

## Süße Speisen

Es gibt unendlich viele süße Speisen: Puddings, Flammeries, Aufläufe, Mehlspeisen, Krems, Schaumspeisen und Gelee, auch Sulz genannt. Alle sind sie beliebt wegen ihres feinen Geschmacks. Da Süßspeisen sehr nährstoffreiche Zutaten (Milch, Sahne, Zucker, Eier, feines Mehl) in leicht verdaulicher Form enthalten, eignen sie sich gut für Menschen, die eine gehaltvolle und dabei den Verdauungsweg nicht belastende Nahrung brauchen, z. B. für Kinder oder als Aufbaukost nach schweren Erkrankungen. Wer zur Fülle neigt, muss allerdings diesen so gut schmeckenden Dingen gegenüber größte Zurückhaltung bewahren.

Zu den Bezeichnungen Pudding und Flammeries muss etwas bemerkt werden. Mancher Begriff hat sich im Laufe der Jahrzehnte in der Küchensprache gewandelt, so auch Pudding und Flammeries. Unter Pudding wurde früher ein nahrhaftes warmes Mischgericht aus Fleisch und Gemüse verstanden. Auch heute noch wird gelegentlich ein "Fleischpudding" bereitet. Seitdem aber die Industrie "Puddingpulver" für kalte Süßspeisen auf den Markt gebracht hat, bürgerte sich das Wort Pudding mehr und mehr für süße Speisen ein. Der Begriff des Süßen ist so stark damit verbunden, dass ein salziger Pudding ebenso ungebräuchlich zu werden beginnt wie die Bezeichnung Flammeries für kalte Süßspeisen. Um das Durcheinander der Benennungen zu beenden, wird auf das Wort Flammeries verzichtet.

Pudding: Mandel-, Nuss-, Vanille-, Schokoladen-, Sahne-, Grieß- oder Karamellpudding. Alle können mit käuflichem Puddingpulver nach der auf der Packung gegebenen Anweisung gekocht werden. Diese Speisen lassen sich aber auch anders bereiten. Immer ist es ratsam, den Pudding auf eine kalt abgespülte Platte zu stürzen, damit er sich leicht an die richtige Stelle rücken lässt. Zu Pudding Kompott, Obstsaft oder süße Tunke geben.

### 1. Mandelpudding

½l Milch, 50 g Zucker, 10 g Butter, 20 g Mandeln, 50 g Stärkemehl

3/8 Liter Milch mit Zucker, Butter und den abgezogenen, gehackten Mandeln aufkochen, vom Feuer nehmen. Das Stärkemehl in dem Rest Milch anrühren und unter Rühren in die heiße Milch gießen. Nochmals aufkochen und in eine kalt ausgespülte Form geben. Erkalten lassen.

### 2. Nusspudding

In der gleichen Weise bereiten. Statt der Mandeln Nusskerne verwenden, die leicht geröstet werden, damit das braune Häutchen abplatzt, das, sofern es dranbleibt, die Farbe des Puddings verändert.

### 3. Vanillepudding

Wie Mandelpudding herstellen. Statt der Mandeln 1 Teelöffel Vanillezucker zugeben oder Vanilleschote in der Milch auskochen.

### 4. Schokoladenpudding

Zutaten und Zubereitung wie Mandelpudding; jedoch 20 g Kakao oder 50 g Kochschokolade und nur 30 g Zucker beifügen.

### 5. Sahnepudding

Zutaten wie zu Vanillepudding, aber 3/8 Liter Milch und 1/8 Liter Sahne verwenden.

### 6. Grießpudding

½l Milch, Salz, 50 g Zucker, Zitronenschale, 60 g Grieß

3/8 Liter Milch mit 1 Prise Salz, Zucker und Zitronenschale aufkochen, vom Feuer nehmen. Den Grieß in der restlichen Milch anquirlen, sofort in die Milch gießen und langsam ausquellen lassen. Dabei mehrfach umrühren. In eine kalt ausgespülte Form gießen.

### 7. Karamellpudding

80 g Zucker, ½l Milch, 50 g Stärkemehl

50 g Zucker in einem Topf bis zu hellbrauner Farbe erhitzen. Mit 3/8 Liter kochender Milch ablöschen und kochen, bis sich der Zucker gelöst hat. Dann den restlichen Zucker zufügen. Das Stärkemehl in der zurückbehaltenen Milch anquirlen, in die Karamellmilch gießen, unter Rühren aufkochen und in eine kalt ausgespülte Form geben.

