

BIBLIOGRAPHIE

De boerin

Onze aardappel

door G. A. Corver

Nieuw kookboek - 1942

De vrouw

October 1942

" "

Augustus 1942

" "

Juli 1942

Practische werken over aardappelteelt

A. Suyt

DE AARDAPPEL IN OORLOGSTIJD

I. INLEIDING

- a) belang van aardappelen in oorlogstijd
- b) voedingswaarde
- c) verteerbaarheid

II. BENUTTINGEN VAN AARDAPPELEN

A) In de keuken

- a) doel der proeven
- b) eigenlijke proeven met

ruwe aardappelen
gekookte aardappelen
aardappelmeel
prijsberekening

B) In het huishouden

III. BESLUIT

INLEIDING.

De aardappel is ten allen tijde een nuttig voedsel geweest, dat op groote schaal verbruikt wordt. De huidige oorlogsomstandigheden, heeft hem nog meer doen waardeeren dan ooit; werd den aardappel vroeger wel eens met minachting bejegend, nu wordt hij terecht " het brood van den armen man " genoemd.

Inderdaad, hij helpt ons op een buitengewone manier, dees moeilijke oorlogstijden doorapartelen. Wil men er al het mogelijke nut uit trekken en hem het volle rendement doen afwerpen, dan komt het er op aan den aardappel doelmatig te verbruiken. Het verheugt ons te zien, dat een aantal maatregelen door den huidige noodtoestand opgedrongen, ook nuttig zijn onder oogpunt gezondheid. Het is zeker erg, dat er een tekort is aan voedsel vooral voor de opgroeiende jeugd, maar indien de overheden, de noodige maatregelen treffen en wij van onzen kant wat goeden wil aan den dag leggen om ons natuurgetrouw en rationeel te voeden, zullen wij er toe geraken mettertijd genoeg te hebben met vruchten, groenten, granen en zuivelprodukten en vleesch, visch en eieren als toemaat of bij uitzondering te gebruiken. Dat de bevoegde instanties dan maar niet aarzelen en geen gelegenheid laten voorbijgaan om de aardappelteelt te beschermen en desnoeds den strijd aan te vatten, tegenover andere zaken, die eerder als schadelijk voor de gezondheid mogen beschouwd worden.

We hebben hier een goed voorbeeld aan Denemarken, waar in den vorigen oorlog de volksgezondheid onder de huidige leiding van Dr. Rindede gered werd, door inkrimping van den veestapel, afschaffing van het stoken van brandewijn, tegenover een grootere uitbreiding van vruchten, groente- en graanteelt.

Tot dit eindelijk besluit worden wij gebracht, én door de natuur, én door de wetenschap, én door de gezonde ervaring en vooral door de praktische oorlogservaring. Laten we dan werkelijk met doorsicht handelen en onze keuze vallen op dat voedsel, waarmee wij gezond en sterk worden, bekwaam om kloeke kinderen op te voeden. Iedereen weet en ondervindt dat de oorlogstoestand er ons toe dwingt, al eens iets te eten wat minder in onze smaak valt. Onze voedselkeuze wordt vrij gering, vergeleken bij de talloze voedingsvoordeelen, waarvan we vóór den oorlog zoo kwistig genoten. De tijdelijke besnoeiing, die we noodzakelijk moeten doorstaan zal ons hoogstwaarschijnlijk zeer nuttig wezen. De huidige omstandigheden dwingen ons tot het aanvaarden van een rationeels wetenschappelijk berekende voeding. We zullen ons in 't vervolg dus minder laten leiden door smaak en genot, doch wel door een degelijk berekende voeding.

In dezen oorlogstijd, moeten we practisch alles benutten wat voedingswaarde heeft.

De aardappel is als ^{sch}goudmijn, vooral in oorlogstijd.

Hij levert het groot voordeel op dat hij gemakkelijk teelt en men meestal niet vreesen moet voor strenge vorst en winterschade.

Daar het hier, niet in onze bedoeling ligt de geschiedenis van den aardappel in 't lang en 't breed te verhalen, doen we zulka zeer bondig.

De aardappel groeit in 't wild, in Chili - Reeds werd hij gekweekt voor de ontdekking van Amerika, van Chili tot in N-Amerika. Rond de 2e helft van de 16e eeuw werd hij reeds ingevoerd in N-Amerika. Reeds in 1505 werd hij ingevoerd in Ierland. In 1613 werd hij naar Engeland overgebracht. Ook hier werd hij als voederplant geteeld; In 1740 toen de hongersnood heerschte werd hij voor goed ingeburgerd. Sindsdien is de aardappel gewone kost geworden, het brood voor de armen

VOEDINGSWAARDE.

De samenstelling der aardappelen hangt niet alleen af van de variëteit maar ook van allerlei uitwendige omstandigheden als bodem, bemesting en weder tijdens den groei. Zij bevatten gemiddeld van 18 tot 30 % droge stof, van 1,3 tot 4,5 % ruweiwit en van 12 tot 27 % zuiver zetmeel. Het belangrijkste bestanddeel van de droge stof van aardappels is het zetmeel. Hoe rijker een aardappel aan zetmeel is, des te armer is hij gewoonlijk aan stikstofverbindingen, hoe meer water hij bevat, des te armer ook aan zetmeel, maar des te grooter is in den regel zijn gehalte aan ruweiwit en meestal ook aschbestanddeelen. Onder gewone omstandigheden bevat de aardappel minstens 25 % droge stof. Ruw-eiwit en vet komen slechts in geringe hoeveelheden voor, terwijl het eerste bovendien voor ongeveer 40 % uit amidien bestaat. Steeds bevatten alle deelen der aardappelplant een giftstof (solanine) ook in de knollen komt ze voor en tot een gehalte van 0,1 gr. per Kgr. aardappels. Bij het uitloopen der aardappelen, neemt deze giftstof in sterke mate toe en kunnen de kiemen tot 50 gr. solanine per Kgr. bevatten. Aardappels die ten deele in het licht zijn gegroeid en dienen

gevolge groen gekleurd zijn, bevatten driemaal zoveel solanine als de andere. Een ruime stikstofbemesting schijnt het gehalte aan solanine te verhoogen, en te hoog potasch gehalte schijnt eveneens, het zetmeelgehalte te benadeelen - chloor schijnt eveneens nadeelig te zijn.

Op zeer vruchtbaren veen- of natten kleigrond verbouwd, bevat zenselfde aardappelsoort minder zetmeel, doch meer stikstof, dan deze van sandgrond. De aardappel is bovendien nog rijk aan potasch en forfoorzuur; daarentegen arm aan kalk en natron. Het ruweiwit bestaat voor het grootste deel $\frac{1}{2}$ 40 % uit amidenvbindingen. De buitengewoon waterige en dan tevens betrekkelijk stikstofrijke soorten, bevatten nog wat meer, de minder waterige meestal wat minder, maar steeds is toch minstens $\frac{1}{2}$ van al de stikstof in Amidenvbindingen aanwezig. Asparagine en glutanine treden geheel op den voorgrond. Anorganische stikstofverbindingen dus ammoniak en salpetersure zouten, vindt men zelden in de knollen tot een hoeveelheid van eenige beteekenis.

Om een juist gedacht te krijgen nopens de voedende waarde van aardappelen vergelijken we haar bij deze van rutabaga's tarwe, rogge gerste en maïs.

<u>Namen</u>	<u>Droge stof %</u>	<u>Verteerbaar eiwit %</u>	<u>Zetmeel %.</u>	<u>Vergelijkende waarde per 100 kgr.</u>
aardappelen	25	0,9	19	12
rutabaga's	12	0,4	6,7	4,25
tarwe	86,6	9	71,3	45,80
rogge	86,6	8,7	73,3	45
gerst	85,7	8	67,9	42,83
maïs	87	6,7	81,6	51,46

Vergeleken bij rutabaga's hebben aardappelen een aanzienlijke voedingswaarde. Fabre schrijft de voedende waarde toe aan het meel (aardappelbloem). In nieuwe aardappelen is er minder zetmeel, vandaar het moeilijk kruimig worden. In aardappelen zijn er weinig vitaminen. De in vet oplosbare vitamine A is slechts in geringe mate te vinden. Het gehalte aan vit. B is zeer gering. De vitamine C is in

alle aardappelen soorten rijkelijk voorhanden. Bij oude aardappelen daalt het gehalte een weinig.

VERTEERBAARHEID.

Het vleesch der aardappelen bevat overvloedige cellen, die alhoewel uiterst klein, de graantjes bevatten; wanneer nu het omhulsel breekt ontsnapt het graantje (de bloem) vandaar de noodzakelijkheid de gebraden of gefruite aardappelen goed gaar te laten worden, zooniet blijven de binnenhulsel ongebarsten en de zetmeelkorrels blijven rauw, en rauw zetmeel komt terecht in de ontlasting. Dr. Hindhede van Denemarken, heeft bewezen dat de aardappelen zeer verteerbaar zijn voor den mensch; dat zij gansch opgenomen worden door ons voedingskanaal en dat zij in staat zijn ons geruimen tijd te voeden mits toevoeging van boter en suiker.

Het heeft geen betoog dat de bereiding grooten invloed heeft op de verteerbaarheid. Immers door de bereiding wordt het onverteerbare zetmeel omgezet in verteerbaar, door het vormen van stijfselpap en het doen zwellen der zetmeelkorrels. Daarbij komt dan nog den invloed van andere toegevoegde stoffen als melk; eieren; vet enz., die noodzakelijk de aardappelen voedzamer moeten maken. De aardappelpuree zou best verteren. Daarop volgen alsdan respectievelijk de gestoomde, gebakken en gekookte aardappelen. Door stoomen en bakken zwellen de zetmeelkorrels het meest, barsten en worden toegankelijk voor de verteringsvochten. Bij het bakken gaat een deel van het zetmeel in de bruine korst in oplosbare en gemakkelijk verteerbare dextrine over. Over 't algemeen weten de menschen nog te weinig dat er met het afkookwater, een aanzienlijk deel der nuttige phosphoorsure zouten verloren gaan. Bij geschilde aardappelen bedraagt die hoeveelheid 28,8 % bij ongeschilde 3,64 % bij gestoomde 7,38 % tot 1,17 % . In de aardappelpuree wordt 80,8 % van het eiwit en 99,2 % van het zetmeel verteerd.

A) IN DE KEUKEN.

Daar de huisvrouw gezien de huidige moeilijkheden, soms niet weet van wat hout pijpen maken, en toch verlangt haar gezin op een doelmatige manier te voeden, zouden we haar hierin graag ter hulp komen. Een grooter verbruik van aardappelen zou stellig wel van pas komen. Alhoewel ze reeds dagelijks de aardappel verbruikt op groote schaal, toch kan zij hem nog meer rendearend maken.

a) Doel der proeven.

Nagaan.

