

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung</b>			
Wegweisungen	27	Grießsuppe, geröstete	51
Speisezettel	27	Hafersuppe	51
Morgen- und Abendessen (Vorschläge)	28	Hirsесуппе	48
Mittagessen Frühling, Sommer, Herbst und Winter	29	Kartoffelsuppe, braune	50
Speisezettel Frühling,	29	Kartoffelsuppe, grüne	44
Sommer,	29	Käsesuppe, braune	50
Herbst,	30	Kohlsuppe	44
Winter	31	Kräutersuppe	46
Erklärung einiger im Buche gebrauchter Ausdrücke und Angaben	32	Lauchsuppe	44
Einheimische Gewürzpflanzen	33	Linsensuppe	53
Einheimische Teepflanzen	34	Maissuppe	47
Vorschläge für Teemischungen	34	Mehlsuppe, geröstete	50
Maße und Gewichte	35	Minestra	54
Wegweisungen	35	Reissuppe, gebundene	47
		Spätzlisuppe	49
		Spinatsuppe	46
		Teigwarensuppe	41
		Tomatensuppe	45
		Zwiebelsuppe, braune	50
		Zwiebelsuppe, weiße	45
<b>Suppen</b>		<b>Fleischgerichte</b>	
Wegweisung	39	Wegweisung	55
Blumenkohlsuppe	45	Beefsteaks	61
Bohnensuppe	52	Beefsteaks, gehackt	65
Brennesselsuppe	46	Bratwürste	69
Brotsuppe, geröstete	52	Fleischkugeln	67
Buttersuppe	49	Gulasch	60
Eiergerstensuppe	48	Hackbraten	63
Einlaufsuppe	48	Hirn in weißer Sauce	77
Erbsensuppe	53	Huhn in Reisrand	78
Flädisuppe	41	Kalbfleisch, geschnetzeltes	59
Fleischbrühe	40	Kalbsbraten im Ofen	56
Gemüsebrühe	39	Kalbsbrust, gefüllte	72
Gemüsereissuppe	43	Kalbsherz, geschnetzeltes	59
Gemüsesuppe, gebundene	43	Kalbskoteletten	73
Gerstensuppe, gebundene	47	Kalbsplätzchen, panierte	73
Goldwürfelsuppe	42	Kalbsragout	68
Grießsuppe	42	Kohl, gefüllter	66
		Krautwickel	64

Kutteln	76	<b>Fische</b>	
Leber, geschnetzelte	74	Fische, gebackene	84
Leberknödel	76	Fische, gekochte	83
Leberplätzchen	75	Fische, im Ofen gebraten	84
Lungenragout	74		
Netzbraten	64	<b>Getreide-, Mehl-, Milch- und Eierspeisen</b>	
Nieren, geschnetzelte	74	Wegweisung	85
Rindfleisch, gekochtes	55	Apfelküchlein	111
Rindfleisch, geschnetzeltes	59	Apfelomeletten	107
Rindfleisch im Saft	62	Apfelmösti	105
Rindfleisch mit Reis	63	Apfelschnitten	103
Rindfleisch mit Kartoffeln		Brotwürfel, dänische	104
und Gemüsen	71	Buchweizengericht	100
Rindfleischplätzchen		Eierhaber	106
mit Rahmsauce	62	Eierkutteln	108
Rindfleischvögel	59	Eierschnitten	103
Rindsbraten (Schmorbraten)	56	Eiertünkli	104
Rindsbraten im Ofen	56	Erdbeerschnitten	103
Roastbeef	61	Fasnachtküchli	111
Sauerbraten	57	Gerstengericht	99
Schafffleisch mit Kartoffeln		Grießbrei	89
und Gemüsen	71	Grießkugeln	90
Schafvoressen im Reisrand	70	Grießschnitten	90
Schweinefleisch, geräuchertes	70	Haferbrei	91
Schweinsbraten	67	Haferflocken, geröstete	91
Schweinskoteletten	73	Haferflockenküchlein	92
Schweinspfiffer	69	Haferflockenküchlein	
Schweinsplätzchen, panierte	73	im Ofen	92
Schweinsragout, braunes	43	Himbeerschnitten	103
Stufato	58	Hirsebrei	89
		Hirsegericht	100
		Hirseküchlein im Ofen	100
<b>Fleischrestenverwendung</b>		Hirsekugeln	90
Fleischhaschee	79	Hörnli, geröstete	89
Fleischküchlein	79	Hörnli mit Kartoffeln	87
Küchenpastetli	80	Kapuzinerklöße	105
Makkaroniauflauf	81	Käsebrei	101
Omeletten, gefüllte	80	Käsegötzen	102
Restenwürstchen im Ausbackteig	82	Käseomeletten	107
		Käseschnitten	101
		Käseschnitten im Ofen	102
		Krautspätzli	86
		Kugeln, verbrühte	110
		Mais mit Konfitüre	93

