

# Fleischdarstellung in historischen und zeitgenössischen Kochbüchern

Philipp Kropsch, Nick Pulina, Ron Reker

Ruhr-Universität Bochum  
Fakultät für Philologie  
Institut für Germanistik  
HS „Fleisch! Die Poetik des Schlachtens“  
Prof. Dr. Sebastian Susteck  
WS 20/21

# Vier untersuchte Kochbücher!

- Apicius: „De re coquinaria / Über die Kochkunst. Lateinisch/Deutsch“
- Stuber, Hedwig Maria: „ICH HELF DIR KOCHEN“
- Dr. Oetker: „Dr. Oetker Schulkochbuch für den Elektroherd“
- Mälzer, Tim: „Heimat. Kochbuch“

# Apicius: De re coquinaria

- bekanntestes und besterhaltenes Kochbuch der europ. Antike
- Autorschaft nicht mehr klar nachvollziehbar
- Editions-geschichte lädt zu Spekulationen ein
- tendenziell ausgefallene, teure Rezepte – weniger für den Alltagsgebrauch
- auch im Mittelalter noch hoch geschätzt



Abb. 1: Handschrift der „De re coquinaria“ aus dem 9. Jahrhundert n. Chr.

# „INCIP<IT> API<CI> CAE<NA>“

- in zehn Kapitel – s.g. Bücher – aufgeteilt
- von besonderem Interesse im Bezug auf Fleisch:
  - II. Buch: Gehacktes
  - VI. Buch: Geflügel
  - VII. Buch: Der Gourmet
  - VIII. Buch: Der Vierfüßer
  - IX. Buch: Das Meer
  - X. Buch: Die Fischerei
- Rezepte nur skizziert, teilweise nur Produktlisten, keine genauen Beschreibungen des Zubereitungsvorgangs

# Apicius und das Fleisch

- Verarbeitete Tiere:
  - (Wild-)Schwein (und Ferkel), Hirsch, Reh, Rind (und Kalb), Huhn, Kaninchen, Hase, Schaf (und Lamm), Ziege (und Zicklein), Siebenschläfer
  - Sardelle, Dorsch, Meerbarbe, Stockfisch, Scholle, Seebarsch, Zitterrochen, Thunfisch, Wels, Aal, Muräne, Qualle, Seeigel, Schnecke, Auster, ‚Lazarusklappern‘ (Stachelaustern)
  - Grasmücke, Drossel, Wachtel, Strauß, Kranich, Ente, Rebhuhn, Taube, Pfau, Fasan, Gans, Flamingo, Papagei
- Innereien werden auch verwendet, besonders beliebt:  
„cerebella“ - „Hirnchen“ und Leber

Exemplarische Rezepte:

„Haedus sive agnus syringatus [id es mammotestus]“

*„Zicklein oder Lamm, das noch an der Mutter saugt: Es wird sorgfältig von der Gurgel her ausgebeint, sodass es wie ein Schlauch wird, dessen Därme werden ausgeleert, sodass sie ganz bleiben, indem in das obere Ende hineingeblasen und durch den After der Kot ausgeleert wird. Sie (die Därme) werden sorgfältig mit Wasser gewaschen und so unter Zumischung von Liquamen gefüllt, dann wird es von den Schultern her zugenäht und in eine Backpfanne gegeben. Wenn es gar ist, wird eine kochende Sauce darübergegossen: Milch, gemahlener Pfeffer, Liquamen, Caroneum, ein wenig Defrutum ebenso wie Öl, und wenn sie schon aufkocht, gib Speisestärke dazu.“ (S. 141)*

## Exemplarische Rezepte: „Coleas lacte pastas“

*„1. Mit Milch gemästete Schnecken: Nimm Schnecken, tupfe sie ab und nimm den Verschlussdeckel (?) weg, damit sie herauskommen können. Gib sie am ersten Tag in ein Gefäß mit Milch und Salz, an den übrigen Tagen nur in Milch und entferne stündlich den Kot. Wenn sie gemästet sind, sodass sie sich nicht mehr zurückziehen können, frittiere sie in Öl. Gib Oenogarum dazu. Ähnlich können sie auch mit Fleisch (oder Brei?) gemästet werden.*

[...]