- 1) Waartoe den aardappel kan gebruikt worden?
- 2) Welke de profijtigste manier is voor het verwerken van den aardappel in oorlogstijd?
- 3) Wat er gebeurlijk kan gedaan worden met den afval der aardappelen?

Daar het hier vooral het verbruik van den aardappel in de menschenvoeding, geldt, laten we dus alle beschouwing nopens het aardappelverbruik in de dierenvoeding van kant.

B) Eigenlijke proeven.

Al de proeven waarop we onze besluiten willen staven, werden gedaan deels tijdens het groot verlot van 1942, deels tijdens het Paaschverlot.

Keuze van aardappel.

TEN-einde de bekomen uitslagen onderling beter te kunnen vergelijken werden al de proeven gedaan op den Industrie aardappel. Er werd aan Industrie de voorkeur gegeven, omdat het een aardappelvariëteit is, die op groote schaal in ons land verbruikt wordt en steeds gretig genut wordt; ook omdat het onderzoek op vroege variëteitengzien den laten datum, minder passend zou geweest zijn.

De Industrie aardappel is herkomstig van Hedrow (Duitschland) Het is een laat ras, met een hooge productie en is lichtgeel van vleesch.

De knol is rond tot ron^d-ovaal, middeldiepeogig met een ingezonken navel

Het is zeer vatbaar voor wratsiekte, gewoon schurft; minder vatbaar voor wratsiekte, gewoon schurft. Minder vatbaar voor Phytophthora dan

Eigenheimer. Men plant hem in April-Mei om te oogsten in September.

Het is een knol die over 't algemeen goed bewaart.

Er werden proeven gedaan op rauwe en gekookte aardappelen.

1) Met rauwe aardappelen.

Bakken van brood:

Hierop werden verschillende proeven gedaan. Er werd gewerkt met

- 1/3 kgr. aardappelen en 2/3 kgr. meel.
- 1/2 kgr. aardappelen en 1/2 kgr. meel.
- 2/3 kgr. aardappelen en 1/3 kgr. meel.

Workwijze

De aardappelen schillen, raspen een tijdje laten rusten en het overtollige sap verwijderen. Het uitgezift tarwemeel 600 gr. mengen met 300 gr. geraspte aardappelen en gist, in lauw water gebroken, er nog 10 gr. zout aan toevoegen. Goed onderewerken. Het deeg laten rijzen in een warme plaats gedurende 30 minuten. Vervolgens het deeg eens lichtjes bewerken, er een vorm aan geven. Gedurende 90 minuten in een oven laten bakken. Het bakken geschiedde in een oven uit baksteen, verwarmd met leemen. Het wit uitslaan der baksteen, Het veronderstellen dat de oven klaar was om het brood te ontvangen. Merken we hier wel op dat er buiten het water, noodig tot het breken van den gist, geen ander vocht gebruikt werd bij de bewerking. Het vochtgehalte ware anders te hoog geweest.

Uitslag.

Het brood gebakken uit 300 gr. aard. en 600 gr. meel was fijn van smaak, zijna wit van kleur,

noek kleverig en zeer gemakkelijk om snijden.

Het brood gebakken uit $\frac{1}{2}$ kgr. aard. en $\frac{1}{2}$ kgr. meel: had een zeer fijne smaak, ongeveer dezelfde kleur als het voorgaande, en evenmin vochtig en kleverig bijgevolg zeer gemakkelijk te snijden.

Dat gebakken uit $\frac{2}{3}$ kgr. aard. en $\frac{1}{3}$ kgr. meel is minder fijn van smaak, heeft ongeveer dezelfde kleur als hierboven en is iet of wat kleverig, waardoor het moeilijker snijdt.

Pistolets.

De proeven werden eveneens gedaan met/

$\frac{1}{3}$ kgr. aard. + $\frac{2}{3}$ kgr. meel.
 $\frac{1}{2}$ kgr. aard. + $\frac{1}{2}$ kgr. meel.
 $\frac{2}{3}$ kgr. aard. + $\frac{1}{3}$ kgr. meel.

Werkwijze:

Het meel werd gemengd met de bepaalde hoeveelheid aardappelen. Daarna werd er 20 gr. gist aan toegevoegd, gebroken in lauw water, ook nog een 100 gr. boter en twee eieren. Alles werd luchtig dooreengewerkt. Laten rijzen gedurende 30 minuten, lichtjes herwerken, afwegen 75 gr. per stuk en den vorm geven; nog een tiental minuten laten rijzen, bakken in den oven van 250° C gedurende 10 tot 15 minuten.

Uitslag:

De pistolets van $\frac{1}{3}$ kgr. aardappelen waren licht en malsch en fijn van smaak, ook tamelijk licht van kleur en niet kleverig.

De pistolets van $\frac{1}{2}$ kgr. aardappelen waren lichter en malscher, ze hadden een zeer fijnen smaak, waren tamelijk licht van kleur en in 't geheel niet kleverig. Vergeliken bij de twee andere proeven verdient dit mengsel de voorkeur.

De pistolets met $\frac{2}{3}$ kgr. aardappelen waren ietwat zwaarder minder fijn van smaak en kleverig. De bekomen uitslagen bewijzen dat de gebruikte hoeveelheid aardappelen hier te groot werd.

Pannekoeken.

De proeven werden eveneens gedaan met:

$1/3$ kgr. aard. + $2/3$ kgr. meel.

$\frac{1}{2}$ kgr. aard. + $\frac{1}{2}$ kgr. meel.

$2/3$ kgr. aard. + $1/3$ kgr. meel.

Werkwijze:

De aardappelen schillen, raspen, een beetje laten rusten ontdoen van het overtollige water. Vervolgens mengen onder het uitgezift tarwemeel. De gist 20 gr. breken in lauw water en er al kloppende ondermengen. Er op 't laatst 1 ei, 50 gr. boter, wat zout en 4 lepels suiker aan toevoegen. Alles lichtjes bewerken tot men een samenhangend beslag bekomt. De kom bedekken met een zuiveren doek en bij het vuur laten rijzen.

De koekpan insmeren met boter of klompje vet; een weinig van het beslag er opgieten en de koeken langs beide kanten laten bakken. Warm opdienen met suiker, boter of konfituur.

Uitslag:

De pannekoeken gebakken met 100 gr. aard. en 900 gr. meel, alsook deze met 200 gr. aard. en 800 gr. meel waren zeer goed. De uitslag bekomen met 300 gr. meel was reeds minder goed. Naar gelang de hoeveelheid toegevoegde aard. toeneemt worden de koeken slapper en plakachtiger. Vanaf 800 gr. moet er ook meer vetstof gebruikt worden, zoodat plakken de koeken te veel aan de pan. Smaak en uitzicht voldoen zeer goed aan de gestelde eischen.

Wafels.

Opnieuw beproefd met.

$1/3$ kgr. aard. + $2/3$ kgr. meel.

$\frac{1}{2}$ kgr. aard. + $\frac{1}{2}$ kgr. meel.

$2/3$ kgr. aard. + $1/3$ kgr. meel.

Werkwijze:

Het meel mengen met de geschilde fijngeraspte aardappelen.

De gist breken in lauw water en onder mengsel mengen. Flink beslaan na toevoeging van 100 gr. boter, 1 ei en 10 gr. zout, tot men een samenhangend deeg bekomt. Het beslag laten rijzen gedurende 30 minuten. Het wafelijzer goed warmen, insmeren met het klompje vet, aan een kant vullen met beslag, het ijzer goed sluiten en op een helder vuur laten bakken, warm opdienen met boter en suiker.

Uitslag:

De wafels gebakken met 100 gr. en 200 gr. aard. geven goeden uitslag. Vanaf 500 gr. werd het deeg kleverig, plakachtig, eischte meer vet. Tot 600 gr. was de smaak goed. Mens de 600 gr. overschreden was de smaak niet zoo aangenaam meer. De bekomen wafels waren tamelijk slap en weinig krakend.

b)

MET GEKOOKTE AARDAPPELEN.

Bakken van brood.

Voor de proeven met gekookte aardappelen, werd er gewerkt op volgende hoeveelheden.

9/10 meel + 1/10 aardappelen
 8/10 meel + 2/10 aardappelen
 7/10 meel + 3/10 aardappelen
 6/10 meel + 4/10 aardappelen
 5/10 meel + 5/10 aardappelen
 4/10 meel + 6/10 aardappelen
 3/10 meel + 7/10 aardappelen
 2/10 meel + 8/10 aardappelen
 1/10 meel + 9/10 aardappelen

Werkwijze:

De aardappelen schillen, koken, afgieten, doorsteken. Mengen met het meel volgens de aangeduide verhouding. De 20 gr. gist breken in lauw H₂O, ondermengen en zoo noodig vocht aan toevoegen, indien het deeg te vast is. Een 10 gr. zout onderwerken en gedurende 30' laten rijzen. Nogmaals lichtjes bewerken, vorm geven en in den oven laten bakken gedurende 30'. De hoeveelheid vocht, dat gebruikt werd, voor het maken van het deeg werd grooter naar gelang de hoeveelheid meel

toenam of staat in omgekeerde verhouding tot de verbruikte hoeveelheid aardappelen.

Uitslag.

Met 900 gr. meel + 100 gr. aard. bekwan men brood met ongeveer denzelfden smaak en hetzelfde uitzicht als gewoon brood. Alleen scheen het ietwat malscher te zijn (hierbij werd 4 dl. water gebruikt)

Met 800 gr. meel en 200 gr. aard. verwerkte men 3 d^l. water. Het brood was zeer goed van smaak, licht, malsch en het liet zich gemakkelijk snijden.

Met 700 gr. meel en 300 gr. aard. + 1 dl. water bekwan men brood met ongeveer denzelfden smaak en hetzelfde uitzicht als bij 't gebruik van 200 gr. aardappelen.

Met 600 gr. meel en 400 gr. aard. + $\frac{1}{2}$ dl. water heeft men brood met een fijnsmaak en mooi uitzicht. Alleen is het maar een weinig kleveriger waardoor het moeilijker snijdt.

Met 500 gr. meel en 500 gr. aard. werd alleen nog het vocht gebruikt noodig tot het breken van gist. Het bekwamen brood was minder goed van smaak, vechtiger en zeer moeilijk om snijden. Het was te kleverig.

Met 400 gr. meel en 600 gr. aard. en zonder vocht, bekwamen we brood, met dezelfde eigenschappen als hierboven

Met 300 gr. meel en 700 gr. aard. en zonder vocht, was het brood nog wel goed van smaak, doch veel kleveriger en bijgevolg moeilijk om snijden.

Met 200 gr. meel en 800 gr. aard. bekwamen we ongeveer denzelfden uitslag als hierboven met 300 gr. meel.

Met 100 gr. meel en 900 gr. aard. bekwamen we zeer kleverig brood, onsnijdbaar en slecht van smaak. Het brokkelde heel en gansch uiteen.

