

Tomatensauce.

Mache 2 Tassen Tomatensaft lauwarm, füge den Saft einer Zwiebel, ein oder zwei zerriebene Lorbeerblätter und etwas Salz und Zucker hinzu. Lasse es 5 Minuten kochen, dann treibe es durch und füge eine kleine Prise Natron hinzu. Mische einen Eßlöffel Olivenöl mit einem Eßlöffel Vollweizenmehl gründlich, rühre es in die Sauce und koche alles ein bis die Sauce so dick wie Sahne wird, sie kann mit Milch oder Sahne verdünnt werden.

Süße Sauce.

Vermenge 2 Eßlöffel Maizena oder Bananenmehl mit 1 Tasse Zucker und füge 1 Tasse kaltes Wasser hinzu. Bringe es über das Feuer und koche es, bis es klar und dick wird. Darauf 1 Eßlöffel Palmin oder Olivenöl und würze nach Belieben.

Diese Sauce soll nur ausnahmsweise genossen werden, da sie eine Zusammensetzung von dreierlei Kohlehydraten ist. Ersetze die Pflanzenöle niemals durch Kuhbutter oder tierische Fette.

Braune Sauce.

Bräune im Ofen 1 Eßlöffel Mehl, rühre es mit etwas kalter Milch an, füge 2 Tassen siedende Milch oder Sahne hinzu und koche es 10 Minuten lang. Dann füge 1 Tasse Tomatenpüree hinzu und mische es gründlich.

Pilzsauce.

Mache eine Sauce wie die oben beschriebene braune Sauce und füge eine Büchse fein zerschnittene Pilze mit der Flüssigkeit bei. Darauf koche es 5 Minuten lang.

Nonnenbutter.

Schlage $\frac{1}{4}$ Tasse Butter schaumig; füge allmählich 1 Tasse Staubzucker hinzu und rühre bis es leicht wird. Darauf gib 2 geschlagene Eiweiß hinzu, nur eins auf einmal und schlage wieder, bis es schaumig wird. Würze mit 1 Eßlöffel Sherrywein und schlage es noch einmal. Häufe es auf einen kleinen Teller, bestreue es mit etwas geriebener Muskatnuß und stelle es beiseite bis es hart wird. Kann als Beigabe zu Puddingen als Sauce verwendet werden.

Tomatencatsup.

Brühe 10 kg reife Tomaten an, schäle sie, entferne die Samen, zerdrücke und würze mit 1 Eßlöffel gemahlenem Zimt,