*4. Schnecken auf andere Art: Gib sie lebend in Milch mit Weizenmehl. Sobald sie gemästet sind, koche sie.“ (S. 131)*

## Exemplarische Rezepte:

„In grue, in anate vel in pullo“

*„Für Kranich, Ente oder Hähnchen: Pfeffer, getrocknete Zwiebel, Liebstöckel, Cumin, Selleriesamen, Pflaumen oder entsteinte Damaszenerpflaumen, Most, Essig, Liquamen, Defrutum und Öl und koche den Kranich. Während du ihn kochst, soll der Kopf nicht ins Wasser eintauchen, sondern außerhalb des Wassers sein. Wenn er gar ist, hülle den Kranich mit einem heißen Leinentuch ein und reiße seinen Kopf ab. Mit den Sehnen wird fortgefahren, sodass das Fleisch beziehungsweise die Knochen zurückbleiben. Mit den Sehnen kann man ihn nämlich nicht verspeisen.“ (S. 95ff.)*

# Beobachtungen

- kaum Euphemisierung, Verdrängung oder Verfremdung des toten Tiers
  - > Kranich bleibt ganz, Lamm wird ‚ausgeblasen‘, bei den Schnecken fällt sogar das Wort „lebend“ (allerdings einzige Tötung im Buch)
  - > zweifache Erwähnung von Kot -> Zeichen des Lebens, eigentlich abschreckend, hier aber ganz selbstverständlich im Rezept erwähnt
  - > keine Emotionalisierung des Tieres, es ist Fleischlieferant, sonst nichts
  - > allerdings einige Gerichte mit Hackfleisch -> totes Tier unkenntlich gemacht
- Garum/Liquamen (Fischsoße) in ca. 98% der Rezepte
- Tier wird komplett verwendet
- Muscheln sind Pflanzen oder können zumindest im Garten angebaut werden
- Kompetenz im praktischen Umgang mit Fleisch wird vorausgesetzt
- Flamingozungen, gefüllter Siebenschläfer und Jungsau-Gebärmutter weit weg von Alltagskost
  - > zeugt jd. von starker Auseinandersetzung mit dem Produkt, Essen ist nicht nur Lebenserhaltung, sondern auch Genuss
  - > Verfügbarkeit der tierischen Produkte wird nicht thematisiert

Hedwig Maria Stuber:  
***ICH HELF DIR KOCHEN***

- 1955 -

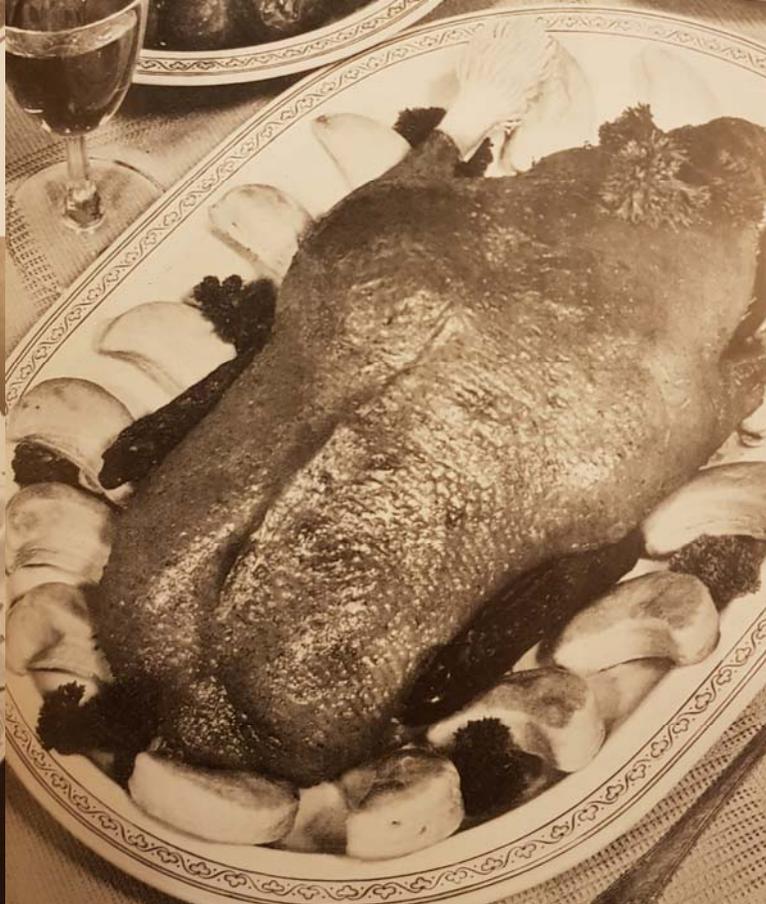
# Hedwig Maria Stuber: *„Ich helf Dir kochen –*