Merken wij hier op dat naar gelang de gebruikte aardappelmasse toeneemt, het brood kleveriger en minder smakelijk wordt.

Brood met rogemeel + aardappelen.

Met gekookte aardappelen.

Er werd gewerkt op volgende hoeveelheden.

- 900 gr. meel en 100 gr. aard. (gekookt)
- 800 gr. meel en 200 gr. aard.
- 700 gr. meel en 300 gr. aard.
- 600 gr. meel en 400 gr. aard.
- 500 gr. meel en 500 gr. aard.
- 400 gr. meel en 600 gr. aard.
- 300 gr. meel en 700 gr. aard.
- 200 gr. meel en 800 gr. aard.
- 100 gr. meel en 900 gr. aard.

Werkwijze:

De aardappelen schillen, koken, afgieten, doorstaken. Mengen met meel volgens de aangeduide verhouding. De 20 gr. gist breken in lauw water, onderwerken en zoo noodig vocht aan toevoegen, indien het deeg te vast is. Een beetje zout onderwerken en gedurende 30' laten rijzen. Nogmaals lichtjes bewerken en een vorm geven, laten bakken gedurende 100'.

Uitslag:

De hoeveelheid vocht gebruikt voor het maken van ~~het~~ deeg, wordt grooter naar gelang, de hoeveelheid meel toeneemt of staat in omgekeerde verhouding, tot de verbruikte hoeveelheid aardappelen.

Met 900 gr. meel en 100 gr. aard. Dit brood had heel en zansch den smaak van gewoon roggebrood.

Met 800 gr. meel en 200 gr. aard. was reeds ietwat malscher

Met 700 gr. meel en 300 gr. aard. was het ook nog goed, doch weer- al wat malscher.

Met 600 gr. meel en 400 gr. aard. was eveneens goed van smaak.

Met 500 gr. meel en 500 gr. aard. en minder was den smaak wel goed, doch het brood kleveriger en plakachtiger, hetgeen het snijden vermoelijkte.

Met 200 gr. meel en 100 gr. ^{aard.} ~~meel~~ kon men er nog moeilijk vorm aan geven.

N.B. Bij het vervaardigen van brood met 400 gr. meel en minder wordt er geen water bijgevoegd. De proeven bewezen ook dat men zulk brood niet laat rijzen in een warme plaats. Bij brood van 500 gr. en 600 gr. meel voegt men 1 dl. H₂O bij. Voor brood van 700 gr. tot 900 gr. meel, 3 dl. H₂O gebruiken.

Met rauw geraspte aardappelen.

De proef werd gedaan met:

2/3 kgr. meel en 1/3 kgr. aard.

1/2 kgr. meel en 1/2 kgr. aard.

1/3 kgr. meel en 2/3 kgr. aard.

Werkwijze:

De aardappelen schillen, raspen - een tijdje laten rusten en het overtollige sap verwijderen. Het uitgezift tarwemeel mengen met de aardappelen, 20 gr. gist breken in lauw water en er onderwerken + 10 gr. zout. Goed onderwerken, zonder water. Deeg laten rijzen gedurende 30'. Daarna nog eens lichtjes bewerken en een vorm aangeven. Gedurende 100' in oven laten bakken.

Uitslag:

Het brood gebakken met:

500 gr. aard. en 500 gr. meel was fijn van smaak, beter dan gewoon roggebrood, zeer gemakkelijk om snijden en noch kleverig, noch vochtig. Het schijnt witter te zien dan dit bereid met gekookte aard.

500 gr. aard. en 500 gr. meel was ruim zoet als het vorige. De smaak was zeer goed; het is nog gemakkelijker om snijden en nog niet te vochtig, noch te kleverig.

500 gr. aard. en 500 gr. meel is het minder goed. Het is nogal kleverig en vermoelijk aldus het snijden.

Pistolets.

Er werd gewerkt op dezelfde hoeveelheden als voor het brood, bijgevolg met:

- 900 gr. meel en 100 gr. aard.
- 800 gr. meel en 200 gr. aard.
- 700 gr. meel en 300 gr. aard.
- 600 gr. meel en 400 gr. aard.
- 500 gr. meel en 500 gr. aard.
- 400 gr. meel en 600 gr. aard.
- 300 gr. meel en 700 gr. aard.
- 200 gr. meel en 800 gr. aard.
- 100 gr. meel en 900 gr. aard.

Werkwijze:

De gekookte fijnge maakte aard. mengen onder het meel - gist breken in lauw water, er 100 gr. boter, 20 gr. suiker en 2 eieren aan toevoegen; alles goed ondermengen en kneden, vervolgens 30' laten rijzen - nogmaals bewerken, vorm geven en bakken gedurende 15'

Uitslag:

Met 900 gr. meel en 100 gr. aard. bakwan men pistolets die meer licht waren en waarin men den aardappelsmaak niet kon waarnemen.

Met 800 gr. meel en 200 gr. aard. verkregen we pistolets van zeer goeden smaak, zeer licht en malsch

Met 700 gr. meel en 300 gr. aard. bakwan men ongeveer hetzelfde als met 800 gr.

Met 600 gr. meel en 400 gr. aard. verkreeg men pistolets met heel goeden smaak, tamelijk licht, doch reeds een weinig kleveriger en vochtiger.

Met 500 gr. meel en 500 gr. aard. waren de pistolets nog goed van smaak, doch plakachtig

Met 400 gr. meel en 600 gr. aard. zijn de pistolets nog smakelijk doch kleveriger dan de voorgaande.

Met 300 gr. meel en 700 gr. aard. zijn de pistolets reeds te plakachtig. Ze waren ook wel zwaarder dan de vorige en werden dientengevolge niet graag gelust.

Met 200 gr. meel en 800 gr. aard. was de uitslag wederom minder bevredigend, doordat de pistolets veel te kleverig en bijgevolg ook minder goed van smaak waren.

Met 100 gr. meel en 900 gr. aard. zijn de pistolets eenvoudig weg, slecht van smaak en onsmakelijk. Ze brokkelen en waren hard.

Pannenkoeken.

Warden eveneens gemaakt met:

- 900 gr. meel en 100 gr. gekookte doorgestoken aardappelen.
- 800 gr. meel en 200 gr. aard.
- 700 gr. meel en 300 gr. aard.
- 600 gr. meel en 400 gr. aard.
- 500 gr. meel en 500 gr. aard.
- 400 gr. meel en 600 gr. aard.
- 300 gr. meel en 700 gr. aard.
- 200 gr. meel en 800 gr. aard.
- 100 gr. meel en 900 gr. aard.

Werkwijze:

Het deeg maken, mits het meel en de fijngemaakte aard. goed onder elkaar te mengen. De gist breken in lauw water, onder het deeg mengen met 2 eieren, en 50 gr. boter. Alles goed beslaan. Laten rijzen gedurende 60 ' bij een warm vuur; vooral de panne-

koeken te bakken, voegt men een glas koud water bij het beslag, om dit lichter te maken. De koekepan insmeren, een weinig van het beslag er op gieten, langs beide kanten bakken.

Uitslag:

De uitslag is hier minder bevredigend, Tot en met 400 gr. aardappelen gaat het nog, alhoewel soms zeer moeilijk. Het is vooral opvallend, hoeveel boter er meer moet verbruikt worden, dan voor gewone pannenkoeken. De pannenkoeken waren ook taaiër dan de ander en bijgevolg moeilijker verteerbaar. De pannenkoeken hingen wel goed aaneen en hadden bovendien een mooi uitzicht. De taaiheid deed ze nochtans minder lusten.

Wafels.

De proeven werden gedaan met:

900 gr. meel en 100 gr. aard.
 800 gr. meel en 200 gr. aard.
 700 gr. meel en 300 gr. aard.
 600 gr. meel en 400 gr. aard.
 500 gr. meel en 500 gr. aard.
 400 gr. meel en 600 gr. aard.
 300 gr. meel en 700 gr. aard.
 200 gr. meel en 800 gr. aard.
 100 gr. meel en 900 gr. aard.

Werkwijze:

Het meel mengen met de fijn gemaakte aardappelen. De gist in lauw water er onder werken. Boter en eierdooiers aan toevoegen. Goed slaan tot men een samenhangend beslag bekomt. Laatst het stijfgeklopt eiwit aan toevoegen. Laten rijzen gedurende 30'. Het wafelijzer goed warm insmeren met wat vet, een kant vullen met beslag, goed sluiten en op helder vuur laten bakken. Warm opdienen met boter en suiker.

Uitslag:

GEBAKEN.1) Het aardappelmeel.

Biscuit of biskwis

Benodigdheden.

3 eieren - 100 gr. aardappelmeel - zelfde gewicht suiker. (3 eieren)

Werkwijze:De eierdoofers met de suiker luchtig kloppen + \pm 15' .

Het eiwit in ansouw kloppen en gedurende een 15' in heet waterbad plaatsen. Een weinig laten afkoelen, het meel er lichtjes ondermengen in een beboterden en met bloem bestoven vorm gieten, laten bakken in een matigen oven gedurende 40' .

Uitslag:

De biscuit was heel lekker, zeer licht en fijn van smaak. Den bekomen uitslag is beter dan dien met gewone bloem.

Gebak van aardappelmeel

Benodigdheden;

80 gr. aardappelmeel - 1 l. melk of water - 100 gr. witte poedersuiker - 1 citroenschil.

Werkwijze:

In een kookpot mengt men 1 l. melk of water + 80 gr. aardappelmeel. De suiker bijvoegen. Alles goed vermengen zonder dat er klonters vormen. De fijne schillen van 1 citroen bijvoegen. Op stil vuur gedurende 15' laten koken onder voortdurend roeren. De kookpot van het vuur nemen en laten lauw worden. De citroenschillen uittrekken en den bekomen room in een vuurvaaten schotel doen. Gedurende eenige oogenblikken in stil verwarmden oven zetten. - Laten afkoelen - koud opdienen.

Uitslag:

Zeer fijnen room met fijnen smaak, waarvan men echter rap genoeg heeft, valt in den smaak van alle fijnproevers. Naar gelang den kooktijd, bekomt men pudding of room.

CakeBenoodigdheden:

125 gr. aardappelmeel, hetzelfde gewicht suiker en boter, 2 eieren

Werkwijze:

De boter lichtjes verwarmen, de suiker bijvoegen en omtrent 15' vlieg roeren. De eieren één voor één doorkloppen, vervolgens het meel. Een geboterden vorm vullen tot omtrent 1/3 van den rand en omtrent 45' in een matigen oven laten bakken.

Uitslag:

Lukt bijzonder goed - is zeer licht - fijn van smaak.

Beter dan met bloem of tarwemeel.

Vierdeelenkook.Benoodigdheden.

250 gr. meel 200 gr. roedersuiker 250 gr. boter 2 eieren 10 gr. gist of bakpoeder.