*Puddings, die im Wasserbad gar gemacht werden, in eine verschließbare Form füllen oder in eine Schüssel, die mit einem fest aufliegenden Deckel oder Teller verschlossen wird. Diese Art Pudding wird meist warm aufgetragen. Der vor allem in Österreich gebräuchliche Ausdruck "Koch" oder "Dunstkoch" statt Pudding weist auf die Art des Garmachens hin.*

### 8. Warmer Mandelpudding

80 g Mandeln, 4 Eier, 40 g Zucker, Vanillin

Die Mandeln (am besten 75 g süße und 5 g bittere) abziehen, reiben oder hacken. Eidotter, Zucker und Vanillin schaumig rühren, bis der Zucker nicht mehr knirscht. Die Mandeln zufügen. Das Eiweiß steif schlagen und

unterziehen. In gut gebutterter Form die Masse etwa 30 Minuten kochen. Eine Schokoladen- oder Fruchttunke passt zu diesem Pudding gut.

### **9. Warmer Schokoladenpudding**

1/4 l Milch, 80 g Zucker, 80 g Schokolade, Salz, 80 g Butter, 80 g Mehl, 4 Eier

In 1/8 Liter Milch Zucker, geriebene Schokolade oder 40 g Kakao und 1 Prise Salz unter Rühren aufkochen. Die Butter zugeben. Das in der restlichen Milch angequirlte Mehl zufügen und unter dauerndem Schlagen durchkochen. Zudecken und erkalten lassen. Nach und nach die Eigelb unterrühren, den steif geschlagenen Eischnee unterziehen. Die Masse in gebutterter Form 45 Minuten kochen. Mit gesüßter Milch oder Vanillintunke auftragen.

### **10. Rosinen-Reispudding**

50 g Butter, 100 g Reis, 3/8 l Milch, Salz, 1/2 Zitrone, 50 g Rosinen, 4 Eier, 50 g Zucker

Die Butter erhitzen, den abgeriebenen Reis hineinschütten und rühren, bis er leise knackt. Er darf sich aber nicht verfärben. Mit der kochenden Milch übergießen. 1 Prise Salz und etwas abgeriebene Zitronenschale zufügen. Den Reis langsam ausquellen lassen. Die gewaschenen Rosinen mit Zitronensaft beträufeln. Die Eigelbe mit Zucker schaumig rühren. Nach und nach den Reis und die Rosinen zufügen. Den Eischnee unterziehen. In einer gut gebutterten Form etwa 60 Minuten kochen.

### **11. Rosinen-Grützepudding**

Wie Rosinen-Reispudding bereiten. Schmeckt auch mit Weizen-Vollkornschrot ausgezeichnet.

### **12. Zwiebackpudding**

3/8 l Milch, 40 g Zucker, 2-3 Eier, 150 g Zwieback, 100 g Feigen, 50 g Nüsse, 50 g Butter

Milch, Zucker und Eier verquirlen. Zwiebäcke eintauchen und die Form damit auslegen. Die Hälfte der in dünne Scheiben geschnittenen Feigen und Nüsse darauf streuen, mit in Milch getauchten Zwiebäcken belegen, wieder bestreuen und mit angefeuchteten Zwiebäcken bedecken. Die restliche Eiermilch darüber träufeln. Butterflöckchen obenauf verteilen und etwa 60 Minuten kochen. Mit Marmeladen- oder Weintunke zu Tisch geben.

### **13. Weißbrotpudding**

In der gleichen Weise bereiten. Statt Feigen und Nüsse Rosinen und Mandeln verwenden. Siehe auch Brotpudding, Mehlpudding, Kartoffelpudding, Semmelpudding, Rollpudding.

### **14. Aufläufe**

Jede Puddingmasse kann in einer feuerfesten Form oder Schüssel, mit Butterflöckchen belegt, als Auflauf gebacken werden: Schokoladenauflauf, Mandelauf, Rosinen-Reisauf, Rosinen-Grützeauflauf, Zwiebackauflauf, Weißbrotauflauf.