*„liebe Hausfrau in Stadt und Land, denn ich weiß, daß Du heute kaum noch Zeit hast, Dir täglich von neuem den Kopf darüber zu zerbrechen, was auf den Tisch des Hauses kommen soll“ (Innenumschlag)*

- Autorinnenduo bestehend aus Maria Huber & Hermine Hedwig Stumpf
- Adressatin: die Hausfrau
- Fokus: alltägliche Hausmannskost, preiswertes Arbeiten, Sparsamkeit und ‚moderne‘ Zubereitungstechniken
- über 1.000 Rezepte
- bereits erste Verweise auf Ernährungswissenschaft

# Hedwig Maria Stuber und das Fleisch

- „Das Fleisch enthält sehr wertvolle Eiweißstoffe, die für den Aufbau des menschlichen Körpers von großer Bedeutung sind. [...] Da aber Fleisch ein verhältnismäßig teures Nahrungsmittel ist, sollte es nur wohl überlegt und mit Sorgfalt eingekauft werden“ (S. 54)
- „Was ich mir merken muß: *Beim Einkauf nicht an der Qualität des Fleisches sparen! Gutes Fleisch hat kürzere Garzeit.*“ (S. 55)
- insgesamt viele Rezepte mit Fleisch, allerdings auch zahlreiche vegetarische, vegane kaum zu finden



# Exemplarische Rezepte: Vorbereitung von Hausgeflügel

*„Nach dem Schlachten wird der blutige Kopf mit Papier umwickelt und das Tier sofort gerupft, solange es noch warm ist. Hernach sengt man es über einer offenen Flamme rasch ab und entfernt die Stoppeln mit einem spitzen Messer. Kopf, Füße und Spitzen der Flügel werden abgehackt. Durch die Halsöffnung nimmt man Kropf, Speise- und Luftröhre heraus. Zum Ausnehmen liegt das Tier auf dem Rücken, so daß oberhalb des Darmausgangs ein Einschnitt bis zum Brustbein gemacht werden kann. Durch diese Öffnung sind mit Zeige- und Mittelfinger die Eingeweide zu entfernen. Dabei ist darauf zu achten, daß die an der Leber hängende Gallenblase nicht verletzt wird, da das Fleisch sonst bitter schmeckt. Bei fetten Tieren das Darmfett ablösen und auslassen. Galle, Lunge und Gedärme wegwerfen; den Magen aufschneiden, das Innere nach außen drehen und abziehen. Vom Kopf die Augen ausstechen und den Schnabel abhacken, den Darmausgang abschneiden und bei sehr fetten Tieren das hintere Fett entfernen und auslassen. Hals, Flügel und Innereien werden zu ‚Gans- und Entenjung‘ verwendet. Leber, Magen und Herz können auch zur Fülle verarbeitet werden.“ (S. 80f.)*

Exemplarische Rezepte:

Beschaffung und Vorbereitung eines Flussfisches

*„Flußfische kauft man meist lebend, lässt sie aber vom Händler töten. Muß man es selber machen, schlägt man die Fische in ein Tuch ein, versetzt ihnen mit dem Fleischklopfer einen kräftigen Schlag auf den Kopf und sticht dann hinter dem Kopf in die weiche Stelle ein.“ (S. 100)*

# Beobachtungen

- (Haus-)Frau wird nicht als zartes, zerbrechliches Wesen dargestellt, sondern auch mit den unschön anmutenden Tätigkeiten der Fleischverarbeitung konfrontiert
- Prozesse der Fleischverarbeitung sind rational und nicht besonders hervorgehoben beschrieben
- Abbildungen im Buch sind klar inszeniert, Fleisch im Mittelpunkt  
-> Bebilderungen der Fleisch-Kapitel zeigen ‚glückliche‘ Tiere
- Fleisch als etwas Besonderes und Wertvolles  
-> Tierwohl spielt dabei keine Rolle, es geht um Preis und Geschmack  
-> Tier bleibt Fleischlieferant, keine emotionale Bindung
- kaum Euphemismen oder Verfremdungen im Bezug auf Fleisch  
-> die Nutzung von Hack wahrscheinlich eher aufgrund des Geschmacks
- Fleisch erhält in Form von „Süße(r) Sülze“ auch Einzug in die süßen Nachspeisen
- fast das ganze Tier wird verwendet (Innereien, Felle, Knochen)
- viele vegetarische Rezepte, oft mit Hinweise, wie sie ‚verfleischt‘ werden können
- Milch nimmt besonderen Stellenwert in der Ernährung ein: wird immer mit bestimmtem Artikel „die Milch“ genannt