Werkwijze:

De boter lichtjes verwarmen, in een kom de suiker en de bloem mengen - twee eieren geheel bijvoegen, alsook de weekgemakte boter. Deeg goed vermengen. De gist of het bakpoeder in een weinig warm water met een beetje suiker. Wanneer de gist werkt, ~~in~~ in het deeg werken. In geen al te hoogen vorm doen. In een matigen oven 30' tot 40' laten bakken.

Uitslag:

Zeer fijn van smaak en licht. Men bekomt een groote hoe-

veelheid van twee dieren.

Allerlei bereidingen.

Praliën.

Benodigdheden:

500 gr. goed bloemige aardappelen 250 gr. cristallisé 20 gr. boter
25 gr. cacao } 50 gr. chocoladepoeder, 50 gr. paneermeel, enkele druppels amandelextract.

Werkwijze:

De aardappelen met de pel koken in niet gezouten water tot ze gaar zijn en men ze gemakkelijk met een vork kan doorsteken. Ze laten verleken, verkoelen dan schillen en door een fijne zeef, doen om er puree van te maken. Aan de lauwe puree, de suiker, de cacao, de boter, het paneermeel, het amandelextract toevoegen - goed mengen en een effen deeg maken. Er verscheidene vormen aan geven, om er praliën van te maken. Deze praliën in geraspte chocolade of cacao-rollen en heelmaal laten verkoelen alvorens te verbruiken.

Uitslag:

Goed gelukt, zeer fijn van smaak, men is echter rap voldaan.

Mersepin:

Benodigdheden

250 gr. aardappelpuree - 250 gr. wittepoedersuiker, 1 eiwit, een weinig amandelextract, eenige druppels oranjebloesemwater.

Werkwijze:

Al de benodigdheden worden droog onder elkaar gemengd. Na degelijke menging zal men er een rol van maken, welke men gedurende 48 u. laat drogen in den kelder of op een andere koele, doch niet te droge plaats.

Uitslag.

De marsepein bleef vloeibaar in plaats van vast te worden. Na onderzoek hebben we vastgesteld, dat bloemige aardappelen welke vlug afgekookt worden den besten uitslag geven. Voor het overige was de marsepein fijn van smaak, doch tamelijk zwaar. Men kan er niet al te veel van eten.

AardappelgalettenBenodigdheden:

$\frac{1}{2}$ kgr. aardappelen, zout, peper, muskaat, 20 gr. boter of margarine.

Werkwijze:

De aardappelen schillen, raspen. De puree mengen met peper, zout, muskaat. Rollekens van maken van 3-4 cm. lang en 1 cm. dik. Het ijzer insmeren, een galet inleggen en langs weerkanten laten bakken.

M.B. Door Bij de puree wat melk of water toe te voegen, bekomt men een meer vloeibare deeg, hetwelk toelaat dunnere en meer galetten te maken, en zelfs het deeg in pannen te gieten, zooals voor pannenkoeken. Om den smaak te verhoogen kan men aan den puree een gaut melk, ook één of twee eieren toevoegen. Opdienem met suiker.

Uitslag.

Men bekomt lichte en fijne galetten, die men niet beu wordt.

Eenvoudige aardappelknoedels.Benodigdheden:

Een soepbord gekookte aard. 3 lepels tarwemeel, 2 eieren 1 lepel boter, zout, suiker, muskaatnoot.

De aardappelen lichtjes fijn wrijven - mengen met het tarwemeel, de eieren, boter, zout, suiker en muskaatnoot. Het moet een mooie

gelijke massa worden. Vervolgens rolt men er ballen van, die men op een met meel bestrooide plank tot langwerpige stukjes uitrolt. Men rolt ze goed in meel en kookt ze 10' in gezouten water - 10 gr. zout per l.) Men werpt de noedels in dit water en haalt ze eruit wanneer ze gaar zijn. Men laat ze eventjes uitdruipen en dient ze warm op, overgoten met gesmolten boter of jus.

Uitslag.

Beteekent weinig. De knoedels hebben een flitsen smaak, alhoewel die reeds verbetert, door ze op te dienen met gesmolten boter. Over 't algemeen weinig of niet gelust.

Knoedels van rauwe aardappelen.

Benodigdheden.

1 tas geraspte rauwe aardappelen - 1 tas gekookte fijngewreven aard.
 $\frac{1}{2}$ tas tarwemeel + 1 koffielepel zout - 1 ei - melk.

Werkwijze:

Rauwe en gekookte aardappelen luchtig onder elkaar mengen, met het meel, zout, 1 ei, en zooveel zoete melk, dat men er een sneedig deeg van maken kan. Hiervan steekt men met den eetlepel knoedels en kookt ze in zout water gaar. Men voegt er 15 gr. zout aan toe per liter H₂O. Verder gelijk voorgaande.

Uitslag:

Is beter dan de voorgaande. Hebben al veel gelijkenis met de gewone knoedels met meel; ze worden tamelijk graag geëten.

Gebakken knoedels.

Benodigdheden.

500 gr. aardappelen, 125 gr. aardappelmeel, 1 eidooier, 2 koffielepels zout, 40 gr. boter.

Werkwijze:

De geschilde aardappelen, worden gaar gekookt, afgegoten, uitgedampt. Doorsteken. Er meel, 1 eierdooier en zout ondermengen. Men maakt kleine bollen die men in het vet goudgeel laat bakken. Om ze droger te hebben, klopt men het wit van ei in sneeuw, en mengt het onder de massa.

Uitslag.

Reeds merkkelijk beter dan voor de gekookte knoedels. Het is nochtans goedkoper dan de vorige bereidingen. Ze hebben een fijnen smaak en worden zeer graag gelust.

Aardappelpudding.

A) Ket beschuit.

Benodigdheden.

Een tas geraspte aardappelen, een tas geraspten beschuit, 3 eieren, 100 gr. boter, 60 gr. suiker, 1 tas melk, weinig kaneel.

Werkwijze:

Bij het schuim der boter, voegt men de boter en de suiker. Dit wordt $\frac{1}{2}$ uur geroerd. Daarna den beschuit, de melk, aardappelen en het in sneeuw geslagen eiwit bijvoegen. Twee uur in waterbad laten koken. Na gaar te zijn, laat men den pudding afkoelen, neemt het deksel af, vervolgens keert men hem om op een schotel en zet hem nog 5 à 6 minuten in den warmen oven. Men dient hem met een vruchtensap op.

Uitslag.

De pudding had een schoon uitzicht, een goeden smaak, alhoewel we ons aan lekkerder verwachtten. Min of meer den smaak van eierkoek. Men heeft er gauw genoeg van.

Aardappelpudding met ajuin.

Benodigdheden.

125 gr. boter, 2 eieren, 350 gr. aardappelen, 1 tot 2 ajuintjes.

Werkwijze:

De boter tot room roeren. De eierdooiers aan toevoegen - daarna lepel voor lepel de gekookte fijngewreven aardappelen verder, nog de fijngehakte ajuintjes. Alles goed mengen met 2 witten 'ei stijf geklopt. Men doet het eten in een met botergesmeerden en met bloem bestrooiden vorm. Daarna kookt men de pudding gedurende 1 u. tot 1 $\frac{1}{2}$ u. in een warm H₂O bad.

Uitslag:

Schoon lichtgeel uitzicht. Heeft minder fijnen smaak. Over 't algemeen niet zoo graag gelust.

Opvliegers van aardappelen

Is een zeer goed gerecht, maar moet steeds klaar gemaakt worden, om dadelijk na afwerking van de bereiding geïten te kunnen worden (bij lang staan slaat hij neer). Men gebruikt er liefst kruimerige aardappelen voor, welke zeer licht op een rasp gewreven.

Gewone opvliager.

Benodigdheden

50 gr. boter, 3 eieren, 125 gr. brood 150 gr. suiker, 250 gr. aardappelen $\frac{1}{2}$ citroen.

Werkwijze:

De boter tot room roeren, er één voor één de 3 eierdooiers ondervoeren. Voeg er geroosterd en fijn geraspt brood bij alsook de suiker, fijngeraspte gekookte aardappelen (koken daags te voren) de geraspte citroenschil, van $\frac{1}{2}$ citroen + het sap. Meng er dan het stijfgeklopt eiwit bij. In een met boter gesmeerden en met bloem bestrooiden vorm. Mul den vorm tot op den helft, laten bakken in heeten oven gedurende één uur. Dadelijk opdienen in den vorm.

Uitslag.

Heeft een schoon bruin uitzicht. Is fijn van smaak en heeft veel gelijken met 4/4 deelen gebak, alhoewel iets zwaarder.

Aardappelpasteien.Benodigdheden:

- A) deeg. 200 gr. aardappelen, 1 ei, $\frac{1}{2}$ koffielepel zout, 25 gr. boter
 | meel
- B) vulsel: 500 gr. aardappelen, een weinig zout, 2 lepels melk,
 1 ei, 50 gr. kaas.

Werkwijze:

De aardappelen worden daags te voren gekookt. Men voegt er een ei, het zout en goed koude boter bij, alsook zooveel meel om een deeg te bekomen die men dun kan uitrollen. Als het twee uur koud gestaan heeft, rolt men den deeg uit en bekleedt er een voorsaf geboterden vorm mee.

De aardappelen koken met de pel, ze pellen, in schijvenwijden, en bestrooien met een weinig zout. Van die massa brengen op den deeg; bedekken met de kaasmassa en overgieten met een in melk geklutet ei. De pastei wordt bij matige hitte 20' gebakken. Men dient op met een of ander vischsoort vb. zalm of met vleesch.

Uitslag:

Het deeg is niet heel fijn en moet nogal lang in den oven staan. Het is meestal lederachtig en taai, alhoewel de smaak niet slecht is. Het vulsel was niet slecht. Is rap uitgedroogd.

Eenvoudige pasteitje met spek.

Deeg: idem van hierboven.

Vulsel:

Benodigdheden:

Gelijke hoeveelheden aardappelen, spek en ajuin.

Werkwijze:

Rauwe aardappelen goed wasschen, in blokjes snijden, evenzoo den ajuin en het spek. Het spek en den ajuin zet men op het vuur, totdat den ajuin geheel gaar is, maar nog wit ziet. De saus ervan giet men over de aardappelstukjes, kruidt ze met een weinig zout en peper, en brengt de goed vermengde massa op ~~het~~ deeg. De vormpjes bedekken met een mengsel van deeg. Ze moeten lang bij een matige hitte bakken, anders blijven de aardappelen rauw.

Uitslag:

Door sommigen graag gelust, door anderen niet, alhoewel toch beter dan de vorige aardappelpastel; ze smaakt tamelijk fel af en men is rap voldaan. Deze pastelen kunnen ook koud worden geëten, doch smaken best als ze versacht zijn. Ze zijn heel voedzaam en brengen afwisseling in de voeding.

Sla van aardappelen.

