

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 46 (1942-1943)
Heft: 8

Artikel: Welches Brot essen die Völker
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-667498>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 23.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Sack als eine Feder oder einen Maien auf dem Hut!"

Von armen Leuten heißt es mitleidig, sie haben „mehr Kinder als Brot...“, ebenso mitleidig sagt man aber von reichen, jedoch kinderlosen Leuten, sie haben „mehr Brot als Kinder“. Brot gilt als Sinnbild der Nahrung überhaupt, als Sinnbild des Bestehens im täglichen Leben. Man sagt „sein Brot verdienen“ oder „sein Brot mit andern teilen“. Von einem Menschen, der sehr streng arbeiten muß, nicht zuletzt vom Bauern, heißt es: „Der weiß, woher das Brot kommt!“ Andere Menschen haben es besser, sie können „ung'orget's Brot" essen. Faulen Leuten sagt man: „Am Schatten sitzen bringt kein Brot!"

Es heißt, nach dem durchschnittlichen Brotverbrauch könne man auf den Stand eines Volkes schließen. Gewiß! Noch mehr aber erkennt man den Charakter eines Volkes nach seiner Einstellung zum Brot. Die Berner sagen, guten Menschen müsse man noch mehr Sorge tragen als dem Brot. Die Spanier haben das schöne Wort: „Der und der ist ein guter Mensch... und verdadero pedazo de pan" ... ein rechtes

Stück Brot!" Für den Bauern und auch noch für die meisten wohlgesinnten Städter gibt es keine größere Untat als die, mit dem Brot liederlich umzugehen. Man versteht die Mutter, welche es nicht leiden kann, wenn das Brot so heruntergefäbelt wird, daß es nachher aussieht „wie von den Mäusen angefreffen". Man begreift den Bauern, der mit dem Finger bedächtig jeden Brosamen vom Tisch nimmt... er weiß die Früchte seiner eigenen Arbeit wohl zu schätzen! Man beobachte einmal Mutter, Tochter oder Magd, wenn sie nach dem Essen den Tisch abräumen! Was tun sie mit den Brosamen und Brösmeli! Wissen sie, daß nichts vergeudet werden darf? Hoffentlich... denn nicht umsonst sagt das Sprichwort „Es Brösmeli, wo uf em Bode lht, lueget nün Mal ume, ob's niemert well uflese!"

Doch halt! ... Wo ist die Mutter? Sie steht vor dem Backofen. Etwa zwei Stunden sind vorbei, und die Brote können herausgezogen werden. Während die Mutter mit einer nassen Bürste die Laibe abwäscht und zu Glanz bringt, sagt sie strahlend: „Mer händ höch's Brot! Es hät schier der Dse-n-abglupft!"

M. G.

Photos: Willy Haller, Zürich

Die Frucht

Lange hast du mit dem schweren
Haupt im Winde dich gewiegt,
Blasses Gold der vollen Aehren,
Das sich heut zur Garbe fügt.

Hast du nicht auf hartem Lande
Oft dein herbes Los beklagt?
Hast du nicht im Sonnenbrande
Um die künftige Frucht gezagt?

Doch vorüber zog der Nächte
Wie der Tage bange Flucht:
Und gereift ist doch die rechte
Segensreiche, milde Frucht.

Hermann Kletke

Welches Brot essen die Völker?

Das Brot ist unser wichtigstes Nahrungsmittel, aber nicht alle Völker der Erde kennen das Brot in unserer Form. Klima und Bodenbeschaffenheit verhindern oft den Anbau des Brotgetreides, und man sah sich genötigt, etwas anderes zu finden, was man unter dem Begriff des Brotes zusammenfaßt.

Im hohen Norden, zum Beispiel bei den Lapen, Samojeden und Jakuten, dort wo den größten Teil des Jahres rauhe Schneestürme wehen, kann weder Weizen noch Roggen gedeihen. Nur silberglänzende Flechten kleben an dem grauen Felsgestein oder ringen sich an geschützten Stellen unter der Schneedecke ans Tageslicht. Dieses Is-

ländische Moos in mannigfaltiger Zubereitung muß jenen armen Naturvölkern unser tägliches Brot ersetzen.