# Dr. Oetker Schulkochbuch. Für den Elektroherd, Bielefeld 1960.

Bearbeitet von der Versuchsküche der Firma Dr. August Oetker Bielefeld



- Erste Ausgabe im Jahr 1911
- 19 Millionen verkaufte Exemplare
- Laut dem Dr. Oetker Verlag das erfolgreichste Kochbuch des 20. Jahrhunderts.

# Kleine Ernährungslehre I

- Hauptnahrung nach Gebieten:
  - Hoher Norden: Robben und Fisch
  - Asien: Reis und Milch
  - Südamerika: Fleisch und Rinder
- In Kalorien wird der Brennwert von Holz, Kohle, Benzin, Öl, Brot und Fleisch gemessen. (Gemüse nicht?)
- Wertigkeit von Eiweiß aus Fleisch höher als von Bsp. Erbsen
  - Milcheiweiß = Wertigkeit 100; Fleisch- und Eiereiweiß = 90 – 100
  - Bohnen und Maiseiweiß bei 30

# Kleine Ernährungslehre II

- Durch Tierversuche wurde festgestellt: Tiere bekommen durch Verfütterung von Cholesterin krankhafte Veränderungen der Arterien.
- → „Beim Menschen ist es aber nicht so, daß die Arteriosklerose um so schwerer und ausgedehnter auftritt, je mehr Cholesterin das Blut enthält. Man kann deshalb die Entwicklung arteriosklerotischer Krankheitserscheinungen nicht dadurch hemmen oder gar verhüten, daß man seine gewohnte Butter- oder Speckportion durch Pflanzenfette ersetzt, die größtenteils aus mehrfach ungesättigten Fettsäuren bestehen.“ (S. 14)
- → Heute wissenschaftlich erwiesen, noch keine Langzeitstudien 1960

**Nährstoffgehalt von Nahrungsmitteln.** Der genießbare Teil von 100 g eingekauftem Nahrungsmittel enthält: **Tabelle 1**

	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate	Kochsalz	Calcium	Axero-phthol	Thiamin	Ascorbinsäure	Kalorien	Wasser
	g	g	g	g	mg	i.E.	mg	mg		
Rindfleisch, mager	22	6	—	0,2	11	—	0,10	0	146	60
Heringsfilet	18	18	—	1,0	12	1300	0,05	—	241	73
Hühnerei	12	11	1	0,2	54	1140	0,10	+	156	74
Vollmilch	3,3	3	5	0,2	112	100–160	0,05	1,0	62	87
Magermilch	4	—	5	0,2	123	+	0,05	1,0	37	87
Butter, Sommer	1	80	1	1,0	20	3300	+	—	752	16
Hartkäse, 20% Fetti. T.	36	10	3	2,0	1200	180	+	1,0	255	34
Roggenvollkornbrot	7	1	48	0,6	35	—	0,15	—	235	37
Graubrot (Mischbrot)	7	1	52	0,2–0,6	72	—	0,15	—	251	37
Brötchen	7	1	50	0,2–0,7	15	—	0,05	—	245	36
Haferflocken	14	7	67	0,1	90	—	0,60	—	395	10
Nudeln	10	1	76	0,1–1,0	22	—	0,10	—	360	9
Kartoffeln m. Schalen	2	—	16	0,1	11	20	0,10	15,0	75	78
Reis, poliert	7	1	79	—	24	—	0,05	—	360	12
Linsen	25	1	60	0,1	59	570	0,55	5,0	360	10
Grünkohl	2	—	5	0,1	225	7540	0,10	115,0	29	92
Möhren	1	—	7	0,1	39	12000	0,05	4,0	33	89
Spinat	2	—	1	0,2	81	9420	0,10	59,0	12	92
Tomaten	1	—	3	0,1	11	1100	0,05	23,0	16	94
Äpfel	0,4	—	13	—	6	90	0,05	5,0	57	84
Apfelsinen	0,6	—	9	—	33	190	0,10	49,0	42	87
Bananen	1,0	—	20	—	8	430	0,05	10,0	86	74
Johannisbeeren, rote	1,3	—	7	—	36	120	0,05	36,0	41	84