Benoedigheden:

1 kgr. aardappelen, $\frac{1}{2}$ l. melk, 1 ajuin, 2 tot 3 lepels asijn, 1 greepje petersalie, zout, peper,

Werkwijze:

De aardappelen wasschen en goed wrijven maar niet schillen. Ze koken in zout water; Ophouden met koken wanneer men de aardappelen gemakkelijk met een vork kan doorsteken. Laten verkoeken, schillen en in schijven snijden. De schijven in slakom leggen, er de melk opgieten, 2 tot 3 uur laten rusten en nu en dan roeren om de aardappelen goed in de melk te drenken. Alvorens op te dienen er fijngehakten ajuin en petersalie bijvoegen en kruiden met asijn, zout en peper naar goesting.

N.B. Dit gerecht kan men alléén gebruiken, ofwel opgediend met

vleesch, visch, schijfjes gekookte bist, selder, sla of tomaten.

Uitslag:

Is een frisch Zomergerecht, dat heel goedkoop kan bereid worden en tevens voedzaam is. Met meer azijn is 't nog smakelijker.

Omelet van aardappelen.

Benodigdheden:

400 gr. aardappelen, 2 tomaten, 1 ajuin, 1 lepel meel, $\frac{1}{2}$ tas melk, 1 ei, zout, peper, 30 gr. boter of margarine.

Werkwijze:

De aardappelen wasschen, schillen, in schijven snijden. De boter smelten en in pan, de gehakte ajuin en de schijfjes aardappelen bijvoegen - het meel in een kom brengen en in wat melk breken. Er het ~~de~~ aan toevoegen, alsook peper en zout - de bekomen brei op de aardappelen gieten. Op den brei legt men de rauwe tomaten gepeld, en in schijfjes gesneden. De pan op een stil vuur zetten en bereiden zoals gewone omelet.

Uitslag:

Zeer fijn gerecht. Het is gemakkelijk om bereiden en tevens rap klaar. Men zal echter de aardappelen goed laten bruinen. Door iederen graag gelust.

Aardappelen opgevuld met ajuin.

Benodigdheden:

6 schoone en groote aardappelen, 3 ajuinen, 20 gr. boter of margarine, 1 greepje peterselis, 2 lepels azijn.

Werkwijze:

De aardappelen goed wasschen - koken met de pel in zout water (een weinig meer dan gewoont: ophouden met koken als ze gaar genoeg zijn - de aardappelen schillen, ze in twee snijden - Uit elken

halven aardappel, het binnenste grootendeels uittrekken en hiervan een puree maken. Twee of drie fijngehakte ajuintjes in wat boter laten bruinen. De aardappelpuree en wat gehakte peterselie aan den ajuin toevoegen, in een kasrol leggen met 2 lepels azijn. Dekken, nog een 10' op het vuur laten stoven. Van het vuur nemen, met gehakte peterselie bestrooien en warm opdienen.

N.B. Om de bereiding nog smakelijker te maken, kan men nog wat vet of spek aan het opvulsel toevoegen. Het spek gebruiken om den ajuin te bruinen.

Uitslag:

Een heel fijne aardappelbereiding, doch de aardappelen redelijk lang laten stoven, tot ze volledig gaar zijn. Om een ajuin-smaak te hebben, mag er nog wel azijn in gedaan worden. Verder zeer graag gelust, doch vraagt nogal veel werk.

Aardappelkoekjes:

Benodigdheden:

1 kgr. koud geworden gekookte aardappelen, 4 eieren, 150 gr. geraspte kaas, de melk en de kruiden tot een stevig deeg. Vorm daarvan balletjes, druk ze wat plát en bak ze in een koekpan met heete boter, mooi bruin.

Uitslag:

Goed gelukt. Warm opgediend zijn ze minder smakelijk dan koud. Deze gemaakt met ajuin zijn fijner van smaak. Men heeft voor dit gerecht niet zo veel boter en toch is het voedzaam. De smaak is heel fijn, de koekjes worden daarom graag gelust. Bij bereiding weze men voorzichtig met het vocht. Het deeg moet nogal stevig zijn om het bakken te vergemakkelijken.

Pikant aardappelschotelletje.

Benodigdheden:

Twee kopjes melk, een weinig kaas, nootmuskaat en aardappelresten.

Werkwijze:

De melk koken met de nootmuskaat. Als de melk kookt, neemt men ze af, mengt ze met de geraspte kaasstukjes. Er een restje aardappel onderroeren en op een matig vuur in een goed gesloten pan stoven. Wordt gegeten met brood.

Uitslag:

Is een heel goede manier om aardappelresten te benuttigen en er een voedzaam gerecht mee te maken, het gerecht is heel smakelijk.

Een saus voor vleeschpudding en rundsvleesch.

Benodigdheden:

4-5 aardappelen, 1 ei, 2 tot 3 koffielepels mostaard (niet te veel 2 à 3 koffielepels azijn,) 1 koffielepel cristallisé, 1 tas bouillon en weinig heet water.

Werkwijze:

De aardappelen fijn maken, het ei, mostaard, suiker, tarwameel, bouillon en water ondermengen. Op het vuur brengen en roeren tot de saus goed gebonden is. Wanneer de saus kookt, goed roeren of slaan om het schiften van het ei te voorkomen. Nog beter is het de saus gewoon te koken en nadien het ei er door te roeren. Men kan ze dan nog even in het heet waterbad zetten.

Uitslag:

Schoon gele kleur, die doet denken aan een eiersaus - fijne smaak die nits toevoeging van een geut azijn nog verbetert. Men mag ze gebruiken als mayonnaise, indien ze kouder is en er meer azijn aan toegevoegd wordt. Gedurende het koken wordt er onophoudelijk geróerd.

Saus van aardappelen met peterselie.

Benodigdheden.

4-5 aardappelen, 1 lepel tarwemeel, 1 paar lepels water, fijn gehakte peterselie, 1 à 2 sieren.

Werkwijze:

De gekookte doorgestoken aardappelen mengen met tarwemeel en het water tot het mooi gebonden is. Daarbij nog 2 lepels fijngesakte peterselie. Men kookt het, onder flink roeren, 10 tot 15 minuten - van het vuur zetten en er 1 tot 2 sieren doorklutsen.

Uitslag:

Minder mooi dan voorgaande saus. De kleur was hier grijsachtig. Tamelijk goeden smaak. De peterselie verhoogt den smaak merklijk. Tijdens het koken goed roeren, om niet te klonteren.

Aardappeltaart.

Benodigdheden:

500 gr. aardappelen - pakje vaniel-suiker - 250 gr. cristallisé - 1 ei - 50 gr. maïsmeel of vanielbloem - 1 druppel essence - 2 koffielepels bakpoeder.

Werkwijze:

Al de bestanddeelen ondereen mengen. Het wit in sneeuw geklopt er het laatst aan toevoegen. Bakken in warmen oven gedurende 45 '.

Uitslag:

Een heel smakelijk gebak. Door vanielbloem wordt dezen nog verhoogd; het gebak is dan ook lichter. Bij gebruik van maïsmeel volstaat het een weinig er te gebruiken. Het is dan ook zeer voedzaam en men is spoedig verzadigd.

Eierkoecken van aardappelen.

Benoodigdheden:

2 aardappelen, 1 lepel meel, 1 ei, weinig zout en melk.

Werkwijze:

De aardappelen doorsteken. Het meel, het ei, zout en melk ondermengen (zooveel melk tot het deeg goed gebonden is). Als het vet goed warm is, giet men er de deegmassa in. Men bakt de koecken niet te dun.

Uitslag:

Het gekookte, doorgestoken aardappelen zijn de koecken zoo fijn als gewone eierkoecken. Uiterst licht, gemakkelijk om bakken, als men er oplet dat de massa goed gebonden is. De koecken hebben bovendien een schoon uitzicht.

Het rauwe geraspte aardappelen bekomt men eierkoecken met grijsgrauw uitzicht; De smaak is ook minder fijn dan het gekookte aardappelen. Het moet heel fijn zijn, *om door en door gelukken te zijn. Het bakken duurt langer* doch de deegmassa moet zoo dik niet zijn als hierboven. Wordt niet gelust.

Aardappelkoecken met resten van puree.

Benoodigdheden:

Aardappelresten - meel - beschnit:

Werkwijze:

De puree bewerken met zooveel meel dat men het deeg op een deegplank een vinger dik uitrollen kan. Men bestrooit den koek aan beide zijden met geraspten beschnit. Aan beide zijden mooi goudgeel bakken in heete boter (niet te veel)

Uitslag:

Tamelijk goede manier om aardappelresten te verbruiken. Men lette er nochtans op een weinig melk toe te voegen aan de deegmassa. Tijdens het bakken den koek heel lichtjes laten bakken, sooniet ver-

brandt den beschuit en geeft de aardappelen een verbranden smaak. Verder is het zeer voedzaam en malsch en graag gelust.

Gerezen gebak van aardappelen.

Benodigdheden:

50 gr. gist, $\frac{1}{2}$ liter melk, 450 gr. tarwemeel, 375 gr. boter, 125gr. suiker, 2 à 3 eieren, 250 gr. aardappelen.

Werkwijze:

Gist breken in de lauwwarme gemaakte melk en onder het meel mengen. Op een warme plaats laten rijzen. Daarna verwerken met de gesmolten boter - de suiker en de keele eieren alsook de gekookte - doorgestoken aardappelen. Men rolt het deeg uit en legt het op een met spek bestreken bakvorm. Dit zet men in een warme oven. Is het wat gerezen, dan snijdt men met een taartwieltje langwerpige vierhoekige stukken, ervan en bestrooit ze met geklutst ei en grove suiker. Men bakt ze bij matige hitte een half uur.

Uitslag:

Schoon uitsicht en is goed van smaak, vooral als men weinig vocht gebruikt, ook moeilijk uit te rollen, zomet de koekjes uitspuiten met spuitzak. Zijn heel lekker.

Goede aardappeltaart.

Benodigdheden:

200 gr. aardappelen - 200 gr. meel - 150 gr. suiker - 50 gr. amandel essence - bakpoeder-- 3 koffielepels.

Voor versiering: 1 lepel boter, 1 lepel suiker, 1 lepel bloem.

Werkwijze:

Al de ingrediënten ondermengen. Het laatste het bakpoeder aan toevoegen. In vorm brengen en gedurende 1 uur in een warme oven laten bakken.

Titslag:

Smaakt lekker; er mag wel wat vocht aan toegevoegd worden om de massa wat lichter ^{te} maken - verder heel voedzaam.

A A R D A P P E L M E E L .