### **15. Süße Mehlspeisen**

### **16. Hefepfannkuchen**

1/2 l Milch, 15 g Hefe, Salz, 20 g Zucker, 1-2 Eier, 250 g Mehl, Backfett

In der Milch die zerkrümelte Hefe verquirlen, Salz, Zucker und Eigelb zufügen. Unter Schlagen mit dem Schneebesen löffelweise das Mehl unterarbeiten. Den Teig 1 Stunde gehen lassen, dann durchrühren und <kn steifen Eischnee unterziehen. Kellenweise in heißem Fett die Pfannkuchen auf beiden Seiten goldgelb backen.

### **17. Apfelstrudel**

250 g Mehl, 1/8 l Wasser, 1 Ei, Salz, 100 g Butter, 50 g Semmelbrösel, 50 g Rosinen, 50 g Mandeln, 1 kg Äpfel, 100 g Zucker, Weinbrand

Mehl auf das Backbrett sieben, in die Mitte eine Vertiefung machen. Wasser, Ei und 1 Prise Salz verquirlen. Von der Mitte aus mit dem Mehl verrühren, 20 g weiche Butter zugeben und den Teig sehr gründlich durcharbeiten. Damit er zäh wird und nicht so leicht reißt, kann 1 Teelöffel Essig mit verarbeitet werden. Wenn der Teig zugedeckt (am besten mit einer Schüssel, auf die ein Topf heißes Wasser gestellt wird) etwa 30 Minuten geruht hat, ihn auf eine mit Mehl bestreute Serviette legen und zu einem Rechteck ausrollen. Zuletzt mit den Händen papierdünn ausziehen. Sind die Ränder zu dick, dann abschneiden und daraus Teigfleckel zu einer Suppe bereiten. Den großen Teigfleck mit zerlassener Butter bestreichen, mit Semmelbröseln bestreuen. Die geschälten Äpfel schnitzeln, mit Zucker, 1 Gläschen Weinbrand, den gewaschenen Rosinen und den abgezogenen, in Stifte geschnittenen Mandeln vermischen und auf dem Teig verteilen. Durch Anheben der Serviette die Teigplatte zusammenrollen, auf das gebutterte Blech heben und die Enden fest zusammendrücken. Den Strudel mit Butter oder verquirltem Ei bestreichen und bei mäßiger Hitze goldbraun backen.

### **18. Kirschenstrudel**

Wie Apfelstrudel mit entkernten Kirschen bereiten.

### **19. Quarkstrudel**

Wie Apfelstrudel herstellen. Fülle aus 500 g Quark (siehe Quarkkuchen), Kirschkuchen. Anstelle eines großen können 4 bis 8 Portionsstrudel gebacken werden.

### **20. Sahnestrudel**

Strudelteig, 100 g Butter, 1/8 l saure Sahne, 100 g Semmelbrösel, 50 g Rosinen, 25 g Mandeln, 1/4 l Milch, 40 g Zucker, Vanillezucker

Den dünn ausgezogenen Strudelteig (siehe Apfelstrudel) erst mit Butter, dann mit der verquirlten Sahne bestreichen, mit Semmelbröseln, Rosinen und gehackten Mandeln bestreuen, zusammenrollen, in eine gebutterte Auflaufform legen und 15 Minuten backen. Inzwischen die Milch mit Zucker und Vanillezucker oder 1 Stück Vanilleschote aufkochen, über den Strudel gießen und ihn goldbraun backen.

### **21. Biskuit- Sahneberg**

3 Biskuitböden, 150 g Marmelade, 1/2 l Sahne, 100 g Staubzucker

2 der Biskuitböden mit Preiselbeermarmelade bestreichen, aufeinander setzen, den dritten obenauf legen. Die Sahne steif schlagen, den gesiebten Staubzucker zufügen. Die aufeinander geschichteten Böden ringsum mit der Hälfte der Sahne bestreichen und mit dem Rest ein Muster aufspritzen.

### **22. Sahneberg mit Mürbeteig**

Veränderungen des vorstehenden Rezeptes: Anstelle der Biskuitböden dünne Mürbeteigböden verwenden. Statt der Preiselbeermarmelade lässt sich Apfel- oder Johannisbeergelee nehmen.

### **23. Zitronenkrem**

4 Eier, 80 g Zucker, 1 Zitrone, 4 Eßl. Wasser, 10 g Gelatine

Zu kalt bereiteter Krem nur frische Eier verwenden. Eigelb, Zucker, Zitronensaft und 1/2 Teelöffel abgeriebene Zitronenschale schaumig rühren. Die in heißem Wasser aufgelöste Gelatine tropfenweise zufügen. Zuletzt den steifen Eischnee unterziehen. Die Krem in Portionsgläser oder in eine Schüssel füllen und kalt stellen. Mit Schlagsahne oder kleinen Makronen verziert auftragen.