+ = Nährstoff ist nur in Spuren enthalten  
 O = es liegen keine genauen Analysen vor

— = Nährstoff ist in dem Nahrungsmittel nicht enthalten  
 i.E. = internationale Einheiten

(n. Wirths)

# Der Nahrungsbedarf

- „Man soll möglichst jeden Tag tierisches Eiweiß, Gemüse und Obst zu sich nehmen“
- Ausnutzung der Eiweißstoffe, Fette und Kohlenhydrate durch den menschlichen Körper bei tierische Nahrungsmitteln 95-98%, pflanzliche Eiweißstoffe 76%, Fette 72%, Kohlenhydrate 95%
- Keine Erwähnung von Ballaststoffen, welche in pflanzlichen Nahrungsmitteln vermehrt vorkommen
- Es wird immer Rindfleisch als Standard herangezogen, nie Schweinefleisch
- Ernährungsstudien der 50er Jahre aus den USA als Quelle

# Mengenangaben

Bei den folgenden Angaben handelt es sich um Durchschnittsmengen, die jede Hausfrau auf Grund ihrer Erfahrung für die besonderen Verhältnisse ihrer Familie abändern muß. Bei der Veranschlagung des Kostmaßes sind Alter, Berufsarbeit, Gewöhnung und Veranlagung der einzelnen Personen zu berücksichtigen. Im allgemeinen legt man folgende Mengen für eine Person und Mahlzeit zugrunde:

$\frac{1}{4}$  l Suppe als Vorgericht,  
 $\frac{1}{2}$  l Suppe als Hauptgericht,  
 $\frac{1}{10}$  –  $\frac{1}{8}$  l Soße,  
100 – 125 g Fleisch ohne Knochen,  
125 – 150 g Fleisch mit Knochen,

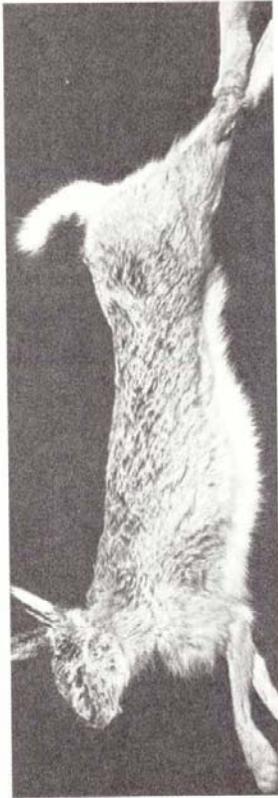
250 g Fisch mit Kopf,  
150–200 g Fischfilet,  
200–250 g Gemüse,  
250 g Kartoffeln,  
125 g frisches Obst, 60 g Backobst.

## Mengenangaben

# Bildliche Darstellung von Fleisch

- Fleischgerichte werden im Gegensatz zu vegetarischen Speisen selten bildlich dargestellt.
- Keine in der späteren Literatur häufigeren Darstellungen von Steaks bzw. rosa gebratenem Fleisch.
- Bezug zum Tier zeigt sich stärker.





## WILD UND GEFLÜGEL

Darstellung eines unverarbeiteten toten Hasen zur  
Eröffnung des Kapitels.

Wild und Geflügel wird als “Diät- und Krankenkost”  
beschrieben.

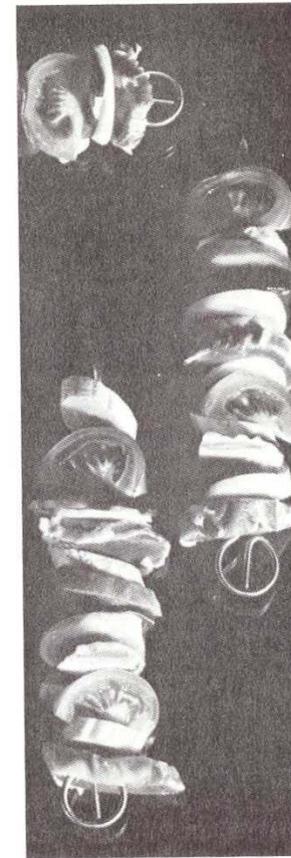
Wildfleisch ist nicht nur für Jäger eine beliebte Delikatesse und  
willkommene Abwechslung auf dem Speisezettel! Während man  
es früher nur zu der jeweiligen Jagdzeit kaufen konnte, wird es  
heute, tiefgekühlt, das ganze Jahr über in hervorragender Quali-  
tät angeboten.