Men neme hier liefst zooveel mogelijk bloemige aardappelen. Men wascht ze zorgvuldig, krabt ze lichtjes om de bruine pel weg te nemen. Waspt ze fijn en legt ze daarna in een zeer fijne zeef. De zeef boven den kookpot of een anderen achotel plaatsen. De pulp stilaan met frisch water begieten, zoo mogelijk met een kleinen gieter. Terwijl men het water bijgiet, zal men den pulp steeds roeren met een houten lepel. Het aardappelmeel zal zich oplossen in het water, dat door de zeef dringt. Al het aardappelmeel zal uit de pulp getrokken zijn, wanneer het water dat door de zeef komt, schoon klaar is geworden. Van dan af zal men geen water meer op den pulp gieten. Het in den kookpot opgevangen water eenige uren laten rusten. Het meel zal zich op den bodem neerzetten. Het zorgt het klare water afgieten, zonder het meel dat zich op den bodem bevindt te roeren. Het meel liefst in de zon of in den oven drogen op lage T° of op zeer stil vuur, teneinde het meel niet te verbranden. Wanneer het meel goed droog is, het stampen om het tot fijn poeder te herleiden. Bewaren in gesloten potten op een droge plaats.

N.B. Vermits het meel zich juist onder de fijne pel bevindt, dient het krabben zoo economisch mogelijk te gebeuren. Beschadigde aardappelen kunnen zonder wrees gebruikt worden. De pulp die overblijft kan gebruikt worden voor aardappelpuree.

Alhoewel we bij den aanvang van dees proeven, niet zoozeer de bedoeling hadden te zien in hoeverre we door gebruik van aardappelen aan besparing konden denken, maar wel in de eerste plaats, hoe we het tekort aan meel zouden kunnen aanvullen, willen we hier toch een gedacht geven, over den kostprijs van de gerechten, uitsluitend bereid met meel en deze waarbij het meel deels wordt vervangen door aardappelen.

We zullen daarom voor ieder gerecht, den prijs berekenen bij uitsluitend meel gebruik, daarna met verschillende hoeveelheden aardappelen, volgens aanduiding in de proeven. Laten we even opmerken dat er hier geen rekening wordt gehouden met handenarbeid, noch kolenverbruik, vermits het voor beide brooden, bijna hetzelfde is. Voor de berekening worden de officieele prijzen genomen.

1. BROOD.

900 gr. meel aan	2,16 fr.	
20 gr. gist	0,12 fr.	
10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	
		2,29 fr.
<u>Met rauwe aardappelen/</u>		
a) 500 gr. meel	1,44 fr.	
20 gr. gist	0,12 fr.	
10 gr. zout	<u>0,02 fr.</u>	
300 gr. aard. (rauw)	<u>0,25 fr.</u>	
		1,82 fr. - 0,47 fr.
b) 450 gr. meel	1,08 fr.	
450 gr. aard. (rauw)	0,38 fr.	
20 gr. gist	0,12 fr.	
10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	
		1,49 fr. - 0,08 fr.
c) 300 gr. meel	0,72 fr.	
600 gr. aard. (rauw)	0,51 fr.	
20 gr. gist	0,12 fr.	
10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	
		1,36 fr. - 0,93 fr.

2. PISTOLETS.

Alleen met meel:

500 gr. meel	2,16	
20 gr. gist	0,12	
100 gr. boter	2,45	
2 eieren	2,50	
10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	
		7,24 fr.

Met rauwe aardappelen.

a) 500 gr. meel	1,44	
300 gr. aard.	0,25	
20 gr. gist	0,12	
100 gr. boter	2,45	
2 eieren	2,50	
10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	
		6,77 fr.
		- 0,47 fr.
b) 450 gr. meel	1,08	
450 gr. aard.	0,38	
20 gr. gist	0,12	
100 gr. boter	2,45	
2 eieren	2,50	
10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	
		6,54 fr.
		- 0,70 fr.
c) 500 gr. meel	0,72	
500 gr. aard.	0,51	
20 gr. gist	0,12	
100 gr. boter	2,45	
2 eieren	2,50	
10 zout	<u>0,01 fr.</u>	
		6,31 fr.
		- 0,93 fr.

3. PANNEKOEKEN.

Met meel alleen

500 gr. meel	2,16	
20 gr. gist	0,12	
50 gr. marg.	1,22	
1 ei	1,25	
60 gr. suiker	0,42	
75 gr. marg.	<u>1,83 fr.</u>	
		7,00 fr.

Met rauwe aardappelen

a) 500 gr. meel	1,44	
50 gr. margarine	1,22	
300 gr. aard.	0,25	
1 ei	1,25	
60 gr. suiker	0,42	
75 gr. marg.	<u>1,83 fr.</u>	
		6,41 fr.
		- 0,58 fr.
b) 450 gr. meel	1,08	
450 gr. aard.	0,38	
50 gr. marg.	1,22	
1 ei	1,25	
60 gr. suiker	0,42	
100 gr. marg.	<u>2,45 fr.</u>	
		6,80 fr.
		- 0,20 fr.

c) 300 gr. meel	0,72		
500 gr. aard.	0,51		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. marg.	1,22		
1 ei	1,25		
50 gr. suiker	0,42		
125 gr. margarine	<u>3,06 fr.</u>	7,30 fr.	+ 0,30 fr.

4. WAFELS.

Met meel alleen

900 gr. meel	2,18		
20 gr. gist	0,12		
100 gr. marg.	2,45		
1 ei	1,25		
75 gr. marg.	<u>1,83 fr.</u>	7,81 fr.	

Met rauwe aardappelen

a) 800 gr. meel	1,44		
300 gr. aard.	0,25		
20 gr. gist	0,12		
100 gr. marg.	2,45		
1 ei	1,25		
75 gr. marg.	<u>1,83 fr.</u>	7,34 fr.	- 0,47 fr.
b) 450 gr. meel	1,08		
450 gr. aard.	0,38		
20 gr. gist	0,12		
100 gr. marg.	2,45		
1 ei	1,25		
100 gr. marg.	<u>2,45 fr.</u>	7,73 fr.	- 0,08 fr.
c) 300 gr. meel	0,72		
500 gr. aard.	0,51		
20 gr. gist	0,12		
100 gr. marg.	2,45		
1 ei	1,25		
125 gr. marg.	<u>3,06 fr.</u>	8,11 fr.	+ 0,30 fr.

5. BROOD.

Met meel alleen

1 kgr. meel	2,40		
20 gr. gist	0,12		
10 gr. sout	<u>0,01 fr.</u>	2,53 fr.	

Met gekookte aardappelen:

a) 900 gr. meel	2,18		
100 gr. aard.	0,08		
20 gr. gist	0,12		
10 gr. sout	<u>0,01 fr.</u>	2,37 fr.	- 0,10 fr.

b)	800 gr. meel	1,92		
	200 gr. aard.	0,17		
	20 gr. gist	0,12		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	2,22 fr.	- 0,21 fr.
c)	700 gr. meel	1,68		
	300 gr. aard.	0,25		
	20 gr. gist	0,12		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	2,06 fr.	- 0,47 fr.
d)	600 gr. meel	1,44		
	400 gr. aard.	0,34		
	20 gr. gist	0,12		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	1,91 fr.	- 0,62 fr.
e)	500 gr. meel	1,20		
	500 gr. aard.	0,42		
	20 gr. gist	0,12		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	1,75 fr.	- 0,78 fr.
f)	400 gr. meel	0,96		
	600 gr. aard.	0,51		
	20 gr. gist	0,12		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	1,60 fr.	- 0,23 fr.
g)	300 gr. meel	0,72		
	700 gr. aard.	0,59		
	20 gr. gist	0,12		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	1,44 fr.	- 1,09 fr.
h)	200 gr. meel	0,48		
	800 gr. aard.	0,60		
	20 gr. gist	0,12		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	1,29 fr.	- 1,24 fr.
i)	100 gr. meel	0,24		
	900 gr. aard.	0,76		
	20 gr. gist	0,12		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	1,13 fr.	- 1,40 fr.

PISTOLETS.

Uitsluitend met meel.

1 kgr. meel	2,40	
20 gr. gist	0,12	
100 gr. boter	2,45	
2 eieren	2,50	
10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	7,48 fr.

Met gekookte aardappelen.

a)	900 gr. meel	2,15		
	100 gr. aard.	0,08		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. boter	2,45		
	2 eieren	2,50		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	7,32 fr.	- 0,16 fr.

b)	800 gr. meel	1,92		
	200 gr. aard.	0,17		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. boter	2,45		
	2 eieren	2,50		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	7,17 fr.	- 0,31 fr.
c)	700 gr. meel	1,68		
	300 gr. aard.	0,25		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. boter	2,45		
	2 eieren	2,50		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	7,01 fr.	- 0,47 fr.
d)	600 gr. meel	1,44		
	400 gr. aard.	0,54		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. boter	2,45		
	2 eieren	2,50		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	6,86 fr.	- 0,62 fr.
e)	500 gr. meel	1,20		
	500 gr. aard.	0,42		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. boter	2,45		
	2 eieren	2,50		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	6,70 fr.	- 0,78 fr.
f)	400 gr. meel	0,96		
	600 gr. aard.	0,51		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. boter	2,45		
	2 eieren	2,50		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	6,55 fr.	- 0,93 fr.
g)	300 gr. meel	0,72		
	700 gr. aard.	0,59		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. boter	2,45		
	2 eieren	2,50		
	10 gr. zout	<u>0,01 fr.</u>	6,39 fr.	- 1,09 fr.
h)	200 gr. meel	0,48		
	800 gr. aard.	0,68		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. boter	2,45		
	2 eieren	2,50		
	10 gr. gist	<u>0,01 fr.</u>	6,24 fr.	- 1,24 fr.
1)	100 gr. meel	0,24		
	900 gr. aard.	0,78		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. boter	2,45		
	2 eieren	2,50		
	10 gr. gist	<u>0,01 fr.</u>	6,08 fr.	- 1,40 fr.

PANNEKOEKEN.

Met meel alleen

1 kgr. meel	2,40		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. margarine	1,22		
1 ei	1,25		
60 gr. suiker	0,42		
75 gr. margarine	<u>1,83 fr.</u>	7,25 fr.	