### **24. Weinkrem**

Wie Zitronenkrem herstellen, jedoch 15 g Gelatine und 1/4 Liter Wein verwenden.

### **25. Mokka-Schokoladenkrem**

1/4 l Milch, 20 g Kaffee, 100 g Zucker, 20 g Kakao, 4 Eier, 6 Eßl. Wasser, 15 g Gelatine

In der Milch den Kaffee einmal aufwallen, dann zugedeckt 10 Minuten ziehen lassen und abgießen. Mit Zucker, Kakao und Eigelb im Wasserbad zu dickem Krem rühren. Die in heißem Wasser aufgelöste Gelatine hinzufügen und rühren, bis die Krem halb erkaltet ist. Den steifen Eischnee unterziehen. An dessen Stelle kann unter die kalt gerührte Krem 1/4 Liter Schlagsahne gezogen werden. Auf Eis fest werden lassen. Kleingebäck dazu reichen.

### **26. Schokoladenkrem**

25 g Puddingpulver, 1/2 l Milch, 20 g Kakao, 1 Ei, 50 g Zucker, 2 g bittere Mandeln, 10 g süße Mandeln

Das Puddingpulver mit 1/8 Liter Milch, Kakao und Eigelb verquirlen. In der Zwischenzeit die übrige Milch mit Zucker und den abgezogenen und gehackten Mandeln aufkochen, vom Feuer nehmen. Das angerührte Puddingpulver hineingießen und noch einmal aufwallen lassen. Zudecken, erkalten lassen, dabei mehrmals rühren. Den steif geschlagenen Eischnee unterziehen. Die Krem in Glasschalen oder Gläser füllen. Mit ausgestochenem Vanillepudding, Mandeln, kleinen Makronen oder Schlagsahne verzieren.

### **27. Karamel-Sahnekrem**

100g Zucker, 1/4 l Milch, 1/4 l Sahne, 40 g Stärkemehl, 1-2 Eier

60 g Zucker bis zu hellbrauner Färbung in einem Topf erhitzen, mit der siedenden Milch ablöschen und kochen, bis sich der Zucker gelöst hat. Dann den restlichen Zucker zufügen. In der Sahne Stärkemehl und Eigelb verquirlen, in die Karamelmilch gießen, bis zum Kochen mit dem Schneebesen schlagen. Vom Feuer nehmen und die Masse weiter schlagen, bis sie abgekühlt ist. Den steifen Eischnee unterziehen. Eine ganz leicht geölte Form mit Zucker austreuen. Die Krem einfüllen und nach Erkalten stürzen. Mit Schlagsahne verzieren oder Vanillintunke dazu reichen.

Himbeerkrem

1/8 l Saft, 50 g Zucker, 3 Eier

Himbeersaft, Zucker und Eier mit dem Schneebesen im Wasserbad schlagen, nicht kochen lassen. Die schaumige Krem in Gläser füllen.

### 28. Quarkkrem

375 g Quark, 100 g Zucker, 1 Ei, ½ Zitrone, 10 g Kakao, 20 g Marmelade

Zu Krem keinen sauren oder gegorenen Quark verwenden. Den Quark durch ein Sieb streichen. Zucker und Ei schaumig rühren, löffelweise den Quark zufügen. Die Masse in drei Schüsselchen verteilen. Zu einem die verrührte Marmelade, zum zweiten den Kakao, zum dritten Zitronensaft und geriebene Zitronenschale oder Vanille-Likör geben und jeweils gut verrühren. Die Masse schichtweise in Gläser füllen. Quarkkrem am Tage der Zubereitung verwenden, da sie sehr leicht gärt.

### 29. Rote Grütze

½ l roter Saft, 50 g Zucker, 50 g Stärkemehl, 10 Mandeln, Früchte

3/8 l Saft mit dem Zucker aufkochen. Bei sehr saurem Saft die Zuckermenge erhöhen. In dem restlichen Saft das Stärkemehl anrühren, zu dem erhitzten Saft geben, aufkochen, in kalt aus gespülte Form gießen. Die erkaltete Grütze vor dem Anrichten stürzen, mit den gestifteten Mandeln verzieren. Statt Saft kann dünnes Obstmus verwendet werden. Werden Grieß, Grütze oder Sago zum Dicken genommen, dann 60 g verwenden und etwa 30 Minuten zum Ausquellen rechnen.

