

<b>Zeitschrift:</b>	Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
<b>Herausgeber:</b>	Pestalozzigesellschaft Zürich
<b>Band:</b>	48 (1944-1945)
<b>Heft:</b>	8
 <b>Artikel:</b>	Rezepte für die Hausfrau : wie man mit wenig und doch gut sich einen Kuchen backen tut
<b>Autor:</b>	[s.n.]
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-665821">https://doi.org/10.5169/seals-665821</a>

### **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:** 06.02.2026

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

# Rezepte für die Hausfrau

*wie man mit wenig und doch gut  
sich einen Kuchen backen tut*

## Teigwaren-, Goldhirse- oder Reissalat:

Teigwaren, Hirse oder Reis in Salzwasser weichkochen (nach Belieben Gemüsewürfeli beigeben). Wasser abschütten und zu einer Suppe aufbewahren. Die noch lauwarne Speise mit einer guten Salatsauce vermengen. Diese Gerichte sind besonders im Sommer geeignet. Teigwarensalat läßt sich sehr gut mit gekochten Kartoffelscheiben strecken.

## Salatsauce (Mengen für eine Person):

1—2 Eßl. Essig, 1 Kaffee, Öl, 2 Eßl. Öl-Ersatz (nach Auswahl: Milch, Sauermilch, Quark, konzentrierte Gemüse- oder Fleischbrühe oder etwas aufgelöstes Trockenvolleipulver),  $\frac{1}{2}$  fein geschnittene Zwiebel, etwas Senf und Salz. Alles sehr gut mischen, gekochte und rohe Salate damit mengen, oder in einem kleinen Fläschchen mitgeben.

## Geriebener Teig für Kuchen und Kräpfli (Mengen für vier Personen):

100 g gesottene Kartoffeln vom Vortag, 200 g Mehl, 50 g Fett, knapp  $\frac{1}{4}$  dl Wasser, Salz. Die Kartoffeln an der Bircherraffel reiben und zusammen mit den übrigen Zutaten einen geriebenen Teig herstellen. Bei schwerem Belag ist es von Vorteil, den Teig kurz blind zu backen.

## Kuchenteig mit etwas Hefe (Mengen für vier Personen):

125 g Kartoffeln, 125 g Vollmehl, 10 g Hefe, 1 Kaffee, Zucker, 2 Eßl. (50 g) Öl oder 2 gestrichene Eßl. Fett,  $\frac{1}{2}$  Kaffee, Salz, 1—2 Eßl. Wasser.

Kartoffeln vom Vortag fein verreiben und mit dem Mehl mischen, an die Wärme stellen. Die Hefe mit Zucker oder mit 1—2 Eßl. Milch und etwas Mehl zu einem Vorteiglein anrühren. Den Vorteig mit Mehl, Öl, Salz und Wasser zu einem weichen Teig kneten. An der Wärme aufgehen lassen und vorsichtig auswalten, da der Teig sehr zart ist.

## Gesalzener Kartoffelkuchen (Mengen für vier Personen):

12—16 mittelgroße Kartoffeln, 3 dl Milch, 3—4 dl Kartoffelwasser, Salz, eventuell Muskat, 100 g Käse oder 2 Cervelats.

Aus den Kartoffeln, der Milch und dem Kartoffelwasser einen Stock zubereiten. Mit Salz, eventuell etwas Muskatnuß, würzen. Den Käse oder die Cervelats in Würfeli schneiden und unter den Kartoffelstock mengen. Das eingeweichte Trockeneipulver zur Masse geben und diese in ein befestigtes und mit Brösmeli ausgestreutes Blech geben und bei mittlerer Hitze backen. Kann auch erkaltet mit Salat gegessen werden.

## Falscher Streußelkuchen mit Kartoffeln (Sehr sättigend; Mengen für vier Personen):

250 g Schalenkartoffeln, 250 g Mehl, 150 g Zucker, 1 Eßl. Trockenvolleipulver (einweichen), 30 g Butter oder Fett, Schale einer halben Zitrone oder Orange, 1 Päckli Backpulver. Die Kartoffeln vom Vortag werden fein geraffelt und mit den Zutaten gut gerieben. Es ist darauf zu achten, daß die Masse nicht zu stark zusammengedrückt wird. Man gibt sie in eine eingefettete Form und bäckt sie bei mittlerer Hitze ca.  $\frac{3}{4}$  Std. Etwas Puderzucker über den noch warmen Kuchen streuen, warm oder kalt mit Kompott essen.

## Maiskuchen (Mengen für vier Personen):

150 g Maisgrieß, 150 g Vollmehl, 4—5 Eßl. Zucker, eventuell 50 g Feigenstückchen oder Weinbeeren,  $\frac{1}{4}$  1 Milch, 1 Ei oder 1 Eßl. Trockeneipulver (einweichen), etwas Salz, 1 abgeriebene Zitronenschale, 1 Eßl. Backpulver. Alle Zutaten rühren, die Form einfetten, mit Brösmeli bestreuen, die Masse hineingeben und bei mittlerer Hitze 40—50 Minuten backen.

**A b a r t:** Dieser Kuchen läßt sich auch aus Hirsegrieß und feinem Erbsgrieß herstellen.

## Bircher müesli (Menge für eine Person):

Pro Person 1—2 gehäufte Eßl. Hafer- oder unrationierte Flocken, 1—2 dl Milch, 1 großer Apfel oder 150 g Beeren nach Wunsch und Saison (Johannis-, Himbeeren, Heidelbeeren, Dörrobst usw.), Saft einer halben Zitrone, Haselnüsse, 1 Eßl. Zucker.

Die Flocken werden einige Stunden in Milch eingeweicht, Früchte beigegeben. Mit Zitronensaft, gemahlenen Haselnüssen und Zucker verfeinern.