Noch weiter nach Norden hinauf, in den ewigen Eisgebirgen der Eskimos, kennt man auch diese Pflanzenkost als Brot nicht mehr. An dessen Stelle tritt der dauernde Genuß dessen, was die Tiefe des Meeres birgt: der Fisch. Dort aber, wo die Tropensonne ihre glühende Kraft auf die Erde niedersendet, wo eine warmfeuchte Atmosphäre zu Boden schlägt, ihn durchdringt und befruchtet, bietet die Natur in unerschöpflichem Maße ihre Gaben. In Afrika, in Mittelamerika und neuerdings auch in Zentralamerika, ist es vorzugsweise eine Frucht, die das tägliche Brot ersetzt. Es ist die Banane. Ihr köstlicher Geschmack, der hohe Nährwert und die vielseitige Verwendbarkeit haben sie zu einem unentbehrlichen Lebensmittel der Eingeborenen gemacht.

In Kamerun gewinnen die Eingeborenen aus diesen Früchten das sogenannte Bananenbrot, das sehr gesund und nahrhaft ist.

Den Oasenbewohnern Nordafrikas und ostwärts bis zur Grenze Persiens ist eine andere Frucht zum täglichen Brot geworden. Es ist die Dattel. Manche arabische Stämme bauen zwar

Getreide an, aber das Brot spielt bei ihnen noch lange nicht jene Rolle wie in Europa. Im Mittelpunkt der Ernährung steht die Dattel, die getrocknet auch als Reisefkost auf die Wüsten- und Karawanenzüge mitgenommen wird.

Anderen Tropenbewohnern, namentlich denen der Südseeinseln, ersetzt die Kokospalme und Sagopalme das tägliche Brot. Im malaischen Archipel bereiten die Eingeborenen aus dem Mark des Sagos das sogenannte Sagobrot; getrocknet hält es sich jahrelang. Ein einzelner Baum liefert etwa 1800 Brote, die sechs Zentner wiegen und einen Menschen ein ganzes Jahr lang ernähren können.

Den meisten Asiaten der heißen Zone jedoch ist der Reis das wichtigste Nahrungsmittel. Millionen von Menschen bildet er das tägliche Brot, und eine Mißernte verursacht schwerste Hungersnot. Von allen Getreidearten enthält der Reis das meiste Stärkemehl, nämlich 80—90 Prozent. Den hohen Wert dieser Frucht erkennend, versuchte man in verschiedenen Ländern der warmen Zone den Reisanbau zu betreiben, was auch in den Mittelmeerländern gelang. Die Reiskultur spielt heute dort eine hervorragende Rolle.

Dr. P.

Verhinderte Nachricht

Es herrschte angenehme Dämmerung in dem kleinen Raum, in welchem Frau Olga sich zum Brieffschreiben niedergelassen hatte. Nur gerade da, wo der zierliche Schreibtisch stand, fiel durch das weit offene Fenster das milde Licht des Herbsttages herein. Zitternde Strahlen spielten auf dem noch weißen Briefbogen und huschten von da in das von leichten Silberfäden durchzogene Haar der Frau.

Sie hielt die Feder in der Hand und blickte auf das Papier, das so einladend vor ihr lag; sie setzte hie und da die Spitze der Feder an und wich unwillkürlich wieder zurück, wie in halbem Erschrecken, sie möchte mit dem ersten Wort, das sie niederschreiben würde, etwas Unwiderbringliches zerstören. „Geschriebenes Wort besteht“, ging ihr durch den Kopf. Ja, wie seltsam, daß mündliche Verbindung so leicht und unbeschwert bleibt,

während sie zum Zwang werden kann, wenn ihr durch das „Schwarz auf Weiß“ Gewicht gegeben wird.

Sollte sie es nun wirklich tun, nachdem sie sich so lange davor gescheut hatte? Nachdem sie so lange den schönen Zustand des Unausgesprochenen hatte genießen dürfen? Warum eigentlich wollte sie diesem ein Ende setzen? Es bestand keine Pflicht dazu. Und doch, seit einiger Zeit ließ es ihr keine Ruhe mehr. Sie wußte genau seit wann: seit ihre Tochter aus dem Ausland heimgekehrt war. Edith war noch ein Kind, ein frohes, unbeschwertes, das alles, was die Mutter tat, als richtig und unumstößlich hinnahm; aber auf einmal hatte doch Frau Olga die unbestimmte Empfindung, es sei etwas nicht mehr ganz klar in der seelischen Verfassung ihres Töchterchens. Woher die kaum merkliche Verstimmung kommen