### 30. Grießschaum

½ l Magermilch, Salz, 50 g Zucker, 2 bittere Mandeln, 40 g Grieß

3/8 Liter der Magermilch mit 1 Prise Salz, Zucker und den geriebenen bitteren Mandeln aufkochen. Den Grieß in der restlichen Milch anquirlen, in die siedende Milch gießen und unter Rühren aufkochen lassen. Bis zum Erkalten schaumig schlagen. Zu rohem oder gedünstetem Obst, dessen herber Geschmack gemildert werden soll, reichen.

### 31. Milchschnee

½ l Magermilch, Salz, 30 g Mehl, Vanillezucker, 40 g Zucker

3/8 Liter der Magermilch mit 1 Prise Salz aufkochen. Das Mehl in der restlichen Milch anquirlen, unter Rühren in die siedende Milch gießen und aufkochen. Den Vanillezucker unterrühren. Den Zucker obenauf streuen. Dadurch entsteht keine feste Haut. Zudecken und 2 bis 3 Stunden kalt stellen, dann zu Schnee schlagen. Geeignete Zugabe zu rohen Beeren oder zu gedünstetem Obst.

*Geleespeisen können in Schüsseln oder in Gläsern oder gestürzt auf einem Teller aufgetragen werden. Will sich das Gelee nicht aus der Form lösen, dann ganz kurz in heißes Wasser tauchen. Zum Anrichten von Obstspeisen und Puddings ist gehacktes Gelee mit seiner meist leuchtenden Farbe sehr geeignet. Gelee wird auch Sulz genannt, siehe **Kapitel Obst**.*

### 32. Weingelee

¼ l Wasser, ½ Zitrone, 20 g Gelatine, 75 g Zucker, ¼ l Wein

Die in dem Wasser aufgekochte Zitronenschale herausnehmen. Blattgelatine waschen, Gelatinepulver in etwas kaltem Wasser anrühren, in dem heißen Wasser auflösen. Zucker, Wein und Zitronensaft zufügen. Sehr saurem Wein reichlich Zucker begeben. Gelee in Form erstarren lassen.

### 33. Weingelee mit Früchten

Weingelee und zarte rohe oder gedünstete, gut abgetropfte Früchte geben eine wohlschmeckende und wertvolle Speise. Sind die Früchte sauer, muss das Gelee mit 100 g Zucker bereitet werden. Die Hälfte des Gelees in eine Schüssel gießen. Wenn es fest erstarrt ist, die Früchte hübsch darauf anordnen und das übrige Gelee vorsichtig auffüllen, damit sich die Einlagen nicht verschieben. Erstarren lassen. Schlagsahne oder Vanilletunke dazu geben.

### 34. Waldmeistergelee

½ l Apfelsaft, Waldmeister, 100 g Zucker, 2 Eßl. Wasser, 20 g Gelatine

In den Apfelsaft 1 bis 2 Stunden ein Sträußchen Waldmeister legen. Hat der Saft genügend Aroma angenommen, dann den Waldmeister entfernen, den Zucker zufügen, ebenso die in heißem Wasser aufgelöste Gelatine. In eine Form füllen und erstarren lassen. Einlage von Früchten siehe oben. Statt Apfelsaft auch Wein verwenden.

### 35. Zweifarbengelee

Je ¼ Liter gezuckerten Saft mit 10 g weißer und mit 10 g roter Gelatine verrühren. 1/8 Liter roten Saft in eine Form füllen und erstarren lassen. Dann 1/8 Liter von dem hellen Saft zugießen. Wenn auch dieser fest ist, wieder roten Saft einfüllen. Nach Erstarren den hellen Rest zugießen. Das völlig fest gewordene Gelee stürzen. Mit einer Vanilletunke oder süßer Milch auftragen.

### **36. Milchgelee**

Wie Weingelee oder Zweifarbengelee bereiten

### **37. Buttermilchgelee**

Wie Weingelee oder Zweifarbengelee bereiten

### **38. Sauermilchgelee**

Wie Weingelee oder Zweifarbengelee bereiten