

Kinderküche

Ein Kochbuch nach dem Nemsystem

Bearbeitet von

H. Birkner, Oberschwester, **K. Freisteiner**, **G. Hansekwitz**
und **P. Panzer**, Lehrschwestern an der
Universitäts-Kinderklinik in Wien

Herausgegeben von

Prof. Dr. E. Nobel und **Prof. Dr. C. Pirquet**
I. Assistent der Universitäts-Kinderklinik Vorstand der Universitäts-Kinderklinik
in Wien in Wien



W i e n

Verlag von Julius Springer

1927

**ALLE RECHTE, INSBESONDERE DAS DER ÜBERSETZUNG
IN FREMDE SPRACHEN, VORBEHALTEN**

ISBN 978-3-7091-3037-7 ISBN 978-3-7091-3052-0 (eBook)
DOI 10.1007/978-3-7091-3052-0

SOFTCOVER REPRINT OF THE HARDCOVER 1ST EDITION

Vorwort

Die Ernährungskunde steht mit Recht im Vordergrund des Interesses aller Kreise, seitdem wir wissen, daß eine zweckmäßige Ernährung die wirksamste Waffe bildet zur Verhütung vieler Erkrankungen und das wirksamste Mittel bei deren Heilung.

Wer richtig, d. h. sparsam, aber doch zweckentsprechend kochen will, sollte auch über gewisse theoretische Kenntnisse verfügen. Das vorliegende Buch wendet sich daher an intelligente Hausfrauen, bzw. Küchenleiterinnen, und setzt dabei praktische Kenntnisse im Kochen voraus.

Die Vereinigung klarer theoretischer Vorstellungen über eine zweckentsprechende Ernährung mit der praktischen Arbeit in der Küche wird sicherlich förderlich sein für das Gedeihen unserer Kinder.

Die vorliegende Rezeptsammlung erhebt naturgemäß keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit. Dafür entstammen alle Rezepte der Praxis und nicht der Theorie.

Wien, im Januar 1927

Die Herausgeber

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Die Aufgaben der Küche	1
I. Unschädlichkeit der Nahrung	1
1. Eingeweidewürmer'	1
2. Bakterien	2
3. Giftstoffe	4
II. Verdaulichkeit der Nahrung	7
III. Wohlgeschmack der Nahrung	11
A) Einheimische, bzw. in Europa kultivierte Würzpflanzen	16
1. Aus Samen und Früchten	16
2. Zwiebel	17
3. Knollen	17
4. Stengel und Blätter	17
5. Pilze	18
B) In den Tropen geerntete Würzpflanzen	18
Hilfsmittel der Küche	19
Anwendung der Temperatur bei der Zubereitung der Speisen.....	20
Grundzüge des Pirquetschen Ernährungssystems	22
Nährwert der zugeführten Speisen	22
Konzentration der Nahrung	24
Nahrungsbedarf	24
Nährwert der einzelnen Lebensmittel	27
Verschreibung der Nahrung für das einzelne Kind	28
Die wichtigsten Begriffe der Küchentechnik	30
Alphabetisches Nachschlageverzeichnis	32
Säuglingsernährung	50
Natürliche Ernährung des Säuglings	50
Technik der Brusternährung	52
Künstliche Ernährung	53
Quantitative Ernährung	55
Nahrungsbedarf	55
Modifikationen der Kuhmilch	57
Reinheit der Milch	60
Rezepte	61
Säuglingskost	61
1. Rezepte zu 1 Hektonem	63
2. Rezepte zu 10 Hektonem für Säuglingsküchen	68
3. Einfachste Verordnung für Kinder vom 3. bis zum 14. Lebens- jahr	73

Inhaltsverzeichnis

	V Seite
Kochrezepte für größere Kinder	79
Suppen	79
Fleischspeisen	90
Fische	101
Saucen	106
Salate	112
Gemüse	118
Beilagen	128
Beilagen aus Ei	128
Beilagen aus Kartoffeln	131
Beilagen aus Reis	133
Knödel, Nockerl, Nudel	134
Anderweitige Beilagen	137
Kompotte	139
Mehlspeisen	143
Teigarten	143
Bäckereien	147
Torten	154
Anderweitige Mehlspeisen	160
Sachverzeichnis	174