Geflügel war noch vor gar nicht langer Zeit fast ausschließlich  
der Festtagstafel vorbehalten. Heute ist das Angebot – frisch oder  
tiefgekühlt – so groß, daß Geflügel immer häufiger auf dem  
Mittags- und Abendbrottisch erscheint.

Fettarmes Wild und Geflügel sind leicht verdaulich und darum  
auch für Diät- und Krankenkost besonders gut geeignet.

# Das Grillen

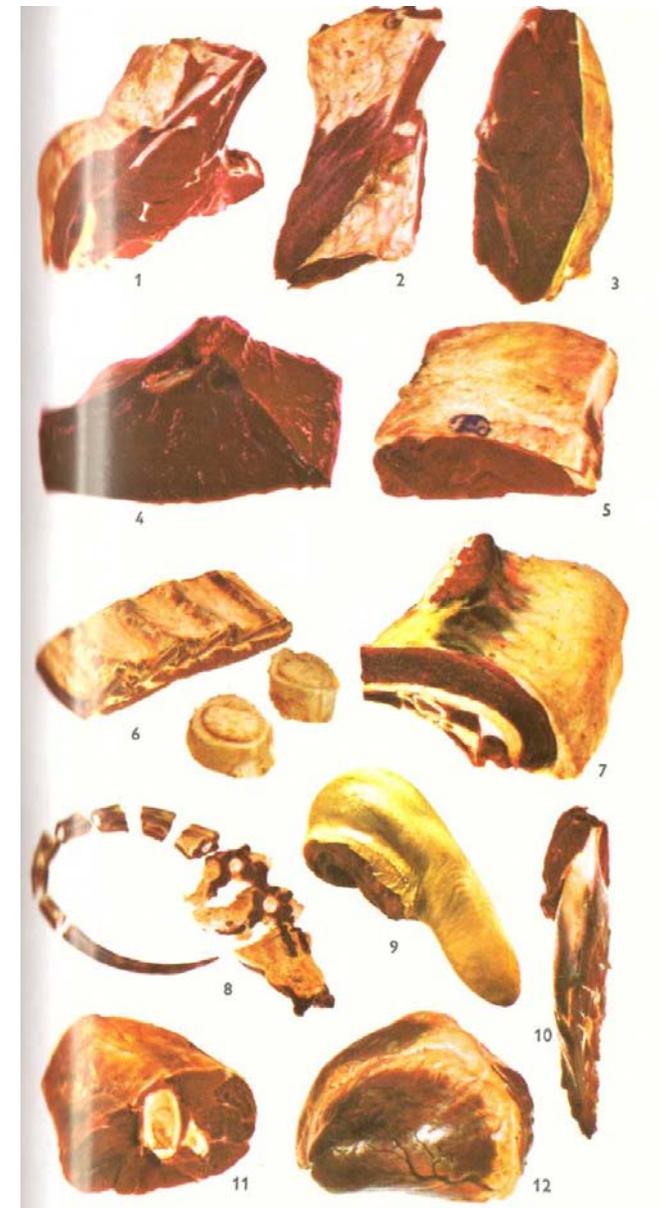
- Das Grillen als gesellschaftliches Ereignis wird im Laufe der 1960er Jahren immer beliebter.
- Zwei DIN A4 Seiten mit insgesamt 8 Gerichten; insgesamt über 200 Gerichte im gesamten Kochbuch.



**GRILL-  
GERICHTE**

Das Grillen und Überbacken von Fleisch-, Fisch- und anderen Gerichten gewinnt immer mehr an Beliebtheit. Das liegt nicht nur an der kurzen Zubereitungszeit, sondern auch vor allem daran, daß mit sehr wenig oder ganz ohne Fett gegrillt und viel sparsamer gewürzt werden kann. In weit höherem Maße als beim üblichen Backen, Braten oder Dünsten behalten alle Grillgerichte deshalb ihren Eigengeschmack, sind also besonders delikat und zugleich sehr gut für Diätkost geeignet.