Mais mit Tomaten	94	Kabis	117
Maisbrei	93	Kabis mit Kartoffeln	118
Maisschnitten	94	Kabis mit Sauce	119
Makkaroni mit Kartoffeln	87	Kefen mit Brotschnitten	125
Makkaroni nach Mailänder Art		Kohl mit Sauce	119
Natronringli	109	Kohlrabi in Sauce	121
Nudeln mit Salbei	88	Krautstile im Ofen	122
Omeletten	106	Krautstile, überschmelzt	123
Omelettes soufflées	107	Lattich, gedämpft	121
Poletaschnitten	95	Lauch, gedämpft	121
Reis, geschwitzt	96	Lauch in Sauce	119
Reis mit Äpfeln	98	Lauch mit Kartoffeln	118
Reis mit Gemüsen	98	Mangold, gehackt	113
Reis mit Kohl	97	Mangold, überschmelzt	114
Reis mit Lauch	97	Mangoldblätter, gefüllte	114
Reisbrei	96	Räben in Buttersauce	123
Reispfannkuchen	99	Rotkraut	117
Rhabarberomeletten	107	Rüben, gedämpft	116
Rhabarberschnitten	103	Sauerkraut	120
Risotto	96	Spinat, gehackt	113
Rühreier	108	Spinat, überschmelzt	114
Schenkel	110	Tomaten, gedämpft	122
Schlupfküchlein	112	Zucchetti mit Kartoffeln	
Spaghetti mit Tomaten	88	und Tomaten	126
Spätzli	86	Zuckererbsen (Kefen)	115
Spiegeleier	109		
Spinatspätzli	86	<b>Salate</b>	
Türkenmaluns	95	Wegweisung	127
Weizengericht	85	Blättersalate, grüne	127
		Essig aus naturreinem	
<b>Grüne Gemüse</b>		Apfelsaft	127
Wegweisung	113	Gurkensalat	128
Blumenkohl	124	Karottensalat	132
Blumenkohl, gebacken (gratiniert)	125	Kohlsalat	128
Bodenkohlrabi mit Kartoffeln und Speck	124	Radieschensalat	131
Bohnen	116	Randensalat roh	132
Bohnen, gedörrte	116	Rettichsalat	131
Brennesseln	114	Rotkrautsalat	128
Fenchel, gedämpft	120	Rübensalat	130
Gemüse, gemischte	126	Salatsauce	127
Gewürzpflanzen, einheimische	33	Sauerkrautsalat	132
		Sauerkrautherstellung	208
		Selleriesalat	130
		Tomaten, roh gefüllt	129

Tomatensalat	129	Halbäpfel	147
Weißkabissalat	128	Heidelbeerlkompott	149
		Heidelbeersturm	150
<b>Gekochte Salate</b>		Holunderbeerkompott	149
Bohnensalat	133	Karamelbirnen	148
Gemischter Salat mit Reis	134	Kirschenkompott	149
Gemischter Salat mit Hörnli	134	Kirschensturm	150
Kartoffelsalat	132	Obst, gedörrtes	149
Randensalat	133	Rhabarberlkompott	150
		Zwetschgenkompott	149
<b>Kartoffeln:</b>			
Wegweisung	135	<b>Rohe Fruchtspeisen</b>	
Bratkartoffeln	136	Wegweisung	151
Kartoffeln, gebratene, mit Käse	136	Apfelmus, rohes	152
Kartoffeln im Ofen	138	Birchermus	151
Kartoffeln in der Schale	135	Früchte, gemischte	154
Kartoffeln in Sauce	137	Haferflockenrohspeise, verbilligte Art	153
Kartoffeln mit Tomaten	141	Quark mit Früchten	152
Kartoffeln nach Freiburger Art	137		
Kartoffelpfuten	139	<b>Belegte und «gestrichene» Brötchen</b>	
Kartoffelpitte	140	Wegweisung	155
Kartoffelstock	138	Brötchen, belegte	155
Kartoffelwürstchen, 1. Art	139	Brötchen, «gestrichene»	156
Kartoffelwürstchen, 2. Art	140	Quark als Brotaufstrich	156
Kümmelkartoffeln	141		
Maluns mit Kartoffeln	142	<b>Aufläufe und warme Puddinge</b>	
Ofenguck	135	Wegweisung	157
<b>Hülsenfrüchte</b>		Brotauflauf	159
Wegweisung	143	Brotchnittenpudding	162
Böhnchen in Rahmsauce	143	Fruchtbettelmann	163
Erbsenbrei	144	Grießauflauf	157
Kastanien, gedörrte, 1. Art	145	Grießpudding	160
Kastanien, 2. Art	145	Hirseaufauflauf	161
Kastanien, gekochte	145	Hirsepudding	161
Kastanien mit Rotkraut	146	Kastanienauflauf	160
Linsen	144	Maisauflauf	157
		Maisauflauf mit Äpfeln	158
<b>Obst- und Beerenkompotte</b>		Maispudding	160
Wegweisung	147	Quarkauflauf	159
Apfelmus	149	Reisaufauflauf	158
Apfelstückli, saure	148	Reisaufauflauf mit Äpfeln	158
Apfelstückli, süße	148	Rhabarberauflauf	162
Birnenschnitze	148		