Met gekookte aardappelen:

a) 900 gr. meel	2,16		
100 gr. aard.	0,08		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. marg.	<u>1,22</u>		
1 ei	1,25		
60 gr. suiker	0,42		
75 gr. marg.	<u>1,83 fr.</u>	7,06 fr.	- 0,16 fr.
b) 800 gr. meel	1,92		
200 gr. aard.	0,17		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. marg.	1,22		
1 ei	1,25		
60 gr. suiker	0,42		
75 gr. marg.	<u>1,83 fr.</u>	6,93 fr.	- 0,31 fr.
c) 700 gr. meel	1,68		
300 gr. aard.	0,25		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. marg.	1,22		
1 ei	1,25		
60 gr. suiker	0,42		
50 gr. margarine	<u>1,26 fr.</u>	6,90 fr.	- 0,64 fr.
d) 600 gr. meel	1,44		
400 gr. aard.	0,34		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. marg.	1,22		
1 ei	1,25		
60 gr. suiker	0,42		
85 gr. marg.	<u>2,08 fr.</u>	6,87 fr.	- 0,37 fr.
e) 500 gr. meel	1,20		
500 gr. aard.	0,42		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. marg.	1,22		
1 ei	1,25		
60 gr. suiker	0,42		
95 gr. marg.	<u>2,52 fr.</u>	6,95 fr.	- 0,29 fr.
f) 400 gr. meel	0,96		
600 gr. aard.	0,51		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. marg.	1,22		
1 ei	1,25		
60 gr. suiker	0,42		
105 gr. marg.	<u>2,57 fr.</u>	7,05 fr.	- 0,19 fr.

g) 300 gr. meel	0,72		
700 gr. aard.	0,59		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. marg.	1,22		
1 ei	1,25		
60 gr. suiker	0,42		
125 gr. marg.	<u>3,06 fr.</u>	7,43 fr.	- 0,01 fr.
1) 100 gr. meel	0,24		
900 gr. aard.	0,76		
20 gr. gist	0,12		
50 gr. marg.	1,22		
1 ei	1,25		
60 gr. suiker	0,42		
135 gr. marg.	<u>3,30 fr.</u>	7,31 fr.	+ 0,07 fr.

WAFELS.

Alléon met meel

1 kgr. meel	2,40		
20 gr. gist	0,12		
100 gr. marg.	2,45		
1 ei	1,25		
75 gr. marg.	<u>1,83 fr.</u>	8,05 fr.	

Met gekookte aard.

a) 900 gr. meel	2,15		
100 gr. aard.	0,08		
20 gr. gist	0,12		
100 gr. marg.	2,45		
1 ei	1,25		
75 gr. marg.	<u>1,83 fr.</u>	7,89 fr.	- 0,15 fr.
b) 800 gr. meel	1,92		
200 gr. aard.	0,17		
20 gr. gist	0,12		
100 gr. marg.	2,45		
1 ei	1,25		
75 gr.	<u>1,83 fr.</u>	7,74 fr.	- 0,31 fr.
c) 700 gr. meel	1,68		
300 gr. aard.	0,25		
20 gr. gist	0,12		
100 gr. marg.	2,45		
1 ei	1,25		
80 gr. marg.	<u>1,96 fr.</u>	7,71 fr.	- 0,34 fr.
d) 600 gr. meel	1,44		
400 gr. aard.	0,34		
20 gr. gist	0,12		
100 gr. marg.	2,45		
1 ei	1,25		
85 gr. marg.	<u>2,08 fr.</u>	7,68 fr.	- 0,37 fr.

e)	500 gr. meel	1,20		
	500 gr. aard.	0,42		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. marg.	2,45		
	1 ei	1,25		
	25 gr. marg.	<u>2,32 fr.</u>	7,76 fr.	- 0,29 fr.
f)	400 gr. meel	0,96		
	600 gr. aard.	0,51		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. marg.	2,45		
	1 ei	1,25		
	106 gr. marg.	<u>2,57 fr.</u>	7,86 fr.	- 0,19 fr.
g)	300 gr. meel	0,72		
	700 gr. aard.	0,59		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. marg.	2,45		
	1 ei	1,25		
	115 gr. marg.	<u>2,84 fr.</u>	7,94 fr.	- 0,11 fr.
h)	200 gr. meel	0,48		
	800 gr. aard.	0,66		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. marg.	2,45		
	1 ei	1,25		
	125 gr. marg.	<u>3,06 fr.</u>	8,04 fr.	- 0,01 fr.
i)	100 gr. meel	0,24		
	900 gr. aard.	0,76		
	20 gr. gist	0,12		
	100 gr. marg.	2,45		
	1 ei	1,25		
	156 gr. marg.	<u>3,30 fr.</u>	8,12 fr.	+ 0,07 fr.

GEBAKKEN.

BISCUIT.

a) met meel

3 eieren	3,75	
180 gr. suiker	1,26	
100 gr. meel	<u>0,24 fr.</u>	5,25 fr.

b) met aardappelmeel

3 eieren	3,75	
180 gr. suiker	1,26	
100 gr. aardappelmeel	1,20 fr.	6,21 fr.

+ 0,96 fr

CREAK.

a) met meel

100 gr. suiker	0,70	
80 gr. meel	0,20	
1 l. water	<u> fr.</u>	0,90 fr.

b) met aardappelmeel

100 gr. suiker	0,70		
80 gr. aardapp.	0,96		
1 l. water	-		
1 citroenschil	-	fr.	
		1,66 fr.	+ 0,76 fr.

CAKES.a) met meel

125 gr. meel	0,30		
125 gr. suiker	0,87		
125 gr. boter	5,62		
2 eieren	2,50 fr.		
		79,29 fr.	

b) met aardappelmeel

125 gr. aardappelmeel	1,50		
125 gr. suiker	0,87		
125 gr. boter	5,62		
2 eieren	2,50 fr.		
		10,49 fr.	+ 1,20 fr.

VIERDEELENKOEK.a) met meel

250 gr. meel	0,60		
250 gr. suiker	1,75		
250 gr. boter	11,25		
3 eieren	2,50		
10 gr. bakpoeder	0,06 fr.		
		18,16 fr.	

b) met aardappelmeel

250 gr. aardappelmeel	3,00		
250 gr. suiker	1,75		
250 gr. boter	11,25		
2 eieren	2,50		
10 gr. bakpoeder	0,06 fr.		
		18,56 fr.	+ 2,40 fr.

PRALIENEN.

500 gr. aard.	0,42		
250 gr. suiker	1,75		
20 gr. boter	0,90		
25 gr. cacao	1,00		
50 gr. paneermeel	0,40		
60 gr. amandelext.	0,15 fr.		
		4,62 fr.	

MARSEPEIN.

250 gr. aard.	0,21		
250 gr. suiker	1,75		
1 eiwit	0,65		
amandelext	0,15		
orsjebloesemwater	0,15 fr.		
		2,91 fr.	

AARDAPPELGALETTER.

500 gr. aard.	0,42	
5 gr. zout		
kraiderijen	0,20	
20 gr. boter	<u>0,90 fr.</u>	1,52 fr.

EENVOUDIGE AARDAPPELKNOEDELS.

500 gr. aard.	0,42	
3 lepels tarwameel	0,11	
2 eieren	2,50	
1 lepel boter	0,90	
2 lepels suiker	0,21	
noetmuskaat		
1 koffielepel zout	<u>0,10 fr.</u>	4,24 fr.

KNOEDELS VAN RAUWE AARDAPPELEN.

50 gr. aardappelen	0,42	
150 gr. meel	0,36	
1 koffielepel zout	0,05	
1 ei	1,25	
1 dl.	<u>0,20 fr.</u>	2,28 fr.

GERAKKEN KNOEDELS.

500 gr. aardappelen	0,42	
125 gr. aardappelmeel	1,50	
1 eidooier	0,65	
2 koffielepels zout	0,10	
40 gr. boter	<u>1,80 fr.</u>	4,47 fr.

AARDAPPELPUDDING MET BESCHUIT.

1 tas geraspte aard.	1,21 fr.	
1 tas geraspte beschuit	1,00	
3 eieren	3,75	
100 gr. boter	4,50	
60 gr. suiker	0,42	
1 tas melk	0,50	
kaneel	<u>0,25 fr.</u>	10,83 fr.

AARDAPPELPUDDING MET AJUIN.

125 gr. boter	5,60
2 eieren	2,50
350 gr. aard.	0,35
1-2 ajuintjes	<u>0,20 fr.</u>
	8,65 fr.

GEWONE OPVLIEGER VAN AARDAPPELEN.

50 gr. boter	2,25
3 eieren	3,75
125 gr. brood	0,40
150 gr. suiker	1,05
250 gr. aard.	0,21
½ citroen	<u>1,25 fr.</u>
	8,91 fr.

AARDAPPELPASTEI.

200 gr. aard.	0,17
1 ei	1,25
½ koffielepel zout	0,03
25 gr. boter	1,25
100 gr. meel	0,24
500 gr. aard.	0,48
weinig zout	0,05
2 lepels melk	0,10
1 ei	1,25
50 gr. kaas	<u>2,00 fr.</u>
	6,76 fr.

EENVOUDIGE PASTETJES.

200 gr. aardappelen	0,17
1 ei	1,25
½ koffielepel zout	0,03
25 gr. boter	0,24
100 gr. meel	0,21
½ kgr. aard.	0,21
3 ajunnen	0,60
100 gr. spek	<u>12,00 fr.</u>
	15,75 fr.

SLA VAN AARDAPPELEN.

1 kgr. aard.	0,85
½ l. melk	0,50
1 ajuin	0,20
3 lepels azijn	0,20
1 geheelpoterselie	0,05
zout- peper	<u>0,10 fr.</u>
	1,90 fr.

GEHEEL VAN AARDAPPELEN.

400 gr. aard.	0,54	
2 tomaten	0,80	
1 ajuin	0,20	
1 lepel meel	0,05	
1/2 tas melk	0,25	
1 ei	1,25	
nut en peper	0,10	
30 gr. margarine	<u>0,75 fr.</u>	
		3,74 fr.

AARDAPPELEN OPGEVULD MET AJUIN.

1/2 kg. aardappelen	0,42	
3 ajuinen	0,50	
20 gr. marg.	0,50	
groepeje peterselie	0,05	
2 lepels azijn	<u>0,15 fr.</u>	
		1,60 fr.
		1,72 fr.

AARDAPPELKOEKJES.

1 kgr. aard.	0,85	
4 eieren	5	
150 gr. geraspte kaas	6	0,50 fr.
1/2 l. melk	1	
nootmuskaat	0,05	
2 ajuintjes	0,20	
120 gr. boter	<u>5,40 fr.</u>	
		18,50 fr.

PIKANT AAR. SCHOTELTJE.

1/2 l. melk	1	
weinig kaas	0,50	
nootmuskaat most.	0,05	
1/4 aard. mostersijn	0,24	
1 lepel crasv.	0,05	
1 tas boter	<u>0,21 fr.</u>	
		1,76 fr.

SAUS VAN AARDAPPELEN MET PETERSELIE.

4-5 aardappelen	0,30	
20 gr. tarwemeel	0,05	
fijn gehakte peterselie	0,05	
2 eieren	<u>2,50 fr.</u>	
		2,90 fr.

De aardappelaafval kan nog met groot voordeel in het huishouden verbruikt worden. Naast het gebruik van aardappelen als hoofdvoedsel, kan men er bovendien nog de afvalprodukten van bemuttigen bv. de aardappelschillen, het aardappelwater waarin de aardappelen werden afgekookt.

De aardappelschillen; welke verbrand worden in de keuken beletten het aanzetten van roet, zoodat er van schoorsteenvegen geen sprake is.

Als er aardappelschaarschte heerscht, gebeurt het wel eens dat men zich vergenoegt de aardappels dik te schillen, zoodat de kiemen er aan blijven en dese geplant zijnde, nieuwe aardappelen voortbrengen.

