

Jede Hausfrau sollte sich die Küchenzettel auf Tage voraus entwerfen und am besten in ein Küchenbuch eintragen. Die kleine Mühe lohnt außerordentlich. Das Buch hilft dann oft aus der Verlegenheit bei Aufstellung des neuen Küchenzettels und setzt die Hausfrau in die Lage, die allzuhäufigen Wiederholungen zu vermeiden. An den vorausentworfenen Küchenzettel ist sie ja nicht gerade gebunden, sie wird aber bei Einkäufen viel Zeit ersparen, sobald sie schon für mehrere Tage ihren Bedarf kennt.

Zur Erleichterung geben wir eine Reihe solcher Küchenzettel.

IV. Küchenzettel.

1. Für den Sommer.

a. Reichhaltige. *)

I.

Sonntag: Milchsuppe mit Schrotbrot. Spargel mit Butter und Kartoffeln. Reispudding. Aprikosen.

Montag: Erdbeerkaltschale. Griesklöße mit Heidelbeeren. Rote Grütze. Gurkensalat.

Dienstag: Schokoladensuppe. Allerlei mit Bratkartoffeln. Schrotkuchen. Reineclauden.

Mittwoch: Grünkornsuppe. Brechbohnen mit Kartoffeln. Auflauf von Kirschen. Frische Erdbeeren.

Donnerstag: Gräupchensuppe. Warmer Kartoffelsalat. Blumenkohl mit Sahne und Kartoffeln. Apfelstrudel. Frisches Obst.

Freitag: Erbsensuppe. Kartoffelmus. Schrotbrotkotelette. Schokoladenflammeri mit Schlagahne. Geschmorte Kirschen.

Sonnabend: Kirschkaltschale. Steinpilze mit Kartoffeln. Gedämpfter Reis mit Klößchen. Obstpudding.

II.

Sonntag: Erdbeerkaltschale. Spargelgemüse. Krautklößchen mit Sauce. Griesauflauf. Pfirsiche.

Montag: Blumenkohlsuppe. Grüne Bohnen mit Sahne und Kartoffeln. Heidelbeeren. Arme Ritter.

Dienstag: Aprikosenkaltschale. Schoten mit Spargel. Griesklößchen. Reisflammeri. Geschmorte Kirschen.

*) Dieselben wurden vom Inhaber des vegetarischen Speisehauses Thalysia in Leipzig, Herrn Georg Haug, zusammengestellt.