

Adeline Tannbaum

keedu- ja majapidamisõpetaja

Keedu" ja
majapidamisjuht
«MOODNE PERENAINE»

Kuues, täiendatud ja
parandatud väljaanne

E. K.-Ü. «Postimehe» kirjastus
Tartus, 1937

Faksiimiletrükk raamatust:

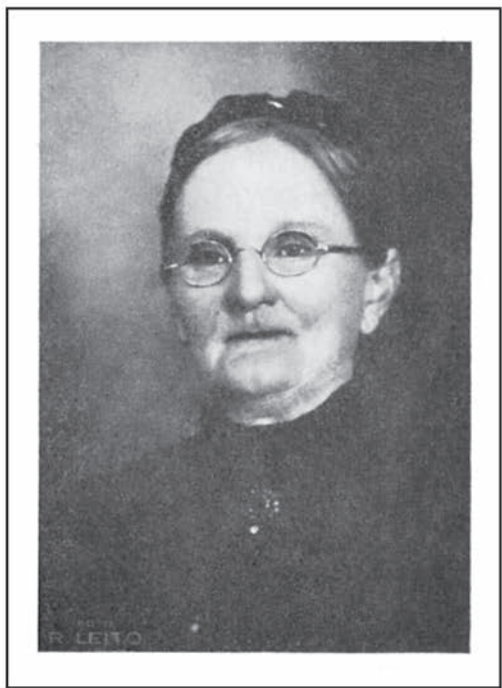
Adeline Tannbaum
Keedu ja majapidamisjuht „Moodne perenaine“
Kuues, täiendatud ja parandatud väljaanne
E. K.-Ü. „Postimehe“ kirjastus, Tartus, 1937

Esikaas:
Eesti Rahvusraamatukogu kogudest

Originaali trükk:
E. K.-ü. „Postimehe“ trükk, Tartus 1937

Pandekt OÜ
Tallinn, 2013
www.pandekt.ee

ISBN 978-9949-469-74-1



Melice Tambaccon

I trüki eessõna

Pikema aja keedu- ja majapidamisõpetuse juhatamise järel olen nõuks võtnud väikest „Majapidamisjuhti“ välja anda, sest et pea ununevad suusõnalised seletused, kus palju retsepte ette tuleb.

Tartu tütarlastegümnaasiumis majapidamist õpetades on minu sihiks õpetada hõlpsasti valmistama häid, toitvaid ning maitsvaid toitusid lihtsast materjalist.

Samas sihis on ka see raamat kirjutatud.

1922. a. Raamatu kokkuseadja ja väljaandja.

II trüki eessõna

Minu viimane väljaanne „Keedu- ja majapidamisjuht“, 3000 eksemplaris, on aasta jooksul täielikult müüdud.

Olen oma praeguste rändavate keedukursuste tõttu otsustanud uut, täiendatud trükki välja anda ja nimelt tarvilikkude parandustega, puuduvate retseptide, liha jaotamise piltide ja lauakatmise juhatusesega.

Lootes, et ka see, minu neljas eestikeelne keedu- raamat lahket tarvitamist leiaks,

raamatu kokkuseadja ja väljaandja.

Tartu, IV 1924. a.

III trüki eessõna

Olles teotsenud 25 aastat majapidamis- ja keedujuhatajana ja selle aja jooksul välja andnud oma õpilastele aja säästmiseks ja meelepidamise hõlbustamiseks esialgu „Keedukursuse“ (ilmunud kahes trükis) ja hiljemalt kordkorralt ajakohaselt suurendatud „Keedu- ja majapidamis-

juhi“, mille teinegi trükk nüüd otsas, arvan sellest võivat järeldada, et minu raamatu järele veel tohiks olla tarvidust, nii et usaldan asuda ka III trüki väljaandmisele, seda enam, et tema kohta juba on olnud nõudmisi ja järelepärimisi.

Tartu, IV 1926. a.

AUTOR.

IV trüki eessõna

Et ka III trükk minu „Keedukursustest ja majapidamisjuhist“, mis palju poolehoidu leidnud, lühikese aja jooksul on otsas, siis tuli asuda uuesti tööle, ja annan rohkesti täiendatud sisuga, uute kogemuste poolest rikastatud IV trüki.

Loodan, et seegi väljaanne leiab lahkelt vastuvõttu kõikjal ja õigustab mulle seni paljude tuhandete mu nais- ja meesõpilaste poolt mulle avaldatud usalduse.

