

92. Milch

wird so frisch wie möglich abgekocht, rasch gekühlt und im Kalten aufbewahrt. Man genießt sie nach Geschmack kalt oder warm, bei sehr empfindlichem Magen nur lauwarm mit geröstetem Weck. Es empfiehlt sich, diesen nicht einzutauchen, sondern trocken fein zu zerkauen. Das hat den Zweck, ihn mit dem Speichel zu vermischen, der verdauen hilft.

Als **Milchsuppe** (Milchbrodsuppe) kann die Milch noch heiß angewandt werden, indem man sie nach Geschmack salzt und die nöthige Menge Röstbrod dazu kaut, während man die Milch mit dem Löffel ißt. Vergl. Diät VI., Samstag.

Weniger Empfindliche können auch das Röstbrod in die gesalzene Milch einbrocken.

Die Berechnung der Milch siehe Nährstoffe S. 57.

Wo eine Milch von einer für Magenkrankte geeigneten Beschaffenheit nicht zu haben ist, da empfehlen sich als Ersatz die vorzügliche sterilisirte Milch von Löfflund in Stuttgart, wie ebensolche und das sterilisirte Milchpulver von Drenckhan in Stendorf bei Kasseedorf (Holstein).

93. Rahmmischung.

Für die Rahmmischung verwendet man möglichst frischen, event. eisgekühlten Rahm, der entweder von gekühlter Milch nach 2 Stunden abgehoben oder von frischer Milch durch Centrifugiren gewonnen war. Der abgehobene Rahm wird ungefähr 10 %, der Centrifugenrahm 20—25 % Fett enthalten, was bei dem betreffenden Lieferanten zu erfragen und bei der Berechnung entsprechend zu verwenden ist.

Man mischt 125 ccm Rahm a) mit 125 ccm Wasser, worin 6 g Milchzucker aufgelöst sind, b) mit 250 ccm Wasser, worin 12 g Milchzucker aufgelöst sind.

Die fertige Mischung wird aufgekocht und sofort warm genossen oder wieder rasch abgekühlt und kalt aufbewahrt. Sie kann kühl oder warm genossen werden, dazu 20 g Röstbrod oder event. 2 Zwieback.