- Verwendung größerer Teile des Tieres, wie beispielsweise Innereien



RIND

1. Hochrippe
2. Bauchlappen (Nabelstück)
3. Hüfte
4. Leber
5. Roastbeef
6. Querrippe mit Markknochen (Suppenfleisch)
7. Brustkern
8. Schwanz
9. Ochsenzunge
10. Filet (Lende)
11. Haxe (Wade)
12. Herz

## HAMMEL



1. Bug

2. Keule, gelöst  
(Schloßknochen)

3. Brust (vergrößert)

4. Rücken

5. Nieren  
(vergrößert)

6. Filet (vergrößert)

7. Bug (gerollt)

- Hammel: Männliches Schaf, welches ca. im Alter von 2 Jahren geschlachtet wird

- Wesentlich günstiger als Lammfleisch, aber kräftiger im Geschmack

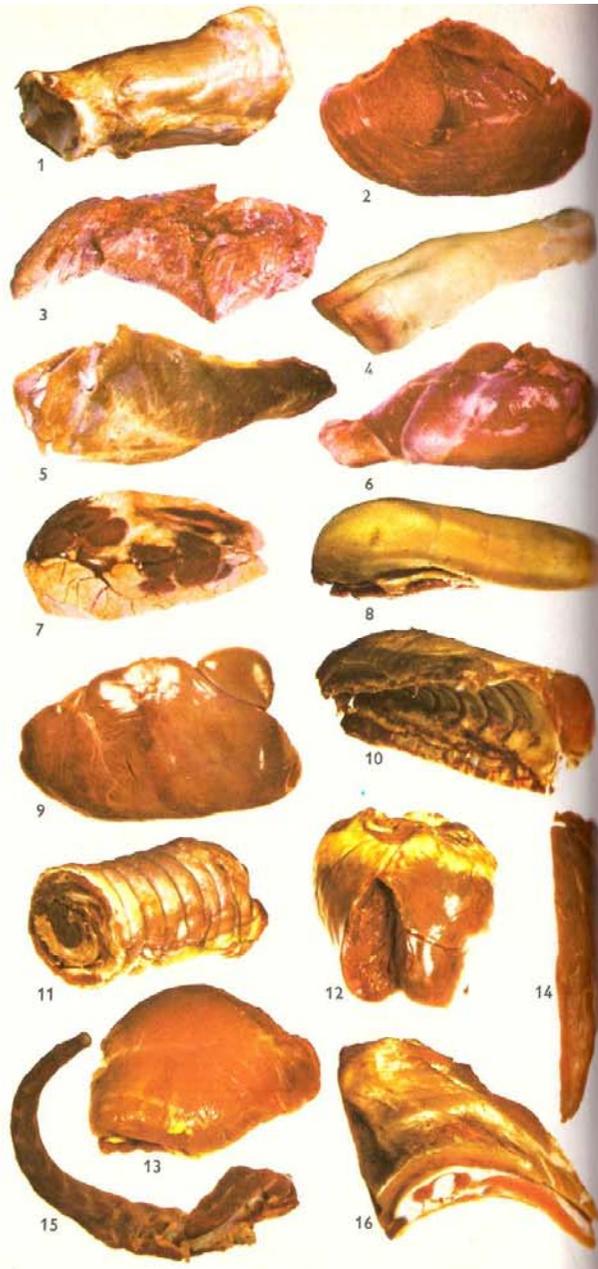
→ Günstiger Import von Hammelfleisch aus den USA

- Lammfleisch wurde durch die hohe Nachfrage günstiger

→ Hammel kaum mehr in aktuellen Kochbüchern zu finden

## KALB

1. Haxe
2. Großes Schnitzelstück (Oberschale)
3. Lunge
4. Fuß
5. Fricandeau (Unterschale)
6. Nuß
7. Niere
8. Zunge
9. Leber
10. Rücken (Kotelettstück)
11. Nierenbraten (gerollt)
12. Herz
13. Kleines Schnitzelstück (Huft)
14. Filet (Lende)
15. Schwanz
16. Brust (Spitze)



## SCHWEIN

1. Schweinebraten mit Schwarte (aus der Keule)
2. Schärippchen (frische)
3. Kotelettstück
4. Haxe (frische)
5. Filet (Lende)
6. Kamm
7. Bauch
8. Brust (Füllrippe)
9. Leber
10. Herz
11. Niere
12. Zunge



# Fazit

- Es zeigt sich die Darstellung von Fleisch als durchweg positives Nahrungsmittel.
- Neue medizinische Studien bezüglich des Cholesterins und der Arteriosklerose werden als unwahr abgetan.
- Der Konsum von Hammel hat sich durch die Steigerung der weltweiten Lammfleischproduktion stark verringert, was sich im Kochbuch widerspiegelt.
- Es werden häufiger Innereien für Gerichte verwendet und diese roh bildlich dargestellt.