Tartu, VII 1928. a.

AUTOR.

V trüki eessõna

Minu „Keedu- ja majapidamisjuhi“ IV trüki 4000 eksemplari on lõpule jõudnud. Sooviavaldustele vastu tulles jaotan käesoleva trüki osadesse ja annan sellega ostjatele võimaluse väiksema hinna eest raamatu osadena omandada.

Olen mitmete kogemuste põhjal uued retseptid koostanud, vanad parandanud ja ajakohaselt paigutanud.

Tartu, IV 1933. a.

AUTOR.

VI trüki eessõna

Olles üle 36 aasta töötanud keedu- ja majapidamisõpetuse alal, kusjuures minu töötulemused on alati leidnud täielikku tunnustust, asun käesolevaga oma „Keedu- ja majapidamisjuhi“ VI trüki väljaandmisele.

„Keedu- ja majapidamisjuhi“ kuuendas, ajakohastatud trükis on uuendusena põhjalikku käsitlemist leidnud toortoitude ning pooltoortoitude osa ja mitmekesistatud ning parandatud senist taimtoitude osa.

Uuele väljaandele tarvitajaskonnalt lahkelt vastuvõttu lootes

Tartu, VIII 1937. a.

AUTOR.

Üldised õpetused

Et vältida põhiõpetuste kordumist üksikutes retseptides, käsitleb alljärgnev kõigepealt mõningat üldiselt tarvilikku.

I

Toortoitude ja pooltoortoitude suure tervisliku toime tõttu on soovitatav, et igas majapidamises tarvitatakse liha-toitudega ühenduses rohkem toortoite, näiteks eeltoiduks ja salatiks. Lihaportsjoneid tuleks kord-korralt vähendada ja tarvitada selle asemel suuremal määral taimtoite. Seega jääks liha lisaöögiks. Tooreltoidud on neis peituvate vitamiinide tõttu väga kasulikud tervisele.

II

Kes aja jooksul on harjunud lihatoite tarvitama, peaks toitlusküsimuses arstiga läbi rääkima ja siis, nagu juba eespool mainitud, kord-korralt lihasöömisest loobuma. Esi-algu üle minna kalatoitudele, millelt järkjärgult siirduda taimtoitudele.

III

Aedviljad, mis pole keedetud suures vees, vaid hautatud aurus, sisaldavad rohkem vitamiine, olles seega kasulikud meie närvidele.

IV

Keldri puudusel võib aedvilju, nagu marju, õunu, pirne jne., talveks säilitada juhiste nr. 714—720 kohaselt.

V

- 1) Munakaste valmistatakse sulatatud, mitte pruunistatud võiga.
- 2) Ka kalakaste jääb heledaks.

VI

1) Kala puhastatakse, pestakse ja keedetakse või praetakse. Kala ei leotata.

2) Külmanud kala hoitakse niikaua külmas vees, kuni kala on sulanud, misjärel ta puhastatakse. Soojas vees rikundub kala.

VII

1) Pärmitaigna vahekord on: $2\frac{1}{2}$ klaasi piima, 25 g pärm, 900—1000 g jahu (sõredat ja pehmet) ja 100—200 g võid või Bonat.

2) Plaadi- või vormisaiale arvestatakse $\frac{1}{2}$ l piima peale 600—800 g segujahu ja 25—38 g pärm ning 100—200 g võid või Bonat.

3) 1 l piima peale on üldiselt arvestatud 1 tl. soola.

4) Et kindel olla pärm mõjus, segatakse pärm 2 spl. sooja piima ja 1 spl. jahuga. Kui pärm 2—3 min. järel on segule kergitavalt mõjunud, võib teda kohe taigna jaoks tarvitada.

Antakse taignale $2\frac{1}{2}$ —3 tundi või rohkem aega kerkimiseks, siis pole tarvis taignat kaks korda kasta, kuid peab pannil enne küpsetamist veel teist korda kerkima. Saia headus oleneb kerkimisest.

VIII

1) Vahukoort võib ainult siis lüüa vahule, kui ta on rammus ja täiesti külm.

2) Vahukoor muutub võiks, kui teda liiga kaua lüüakse, s. t. kui koor on löödud paksuks, tuleb löömine lõpetada.

Üleliiga löödud vahukoort võib tarvitada toiduks, lisandades vahukoorele suhkruga löödud munavalgevahtu. 1 l koorele arvestada 3—5 munavalget.