<b>Kalte Puddinge und Crèmes</b>			
Wegweisung	165	Mangoldwähе	179
Crème, gebrannte	167	Nidelwähе	178
Grießköpfchen	165	Nußbrot	183
Hirseköpfchen	166	Pomeranzenbrötli	190
Maisköpfchen	165	Rhabarberwähе	176
Reisköpfchen	166	Rosinenhöckli	190
Schokoladecrème	167	Rübentorte	184
Schokoladenflammeri	166	Schokoladenmakronen	189
Vanillecrème	168	Schwabebrot	187
		Spinatwähе	180
		Teig, geriebener, 1. Art	173
		Teig, geriebener, 2. Art	174
<b>Saucen</b>		Totenbeinli	188
Wegweisung	169	Wähenteig	174
Buttersauce	169	Zwetschgenwähе	176
Grundsauce, weiß	169	Zwiebelwähе	179
Holländische Sauce	170		
Mayonnaise	170	<b>Hefengebäcke</b>	
Quark als Beigabe zu gekochten Kartoffeln	171	Wegweisung	191
Sparmayonnaise	171	Birnbrot	191
Tomatensauce	169	Brot	191
Vanillemilch	172	Dampfnudeln	194
Weinsauce	172	Eierzopf	193
		Gugelhopf	195
		Streußeckuchen	193
<b>Brot, Kuchen, Torten und kleines Backwerk</b>			
Wegweisung	173	<b>Getränke</b>	
Albertbisksuits	187	Wegweisung	197
Anisstengeli	186	Holderlimonade	199
Apfelkuchen	175	Kaffee	197
Apfelwähе	174	Kakao	197
Birnel-Cakes	183	Kräutertee	198
Biskuittorte	181	Süßmost	199
Dörrbirnenwähе	177	Tee von Bergkräutern	198
Haferflockenbisksuits	188		
Hirsebisksuits	188	<b>Haltbarmachen von Fleisch, Obst und Gemüsen</b>	
Kabiswähе	181	Wegweisung	201
Kartoffeltorte	184	Gelee von Johannisbeeren	
Käsewähе	178	Himbeeren, Brombeeren	
Kräbeli	185	Berberitzen, schwarzem	
Linzertorte	182	und rotem Holunder	202
Linzerschnitten	189	Himbeersirup nach	
Mailänderli	185	dänischer Art	205
Mandelringe	186		

Konfitüre von Johannisbeeren,		<b>Butter, Fette und Öle</b>
Himbeeren, Brombeeren,		Wegweisung 209
Heidelbeeren, entsteinten		Butter einkochen 209
Kirschen, Pflaumen,		Fettmischung 1. Art 210
Aprikosen, Zwetschgen	201	Fettmischung 2. Art 210
Rhabarber mit Erdbeeren	202	Fettmischung 3. Art 210
Sirup von Johannisbeeren,		Schweinefett (Schmer) oder
Himbeeren, Holunder	204	Rindsnierenfett 209
Quittengelee, Apfelgelee	203	
Quittenkonfitüre	202	
Quittenpasta	204	
<b>Sterilisieren und Dörren</b>		
Wegweisung	205	
Bohnendörren	207	
Bohnen 1. und 2. Art	207	
Dörren verschiedener		
Gemüse und Küchenkräuter	207	
Kochendeinfüllen von Obst		
und Beeren	206	
Offensterilisieren von Beeren	205	
Sauerkraut-Herstellung	208	
Sterilisieren von		
unvergorenem Birnen-,		
Apfel- und Beerensaft	206	