

# Kokkonst 1890–1899 – samling av trycksaker – 7

*Vardagstryck*



National Library  
of Sweden

Ekon.  
Kotshamt.  
(Br.)  
1892

## 28 MIDDAGAR UTAN KÖTT OCH FISK.

- S. Sparrissoppa.  
Champignonkroetter med stekt persilja och potatis.  
\*Risgrynskaka med äpplen.
- M. <sup>1</sup> Linsoppa.  
\*Stufvad blåkål med kastanjer och stekt potatis.  
Plättar med sylt.
- T. Puré på sockerrötter.  
\*Macedoine med bouchée.  
Gräddkaka.
- O. Hvitkålsoppa.  
Risgryn med parmesanost, portugisisk lök o. stekt potatis.  
Päronkompott med grädde.
- T. Grönsoppa (klar).  
\*Gratinerade ägg.  
Fattiga riddare.
- F. Puré på gröna ärter.  
Olla podrida med spenat. (Se «Våra födoämnen» af Justus.)  
Crème brûlée.
- L. Afredd buljong med stekta brödtärningar.  
Käldolma på svamp med potatis.  
Katrinplommon med grädde.
- S. Löksoppa med hårdkokta ägg.  
<sup>1</sup> Linskotletter med stufvade sockerrötter.  
Äppelpaj.



1892

- M.** Blåkål med förlorade ägg.  
\*Gratin på jordärtskockor.  
<sup>1</sup>\*Nudelkaka.
- T.** Puré på röda bönor.<sup>2</sup>  
Kålrotspudding med potatis.  
Äppelmunkar.
- O.** Svampsoppa med svampbullar.  
Potatiskroketter med flageolet.<sup>2</sup>  
Fikonpudding med vaniljsås.
- T.** Gul ärtsoppa.  
\*Sallad på ryskt sätt.  
Tunna pannkakor.
- F.** Spenatsoppa med äggröra.  
Makaronikroketter med murkelsås och potatis.  
Kompott.
- L.** Puré på hvita bönor.<sup>2</sup>  
Brynt vitkålshuvud med ryska ärter och stekt potatis.  
Citronkräm med mandelspån.
- S.** Buljong med pastejer.  
Grönsakspaj med charlottenlök.  
Chocoladpudding.
- M.** Puré på gula ärter med stekta brödtärningar.  
Griljerade murklor med stufvad potatis.  
Mannagrynskaka med saftsås.
- T.** Jordärtskockspuré.  
Äggkroketter med spenat.  
Vofflor med sylt.
- O.** Puré på <sup>5</sup>välska bönor med morotskifvor.  
Gratin på blomkål med potatis.  
<sup>3</sup>Polentapudding med frukt och vaniljsås.

- T.** <sup>5</sup> Makaronisoppa.  
 Griljerade jordärtskockor med ryska ärter.  
 Plommonsoufflé.
- F.** Puré på kålrötter.  
 Ris (beströdd m. stekt persilja) med champignonstufning.  
 Äppelkaka med vaniljsås.
- L.** Kastanjepuré.  
 Blandad grönrätt.  
 Tunna pannkakor med sylt.
- S.** <sup>4</sup> Nässelkål med förlorade ägg.  
 Kotletter på nudlar<sup>1</sup> med ärter och stekt potatis.  
 Äppelkompott med grädde.
- M.** Puré på flageolet<sup>2</sup> med morotstrimlor.  
 Gratin på vitkål med stekt potatis.  
 \*Brödpudding.
- T.** Potatis-soppa med purjo.  
 \*Murklor på italienskt sätt.  
 Äppelris med grädde.
- O.** Puré på selleri.  
 \*Griljerad lök med bruna böror och potatis.  
 Fruktpudding med vaniljsås.
- T.** Grön ärtsoppa.  
 Brysselkål med stekt potatis.  
 Ugnspannkaka med sylt.
- F.** Blomkålspuré.  
 Gratinerade <sup>6</sup> makaroni med tomatsås och stekt potatis.  
 Rabarberpudding.
- L.** Grönsoppa (afredd).  
 Omelett med stufvade jordärtskockor.  
 Tapiokapudding.

Brödsorter: <sup>3</sup> Grahambrod, fruktbröd pumpernickel.

Öfvergängen från kött till vegetabilisk diet skall ske långsamt. Kött bör förekomma, en gång och fisk två gånger i veckan under de första månaderna.

Dessert af färska och torkade frukter bör egentligen afsluta hvarje måltid.

Två rätter mat och dessert äro i allmänhet af hel-soskäl att föredraga framför tre. Men för den, som vid öfvergängen från kött till vegetabilisk diet icke blir «mätt» af en vegetarisk middag bestående af två rätter, torde en tredje rätt vara på sin plats.

Med buljong menas alltid vegetarisk buljong = afkok på grönsaker och något svamp.

Alla rätter med \* framför återfinnas i Hagdahls kokbok 10, 11, 12 häftena, sista upplagan. För öfrigt hänvisas till den märkliga boken «Våra Födoämnen i fysiologiskt, hygieniskt och ekonomiskt hänseende» af Justus, samt till «Vegetabilisk Kokbok», pris 65 öre.

<sup>1</sup> Grafström, Fredsgatan 19. Linser och nudlar.

<sup>2</sup> Haglind, Drottninggatan 49. Flageoletts (gröna bönor). Hvita, röda och skära bönor.

<sup>3</sup> Boman, Drottninggatan 53. Polentagryn. Grahammjöl 30 öre per kilo. Frukt.

<sup>4</sup> Sjöblom, Stora Badstugatan 40. Torkade nässlor.

<sup>5</sup> Julius, Drottninggatan 38. Makaronigryn.

<sup>6</sup> Nordblom och Lindström, Drottninggatan 27. Makaroni (märket Boudier).