IX

Kalaliimi võetakse 1 l vedeliku peale munata 25—38 g, 1 l vedeliku peale, mis sisaldab muna, piima või rammuleent, arvestatakse 16 g kalaliimi.

X

Jõhvikad on väga hapud, seepärast toon järgmise õpetuse, kuidas tarvitada neid praktiliselt salatiks või moosiks.

Jõhvikad pestakse, puhastatakse ja aetakse läbi masina. Saadud pudru hulka lisatakse 1 l marjade kohta $\frac{1}{2}$ l vett, misjärel valatakse segu jämedasse sõela ja lastakse vajutamata mahl kaussi nõrguda. Sõelale jäänud paks tarvitatakse salatiks või moosiks. Läbi sõela joosnud mahl tarvitatagu kastmeteks.

XI

1) Vanillikangid kuivatatakse peale tarvitamist, et neid hiljem jälle tarvitada võiks.

2) Kuivatatud vanillikangid lõigatakse tükkideks ja tambitakse suhkruga peeneks, järgnevalt sõelutakse ja tambitakse veel kord kuni kõik tükid on peeneks muutunud.

3) Vanillikangid säilitatakse suhkruga plekk- või klaaspurgis kinnikorgitult. Mõne aja pärast võib kasutada seda suhkrut vanillisuhkru asemel.

XII

1) Sidrunimahla võib asendada sidrunihappega.

2) Sidruniõli ehk -essents asendab sidrunikoort.

3) Kuivanud sidrunid muutuvad värseks, kui seisavad külmas vees.

XIII

1) Vahulööjat iga tarvitamise järel pesta ja kuivatada, sest külgejäänud vaht takistab järgmist vahulöömist.

2) Munavalge tuleb lüüa pidevalt vahuks.

3) Külmanud munavalget võib tarvitada ja vahule lüüa.

4) Munavalge vahulelõõmise abinõu on: 1 muna peale 1 tilk äädikaessentsi või 10—15 muna peale nootsatäis lauasoola.

5) Sooja ilmaga on munavalge 24 tunni pärast toiduks kõlbmata.

XIV

Kuivi küpsiseid säilitatakse kinnises plekktoosis või klaaspurgis.

XV

Maitseaineid, nagu vanilli, muskaati, nelke, kardamomi, võib maitse järgi rohkem või vähem lisandada küpsistele. Kuid maitseained võivad ka üldse ära jääda.

XVI

Tangusuppidele lisatakse sool juurde alles siis, kui supp lauale antakse. Kui sool lisandatakse varem, muutub supp siniseks.

XVII

Pirukad ja koogid keedetakse Taimis või searasvas.

XVIII

1) Kala soolamine: 1 kg lõhe peale arvestada 75 g soola, $\frac{1}{2}$ tl. suhkrut, nootsatäis salpeetrit, 2 spl. söögiõli.

2) 50 räime või 75 kilu kohta arvestatakse järgmine segu: 5 spl. soola, $\frac{1}{2}$ nootsatäit riivitud muskaatpähklit, 1 spl. suhkrut, 25 tera tambitud pipart ja 20 tera inglise vürtsi. Kalad laotakse potti või purki, misjärel raputatakse kaladele peale nimetatud soolasegu, siis jälle kalad jne. Peale seatakse laud ja kivi.

XIX

1) Selged supid pannakse külma veega tulele, et kondid või liha aeglaselt kuumaks minnes annaksid supile rohkem rammu. Väikesel tulel keedetud supp jääb selgeks.

2) Paksud supid, kus liha süüakse supi sees või mäda-rõikaga, pannakse keeva veega tulele, et liha oleks rammusam. Nendele suppidele lisatakse kas herneid, kruupe, tangu, riisi, aedvilja või tummi juurde.

3) See õpetus kehtib ka kalasuppide suhtes.

XX

1) Suppide vahekord on: 2 kg konte või liha, 5—7 l vett.

2) Sealihased vajavad vähem liha: $1\frac{1}{2}$ kg liha ja 5—7 l vett.

XXI

1) Liha soolamine: 16 kg veiseliha peale arvestada 800—900 g soola, 19 g salpeetrit ja nii palju vett, et liha oleks kaetud.

2) Sealihase soolamine: 8 kg peale arvestada 800 g soola, 13 g salpeetrit, 2 tl. suhkrut.