Het fijngesneden aardappelschillen reinigt men nog flesschen, karaffen, glazen. enz.

Ook messen kan men reinigen met den binnenkant van dik geschilderde rauwe aardappelen.

Sommige metalen als blik en tin schuurt men blank met een loog van aardappelschillen.

Ze zijn een interressant en tevens zeer goedkoop reinigingsmiddel. Daar men zich in tijd van oorlog zekere poetsmiddelen moeilijk kan aanschaffen, bieden ze de huishoudsters vaak een reddende hand.

Aardappelwater is niet minder interressant van de aardappelschillen. Men gebruikt het meestal met de aardappelen te waschen en te raspen. Ook het afgietwater van gekookte aardappelen geeft de beste uitslagen.

Bij het knischen van tapisseriewerk wordt dit 2-3 maal gewaschen met geraspte ongeschilde aardappelen.

Aangeslagen zilver wordt gemakkelijk schoon, mits het een poosje in

afkookwater van aardappelen te leggen. Men hoeft het daarna slechts af te spoelen en met een broeg doekje te doen glansen.

Geverfd, gevernist en verliakt hout wordt terug schoon na het gewaschen te hebben met aardappelwater, bekomen van geraspte aardappelen, welke men 3 een half uur laat staan in water. Men dempelt hiervoor een flanelle doek in dat water, wast er het hout mee, waarna men het met zuiver water naspoelt.

Men kan ook aardappelafkooksel gebruiken voor het schoonsmaken van muren enz. Door de regen greengeworden vloeren, plankieren, enz.

Af aardappelen kan men ook een goedkoop verfaort maken, die ons in oorlogstijd uitstekende diensten kan bewijzen. Men schilt hiervoor 2 kgr. aardappelen welke men afkookt in regenwater. Men drukt ze fijn en lengt alles aan met 1 l. heet water. Daarna roert men ze door een fijne zeef. Men mengt 2 kgr. spaansch wit met 4 l. water en voegt hierbij het verkregen aardappelwater. Op die manier bekamt men een goede, goedkope en melkwitte verf, die men met een kwast openstrijkt. Ze droogt spoedig en blaasert niet af; hierdoor kan men ze dadelijk weer gebruiken op hout, muur of andere voorwerpen. Wanscht men een andere kleur te bekomen dan voegt men er voor grijs kool bij; voor geel of roodachtige kleur, oker.

<u>Kostenrij:</u>	2 kgr. aardappelen	1,70
	2 kgr. spaansch wit	16,00
		17,70 fr. voor 3 kg. Verf.

Dit komt op 2,21 fr. per kgr. tegenover 70 fr. betaald in den handel.

Voor het waschen van hout, wollen goed is aardappelwater ten zeerste aan te bevelen. Men zorgt er slechts voor het goed op te spoelen met water waaraan een klein beetje azijn werd toegevoegd.

Zeer teere kleuren van zijden of wol blijven heel ongedeed, als men ze wast, in plaats van met zeep, met aardappelen die nadat men ze eens heeft doorgesneden, slechts halfjaar gekookt heeft.

Ze moeten nog zeer hard zijn. Dit sluit niet uit, dat sommige zeepsorten van voor den oorlog evengoede uitslagen gaven als het aardappelwater.

Aardappelwater geeft eveneens veel voldoening bij den wasch van zijden linten, kanten, vooral donkere, alsook bij den wasch van blauwe voorschooten en andere. Het dient daar niet alleen als waschmiddel, maar bezit bovendien eigenschap het linnen te stijven: De bekomen uitslagen zijn zoo bevredigend als met gewoon stijfzsel.

Ook bij het stijven van gewoon wit linnen geeft het goede uitslagen. Gedane proeven bewezen dat 1 l. gekookte aardappelwater overeenkomt met 5 gr. Remystijfzsel. Dezen uitslag is sprekend ten voordeele van het aardappelkookwater. Doen we hier echter opmerken dat het gesteven goed vooral het wit goed een geelachtig uitzicht heeft. Buiten, dit ware aardappelwater een redplank gedurende den oorlog wanneer de stijfzselchaarste zich zoo scherp doet voelen. Voor donker gekleurd linnen is het een uitstekend stijfmiddel.

Ook in de geneeskunde bewijst aardappelwater nuttige diensten

Heeft men zich bv. verbrand dan schilt en raspt men rauwe aardappelen en legt het raspzel op de verbrande plaats. Het verzacht oogenblikkelijk de pijn. Zorg er echter voor het raspzel bij tijd te vernieuwen. Dit is een goedkoop en tevens gemakkelijk middel, dat iedereen bij de hand heeft.

Zoals U bemerken kunt heeft de aardappel niet enkel waarde als voedsel voor mensch en dier,. Hij is bovendien zeer nuttig voor het huishouden, daar zijn afvalprodukten overvloedig kunnen gebruikt worden bij den onderhoud, wasch en strijk. Hij heeft bovendien de groote verdienste ons niet enkel een uitstekend, doch tevens een goedkoop middel ter hand te doen, hetgeen reeds veel beteekent op economisch gebied.

Hij is bovendien vaak onze redplank in oorlogstijd, vermits hij dienen moet om zekere ontbrekende produkten te vervangen.

Uit de studie over den aardappel in oorlogstijd, kunnen we eens te meer opmaken, dat de aardappel een tamelijk hooge voedingswaarde heeft en van zeer groot nut is, vooral tijdens de oorlogsjaren. Dit blijkt vooral uit de menigvuldige oeleinden, waartoe den aardappel aangewend wordt en de gemakkelijkheid waarmede hij zich laat verwerken.

Zooals we hooger zagen is de aardappel niet enkel belangrijk in de voeding van menschen en dieren, maar de afvalprodukten ervan kunnen zeer voordeelig gebruikt worden in de huishoudkunde, geneeskunde en nijverheid. We menen bovendien volgende besluiten te mogen nemen.

De aardappelen met meel tot brood gebakken geven aan dit laatste een goeden smaak, zoolang de aardappelhoeveelheid de helft niet overschrijft.

Het brood snijdt dan nog gemakkelijk en bewaart ook langer versch.

Voor de pistolets geldt hetzelfde als voor het brood.

De uitslag bekomen met rauwe geraspte aardappelen is meer bevredigend dan met gekookte. Het brood er van heeft bovendien een schooner uitzicht.

De kostprijs is merkelijk lager bij gebruik van aardappelen dan zonder.

Alhoewel het brood met aardappelen letwat meer arbeid vraagt, en er hier bij de prijsberekening geen rekening mee werd gehouden, mogen we toch besluiten dat de bekomen uitslagen zeer bevredigend zijn en werkelijk alle aanbeveling verdienen.

Bij het maken van pannekoeken schijnen we met de aardappelen minder goed te lukken. De pannekoeken zijn zeer plakachtig en de

gebruikte hoeveelheid moet tot een minimum herleid worden.

Betere uitslagen bekomen we bij het maken van wafels.

Zoolang de 300 gr. aardappelen niet overschreden worden is den uitslag zeer bevredigend en zelfs zeer goed.

Merken we hier op dat den uitslag bekomen met gekookte aardappelen, minder goed is, dan met rauwe.

De gebakken vervaardigd met aardappelmeel zijn heel licht en vallen niet zoo rap in, als de andere. Ze zijn bovendien zeer smakelijk.

Aardappelen leenen zich ook best tot het vervaardigen van zoetigheden, als pralienen en marsepein. Men kan er heel lekkere pralienen en marsepein mee maken, alhoewel deze laatste minder stijf werden, hierdoor moeilijker bewaarder en min schoon uitzicht hadden bij het opdienen. Dit zijn echter gerechten die min of meer op 't achterplan mogen komen, vooral in oorlogstijd.

Bij de bereiding van aardappelgaletten zijn de bekomen uitslagen zeer goed.

Aardappelknoedels zijn minder lekker en dienen daarom niet sterk aanbevolen te worden.

Aardappelpudding alhoewel zeer smakelijk is een kostelijke bereiding voor oorlogstijd. Deze bereid met beskuit is lekkerder dan deze met ajuin. We moeten nochtans in alle oprechtheid bekennen dat we meer hadden verwacht van den uitslag.

Voor opvlieger van aardappelen, leenen de aardappelen zich goed. Het doet ons denken aan 4:4 gebak, alhoewel het ietwat zwaarder op de maag valt.

Bij het bereiden van aardappelpasteten komen de aardappelen best van pas, alhoewel den uitslag ervan niet moet overdreven worden.

De aardappelsaladen vooral vinden veel bijval, daar ze zeer frisch aanvoelen, in den Zomer, afwisseling brengen in de voeding en tevens voedzaam zijn. Ze verdienen alle aanbeveling en zouden zonder fout door ieder keukenmeid of keukenpiet moeten gekend zijn.

Aardappelomelette is zeer smakelijk en gemakkelijk te bereiden

Voor opgevalde aardappelenvb. met ajuin leenen de aardappelen zich zeer goed, spijtig dat die bereiding eeffens zoo veel werk vraagt

Voor het maken van aardappelkoekjes leenen de aardappelen zich opperbest. Ze zijn zeer fijn en bewaren goed. Een goede manier om aardappelresten te benuttigen is het vervaardigen van een pikant aardappelschotelletje, dat zeer lekker is, doch te weinig gekend door onze menschen.

De sausen vervaardigd met aardappelen zijn goed en een redplank in oorlogstijd, nu er gebrek is aan bindmiddelen. Velen onder U kennen reeds de aardappeltaarten die in eenieders smaak vallen, en toch een goedkoop en tevens voedzaam gerecht uitmaken.

Eierkoeken van aardappelen, alhoewel altijd goed, zijn toch lekkerder met gekookte aardappelen dan met rauwe

De aardappelresten voor pures zijn tamelijk goedkoop, voedzaam en graag gelust, ze hebben een schoon uitzicht, en zijn goed van smaak.

Gerezen aardappeltaart is wel een kostelijk gerecht, maar heeft een schoon uitzicht en is fijn van smaak.

Goede aardappeltaart smaakt lekker en is bovendien zeer voedzaam.

Uit voorgaande kunnen we algemeen besluiten, dat de gerechten, bereid met aardappelen over 't algemeen zeer goedkoop zijn. Ze verdienen dus stellig alle aanbeveling, daar ze bovendien zeer lekker en voedzaam zijn. Het was ons natuurlijk onmogelijk alle proeven te doen. Daarom ware het nu nuttig in dien zin voort te werken, ten

einde de zoo lastige taak van de huisvrouw in oorlogstijd enigszins te verlichten en haar in staat te stellen op een degelijke en goedkope manier te voorzien in de behoeften van haar gesin.

Hoge dit werk enigszins hebben bijgedragen tot de verlichting aan haar taak en verheffing van ons boerenfolk.
