

Kokkonst utan år - samling av trycksaker - 10

Vardagstryck



National Library
of Sweden

All mat bör — genom tillredningen och genom omsorgsfull tuggning — fördelas så fint, att den vid sväljningen har form af gröt eller välling. Alltså: ät långsamt! tugga väl!!

På dessa villkor är lämplig föda följande:

Torrt bröd af hvete eller råg; rostadt eller minst 2 dagar gammalt hvetebroöd, skorpor, kex, rån, »småbröd», (ej med mandel, kanel på).

Smör, ägg, äggrätter, tunna skifvor ost, mesost, kallskuret kött, sardiner, osaltad kaviar, ostron.

Färsk fisk, stufvad, kokt eller stekt (dock ej ål, lax, makrill, sill).

Fint skuret (på tallriken) färskt kött af kalv, lamm, fågel, höns, kokt eller stekt; oxkött och fläsk endast såsom färs; kall skinka skrapad eller fint skuren (om kokt); kalvbräss, kalvhjärna.

Potatis i form af mos eller pressad med gaffeln, makaroner, spenat, stufvade eller förvållda morötter, sockerrötter, sparrisknopp, puré af grönsaker.

Puddingar af alla slag, dels som hufvudrätt med kött eller fisk uti, blodpudding, dels som efterrätt (sago-, ris-, majzena-, mannagryn), omelett, soufflé, plättar.

Kompott af äpple, päron, persika, katrinplommon, (passerad), gelé. Saftkräm, rabarber, (passerad), saftsoppa (ej blåbär), nyponsoppa.

Gröt, välling (hafremjöl, manna-, tapioka), mjölk, filbunke, svagt te, små mängder öl.

Peppar tillåtes i ringa mängd i maten; salt efter behag.

Undvik: Buljong, köttsoppa (steksås tillåten i mycket små mängder). Rå frukt samt (af den kokta) skalfrukt såsom lingon, krusbär, körsbär, vinbär. Råa grönsaker samt gröfre (äfven om kokta) såsom kål, brysselkål, haricots verts, ärter, bönor.

Konditorivaror. Skarpa kryddor: senap, ingefära, pepparrot; äfven persilja, dill. Kaffe, vin. Slutligen all het mat, alla mycket kalla drycker.



ALL THE
... ..
... ..
... ..

... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..

... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..

... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..

... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..

... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..

... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..

... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..

... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..

