

die Rumford'sche "Armensuppe"

eine "wohlfeile und nahrhafte Suppe zum Unterhalt der Armen"



Albert Anker: die Armensuppe

Zubereitung für 100 Portionen:

für 1 Person:

für ... Personen

3 kg Gerste oder Gerstenmehl

3 kg Erbsen oder Hafer

14 kg Kartoffeln

Salz

¼ kg Speck oder Schmalz

67 l Wasser

"Man tut morgens zwischen 7 und 8 h die Gerste mit dem Wasser über das Feuer und bringt es zum gelinden Sieden; dann setzt man die Erbsen zu und lässt alles zusammen 3 Stunden gelinde kochen.

Man muss den Teil Wasser, welcher verdunstet, am Ende wieder ersetzen.

Nach Umfluss dieser Zeit setzt man die zerschnittenen Erdäpfel sowie das Salz zu und hält alles unter Umrühren noch eine Stunde in gelindem Kochen.

Zusätzlich empfiehlt es sich, durch das Ausbrühen von Knochen die Suppe schmackhaft zu machen und ihren Nährwert zu erhöhen. Es braucht 10 Pfund Knochen, die vollständig ausgesotten werden.

Dann ist die Suppe zum Austeilen fertig."