

II. **Zubereitung des Fleisches im Allgemeinen.** Das F. wird gewöhnlich auf irgend eine Weise zum Genusse zubereitet, nur kränklichen Personen mit schwacher Verdauung empfiehlt der Arzt zuweilen den Genuß von fein zerkacktem, rohem F. mit etwas Salz. Wir haben im Obigen bereits mehrfach darauf aufmerksam gemacht, daß die Verdaulichkeit u. der Nahrungswert des F. in hohem Grade von der Behandlung u. Zubereitungsart abhängt, welche ihm in der Küche zu Theil wird. Wir empfehlen unsern Leserinnen dringend, die Wichtigkeit u. Bedeutung dieses Umstands nicht zu verkennen u. bei der Zubereitung des F. nicht altherkömmlichen Gebräuchen, sondern den von der Wissenschaft geforderten u. von der vernünftigen Praxis als gut u. vortheilhaft anerkannten Vorschriften zu folgen. Man würde es gewiß zum Mindesten unbegreiflich finden, wenn Jemand für die Seinigen Zucker kaufen, diesen gegen eine ungefähr gleiche Menge Papier umtauschen u. nun den Seinigen zumuthen würde, das eingetauschte Papier statt des Zuckers zu genießen; dennoch ist das Verhältniß nicht besser wenn eine Hausfrau gutes F. kauft, dieses aber schlecht zubereitet u. nun den Ihrigen zumuthet, die in eine lederartige, hartfaserige, saft- u. kraftlose Masse verwandelte Fleischsubstanz als wirkliches F. zu genießen; die Hausfrauen, welche den Fortschritten, die in der Kochkunst in Betreff der Zubereitung unserer wichtigsten, zum Theil alltäglichen Nahrungsmittel gemacht worden sind, keine Beachtung schenken, sondern an den einmal bei ihnen zur Anwendung gekommenen, unvortheilhaften Methoden beharren, machen sich des Vorwurfs einer unverantwortlichen Verschleuderung schuldig, weil sie den rohen Nahrungstoff, den sie eingekauft haben, nach einer Methode zubereiten, durch welche er an Nahrungswert verliert u. also nicht mehr so viel wert ist, als er gekostet hat; außerdem entziehen sie durch solche Gleichgültigkeit den Ihrigen zum Theil die gute Nahrung, ohne daß dieß irgend Jemandem zu gute kommt. Die Anforderungen, welche die Wissenschaft an alle diejenigen stellt, die sich mit der Zubereitung des F. beschäftigen, sind überdieß so einfach u. so leicht ausführbar, daß um so mehr zu erwarten ist, daß dieselben in vollstem Maße beachtet werden. Sie lassen sich in folgende Hauptpunkte zusammenfassen: 1) Das F. kann nur dann nahrhaft, leichtverdaulich, zart u. schmackhaft werden, wenn man bei seiner Zubereitung dafür sorgt, daß der Fleischsaft möglichst vollständig zwischen den Fleischfasern bleibt u. wenn man vorsichtig Alles vermeidet, was das Austreten des Safts befördern könnte; denn nur, wenn die Fleischfaser vom Saft umspült bleibt, erträgt sie die beim Kochen, Dämpfen, Schmoren oder Braten auf sie einwirkende Hitze, ohne hart u. unverdaulich zu werden; nur vom Saft umspült, geht sie bei nicht zu lange andauernder Hitze in jenen gequollenen Zustand über, der ihre Auflösung im Magen möglich macht. Um dieser ersten u. wichtigsten Anforderung in allen Punkten zu genügen, unterlasse man zunächst das Wässern des F., d. h. das längere Einlegen desselben in Wasser, da hierbei unvermeidlich zwischen dem Fleischsaft im Innern u. dem äußern Wasser eine Ausgleichungsströmung entsteht, welcher zufolge Fleischsaft aus- u. Wasser dafür eintritt, das F. also werthloser wird. Die Keilichkeit macht allerdings gewöhnlich ein Abwaschen des F. nöthig, dabei braucht man aber das F. nicht ganz in Wasser zu legen, sondern man reibe es mit der nassen Hand ab, gieße mehrmals kaltes Wasser darüber, um die durch das Reiben abgelösten Unreinigkeiten davon abzuspülen, u. trockne es äußerlich mit einem reinen Handtuche. Hat man das F. in einzelne Stücke zu schneiden, wie z. B. bei Herstellung von Beefsteaks, so durchschneide man dabei die Fasern so wenig als möglich, damit dieselben in möglichst vollständigem Zusammenhange bleiben, weil sonst während der Zubereitung leicht etwas von dem Saft verloren geht. — 2) Das F. kann nur dann mürbe u. zart werden u. saftig bleiben, wenn man bei seiner Zubereitung keine zu große u. namentlich keine zu lange andauernde Hitze darauf einwirken läßt. Mag man das F. kochen, dämpfen, schmoren oder braten, so wird man dabei stets bemerken, daß die Faser, wenn man dafür gesorgt hat, daß der Fleischsaft nicht austreten kann, nach einiger, gewöhnlich kurzer Zeit anfängt aufzuquellen u. dabei weich u. mürbe wird; dieß ist der richtige Moment, den zu treffen man sich bemühen muß; sowie dieser Punkt eintritt, muß daher das F. vom Feuer entfernt werden; es ist nun gar oder gut. Versieht man diesen Moment u. läßt man die Hitze länger einwirken, so schrumpft die Muskelfaser trotz des sie noch umgebenden Saftes zusammen, sie gerinnt oder coagulirt u. geht in einen harten, hornartigen Zustand über; zugleich werden dadurch, daß die einzelnen Muskelfasern zusammenschrumpfen, die Zwischen-