Tim Mälzer:  
*Heimat. Kochbuch.*

- 2014 -

# Tim Mälzer: *Heimat. Kochbuch*

- Tim Mälzer: TV-Koch, Bestseller-Autor von Kochbüchern, Restaurantchef
- eine kulinarische Deutschlandreise
  - > Was macht die deutsche Küche aus?
  - > Wer sind die Produzent\*innen der verarbeiteten Produkte?
  - > Woher stammen welche Produkte?
  - > gemeinsame nationale Identität durch Esskultur?
- starker optischer Fokus im Buch

# Beleuchtung der Herkunft

- mehrerer Texte unterschiedlicher Länge, die ausgewählte Produzent\*innen und Produkte beleuchten:
  - A. „Flüsse, Teiche, Meer und Seen – Wo Fischers Fritz die frischesten Fische fischt“
  - B. „Fleisch und Glückliche Schweine“
  - C. Kommentar zum Verzehr von Innereien

## „Flüsse, Teiche, Meer und Seen – Wo Fischers Fritz die frischesten Fische fischt“ (S. 106ff.)

- direkte Verknüpfung von Produkt und Produzent
- idyllische Ortsbeschreibung
- Verweis auf (Familien-)Tradition
- Regionalität wird mehrfach herausgestellt
- Deutschland als Land der Fischesser
- Photographien vermitteln Geselligkeit und einen ‚persönlichen‘ Umgang mit den Tieren



# „Fleisch und glückliche Schweine“ (S. 130ff.)

- „Deutschland ist berühmt für seine Fleisch- und Wurstküche: Große Braten, saftige Schnitzel und vor allem eine schier unerschöpfliche Vielfalt an Schinken und Würsten prägen die deutsche Küchenkultur seit den Wirtschaftswunderjahren“ (S. 130)  
-> Deutschland eine Fleischnation
- Geschichte des reuigen Fleischfabrikanten, der sich spät zum Tierwohl hinwendet  
-> Betonung des Persönlichen  
-> „Konzept der symbiotischen Landwirtschaft“ (S. 131)  
-> „Schweine galoppieren sprichwörtlich durch saftige Wiesen [...], alte Hühnerrassen picken Körner und Würmer und einem schönen Leben auf dem Hof und in der Natur folgt die respektvolle Schlachtung der Tiere, ohne Stress, beinahe unbemerkt, achtsam.“ (S. 131)
- zahlreiche Verweise auf Bio-Fleisch, Tradition und Wert des Handwerks
- Fotos zeigen vermeintlich glückliche Schweine neben Schlachtwerkzeugen, Würsten und Schweinehälften an Fleischerhaken

# Kommentar zum Verzehr von Innereien (S. 155)

- „**Halt! Nicht gleich weiterblättern**, Sie verpassen was!“ (S. 155)
- „Innereien hatte eine lange Tradition in Deutschland, bis uns ein gewisser Grundwohlstand zu reinen Filet-Essern werden ließ“ (S. 155)
- Innereien als „innere Werte eines Tieres“ (S. 155)
- Verzehr von Innereien als Philosophie (Fergus Henderson: „Nose to Tail Eating“)
- Charakterisierungen und Zubereitungstipps der einzelnen Organe
- großformatige Fotografie zeigt Herz im Fokus, alles andere verschwimmt
- darauf folgen vier Rezepte mit Innereien

# Bibliographie

- Apicius: „De re coquinaria / Über die Kochkunst. Lateinisch/Deutsch“, übers. v. Robert Maier, Ditzingen 2018.
- Dr. Oetker: „Dr. Oetker Schulkochbuch für den Elektroherd“, Bielefeld 1960.
- Henderson, Fergus: „Nose to Tail Eating“, London 2004.
- Mälzer, Tim: „Heimat. Kochbuch“, München 2014.
- Stuber, Hedwig Maria: „ICH HELF DIR KOCHEN“, München 2018.