kräftig durchgeschlagen und die abgeklärte Bouillon kochend darüber gegeben. So wird die Suppe noch etwas durchgekocht und dann die vier Eigelb dazu gequirlt.

## Suppe mit Mehlgräupchen

### Zutaten:

- fester Nudelteig
- Bouillon

Der Nudelteig muss so fest, wie möglich sein. Dann wird er auf einem Reibeisen gerieben (wenn man ihn dazwischen immer wieder in etwas Mehl eintaucht, ist er leichter zu reiben). Die so entstandenen Mehlgraupen werden erst, wenn sie vollständig getrocknet sind, zur Bouillon gegeben.

Man kann diese Mehlgräupchen auch in frischer Butter ganz dunkelgelb rösten und dann in Salzwasser kochen. So zubereitet passen Sie gut zu vielen Fleisch- und Gemüsespeisen.

## Suppe mit Gries

### Zutaten:

- Gries
- Bouillon

Man rührt feinen Gries mit etwas kaltem Wasser an und giesst ihn unter beständigem Umrühren zur Bouillon. Dann lässt man ihn langsam auskochen. Man kann den Gries auch mit Wasser und Butter kochen und dann so, wie vorher die Mehlgraupen rösten.

## Suppe mit Nudeln

### Zutaten für den Nudelteig:

- 2 Eier
- Salz
- Mehl

Die Eier werden mit etwas Salz und soviel Mehl vermennt, dass der Teig, wenn man ihn knetet nicht mehr am Brett anhängt. Danach rollt man ihn so dünn wie möglich aus und legt ihn auf ein sauberes Tuch, damit er gründlich abtrocknen kann (er darf jedoch nicht brechen). Danach schneidet man ihn in einige Teile, rollt ihn zusammen und schneidet die Nudeln so fein wie möglich.

Diese Nudeln streut man dann ganz lose in die kochende Fleischbrühe und lässt sie nur noch ganz kurz aufkochen.

## Suppe mit Hühnern

### Zutaten:

- Huhn
- grüne Erbsen, Mohrrüben oder Zuckerwurzeln
- geröstete oder in Butter gebratene Semmel

Das Huhn wird gründlich gereinigt und mit kaltem Wasser sowie einigen Händen voll grüner Erbsen, Mohrrüben oder Zuckerwurzeln aufgesetzt. Ist das Huhn weich, wird es herausgenommen und die Brühe durch ein Sieb gegossen und dann über gerösteter oder in Butter gebratener Semmel angerichtet.

Diese Suppe kann man auch mit Nudeln bereiten (in diesem Fall müssen die Erbsen wegbleiben und an deren Stelle einige der genannten Wurzeln mitgekocht werden).

## Kraftsuppe

### Zutaten:

- 2 bis 3 Suppenhühner
- 940 g Suppenknochen
- 5 - 6 Mohrrüben und Zuckerwurzeln

- 6 Liter Wasser

### **Für die Klösschen:**

- Hühnerbrustfleisch
- 110 g Butter (sahnig gerührt)
- 6 Eigelb
- 1 Esslöffel Mehl
- Eischnee von 6 Eiweiss
- Salz
- Milchbrot

Nachdem die Hühner gründlich gereinigt und geputzt sind schneidet man die Brüste ab und zerstösst das übrige in einem Mörser klein. Man setzt dies zusammen mit den Suppenknochen, den Mohrrüben und den Zuckerwurzeln in 6 l Wasser auf und lässt es bis zur Hälfte einkochen. Danach wird es durch ein Haarsieb gegossen und in dieser Brühe dann folgende Klösschen gekocht:

Das Fleisch von den Hühnerbrüsten wird ganz fein gehackt. Dann rührt man die Butter sahnig und gibt nach und nach das Gelbe von den sechs Eiern hinein. In diese Masse gibt man dann das gehackte Hühnerfleisch, einen Esslöffel feines Mehl, den Schnee der sechs Eier, ausreichend Salz und zuletzt so viel geriebenes Milchbrot, dass man aus dem Teig Klösschen formen kann.

Diese Klösschen müssen dann sofort in die kochende Brühe, damit die geriebenen Milchbrote

aufquellen können und die Klösschen schön locker werden.

Diese Suppe kann man auch mit Tauben machen. Man kann auch statt der Klösschen Graupen, Reis oder geröstete Semmel nehmen.

## **Suppe mit eingelaufenen Gliedern**

### **Zutaten:**

- 4 Eier
- 3 Löffel Mehl
- etwas Salz

Die Eier werden mit dem Mehl und etwas Salz kräftig gequirlt. Dann wird diese Masse ganz langsam über einen Quirl in die kochende Fleischbrühe gegossen. Dies muss möglichst an der Stelle geschehen, wo die Brühe am kräftigsten kocht. Die Suppe muss nur noch ganz kurz aufkochen und kann dann serviert werden.

## **Suppe von Eiergerste**

### **Zutaten:**

- 3 Eier
- 1 Tasse geriebenes Milchbrot
- Salz
- 1,15 l Bouillon

Die Eier werden mit dem Milchbrot gequirt und ausreichend gesalzen. Danach giesst man die Fleischbrühe darauf, wobei aber immer weiter gequirt werden muss. Man lässt diese Suppe eine Viertelstunde kochen.

Ende der Leseprobe ...

Direktlink zum Buch:

<http://wp.me/p6R42b-1i>

Hier findest Du weitere interessante Bücher:

<http://seelenschoggi.ch/buch>

Trage dich in meine Neuigkeiten-Liste ein und du erhältst kostenlose Leseproben schon vor der Veröffentlichung. Ab und an gibt es sogar ein Gratisexemplar – lass dich überraschen :-)

<http://seelenschoggi.ch/buch/>