

Zeitschrift:	Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft
Herausgeber:	Pro Senectute Basel-Stadt
Band:	- (2017)
Heft:	2: Basel isst
 Artikel:	Christian Schmid berichtet aus Teufels Küche : vom Brei der Armen und den Speisen der Reichen
Autor:	Ryser, Werner / Schmid, Christian
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-842661

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

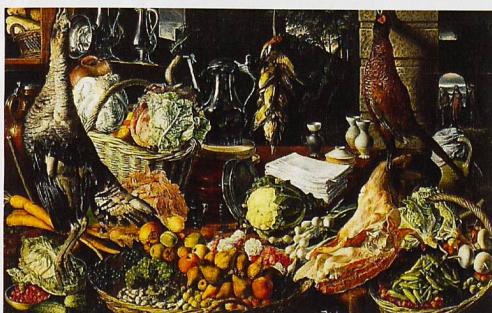
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 11.01.2026

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



Bilder dieses Artikels:
Szenen rund ums Essen aus dem Spätmittelalter und der frühen Neuzeit

Stichwort: Schaugericht

Mit grossen Vögeln machten die Köche des 16. und 17. Jahrhunderts gerne Schaugerichte. Bei einer Pastete mit Adlerfleisch wird empfohlen, man solle den Hals, die Flügel und den Schwanz auf die Pastete montieren (...) Auch die Schwanenpastete soll man mit Schwanenfedern und die Auerhahngallerte mit Federn, Kopf, Flügel und Schwanz des Auerhahns schmücken. Der Abschnitt über den Strauss beginnt mit den Worten: Wenn man will kochen von einem Strauss/kanstu in gantz braten/und kanst in auffrichten/dass er stehet mit den Federn/so ist er gut zu essen/und ist ein herrlicher und ansehenlicher Vogel für ein Schawessen.

Aus: Schmid Christian, Da hast du den Salat, Cosmos Verlag, Bern, 2016

Vom Brei der Armen und den Speisen der Reichen

Im Spätmittelalter und in der frühen Neuzeit konnte man sich die Hölle als Küche vorstellen. Sie war ein Ort, wo es Feuer, Rauch, Russ und Asche gab, wo es manchmal schlecht roch – eben: ein Ort wie «Teufels Küche». Und dass hier nicht nur der Armeleutebrei angerührt wurde, sondern die Spitzenköche der Reichen auch fähig waren, prachtvolle Schaugerichte zu kreieren oder Speisen wie Sülzen, in denen man glass klar die Fleisch- und Gemüsestücke sah, grenzte an ein Wunder und erregte die Sinne der Zeitgenossen.



Akzent Magazin: Christian Schmid, als Autor des Buches «Da hast du den Salat» haben Sie sich nicht nur mit Geschichten zur Sprache und Kultur der Küche, sondern auch mit den Essgewohnheiten früherer Generationen beschäftigt. Was die Mahlzeiten der Reichen betrifft, konnten Sie sich auf Kochbücher und die Beschreibung von Gastmählern in der Literatur stützen. Woher aber nahmen Sie Ihr Wissen über das Essen der Armen?

Christian Schmid: Im Spätmittelalter und in der frühen Neuzeit gab es Autoren, die auch über die Lebensgewohnheiten der Armen berichteten. So schreibt beispielsweise Sebastian Münster 1544 über die Bauern: «Ire Speis ist schwarz Rocken Brodt, Haberbrey oder gekocht Erbsen und Linsen. Wasser und Molken ist ihr Trank.» Wichtig waren für mich aber auch Bücher von modernen, wissenschaftlichen Autoren, die sich mit dem Thema befassten.

Akzent Magazin: Damals scheinen für die einfachen Schichten weniger Brot als Brei und Mus die wichtigste Nahrung gewesen zu sein. Was muss man sich darunter vorstellen?

Christian Schmid: Brei und Mus sind in Wasser oder Milch gekochte Speisen aus zerkleinerten Lebens-

mitteln. Brei macht man in der Regel aus gemahlenen oder geschroteten Getreidekörnern und Hülsenfrüchten. Mus macht man aus Grünpflanzen, Fleisch, Früchten und Nüssen. Im feinen Mehl, aus dem Brot gebacken wurde, hatte es damals mehr Steinabrieb. Dadurch wurden die Zähne schneller abgenutzt. Brei und Mus konnten auch Zahnlöse, von denen es viele gab, essen. Nebenbei: Brei wurde auf vornehmen Tafeln eher selten aufgetischt.

Akzent Magazin: Wie sah der Speisezettel in einem einfachen Haushalt aus?

Christian Schmid: Bis die Kartoffel um 1700 ihren Siegeszug antrat, gab es fünfmal Brei oder Suppe am Tag, angereichert vielleicht mit ein paar Würfchen Speck oder etwas Schmalz, Sauerkraut und – im Sommer – Grünzeug, Kohl oder Wurzelgemüse. In und um die Städte gab es Kräuter-, Baum- und Weinärden, die man nutzte. Wichtig waren Wildkräuter: Löwenzahn, Ampfer, Kresse usw. In den Wäldern sammelte man Beeren, Nüsse und Pilze. Manche hatten Hühner, Kaninchen, Ziegen und Schafe. Grossvieh war den Reichen vorbehalten. Wirklich arme Leute bekamen aber kaum Fleisch zu essen.

Akzent Magazin: Zumindest in städtischen Gemeinden gab es zahlreiche Märkte mit unterschiedlichen Standorten. Was konnte man sich dort kaufen?

Christian Schmid: In der Brotlaube erhielt man Brot und Gebäck, auf der Schal Fleisch, Würste, Speck und Schmalz, auf dem Fischmarkt Fisch, auf dem Gemüse- und Kornmarkt Gartenkräuter und, ganz wichtig, Getreide und getrocknete Hülsenfrüchte, die auch in verschiedenen Mischungen erhältlich waren.

Akzent Magazin: Nur Wohlhabende, schreiben Sie in Ihrem Buch, konnten sich eine reichhaltige Fleischküche leisten. Was für Fleisch ass man?

Christian Schmid: Anders als heute wurden fettes Fleisch und Innereien sehr geschätzt: Leber, Nieren, Lunge, Herz, Hirn, das Euter der Kuh. Aus den Innereien machte man häufig ein Mus, das man in Pasteten füllte. Es gab damals eigens den Beruf des Pastetenbäckers. Das Fettgewebe, das sogenannte Gekröse, galt als Festspeise. Es gibt Quellen, die besagen, dass ein Hochzeitsessen ohne Gekröse kein richtiges Hochzeitsessen war. Natürlich wurden, wie heute auch, aus Innereien Würste gemacht.



Akzent Magazin: Frischfleisch gab es fast nur während der Schlachtmomente November und Dezember. Überhaupt war Essen und Trinken saisonalen Schwankungen unterworfen. Das führt uns zur Frage: Seit wann und wie gelang es, Fleisch und Gemüse zu konservieren?

Christian Schmid: Eine bis zwei Wochen konnte man Frischfleisch kühl halten, indem man es im Schnee vergrub. Wenn man es aber haltbar machen wollte, musste es gesalzen, getrocknet oder geräuchert werden. Das sind alte Techniken. Das Problem war, dass es, wenn im Frühling und Frühsommer die körperlich anstrengendsten Arbeiten anfielen – ausser Speck, der ganzjährig zur Verfügung stand, allenfalls Kaninchen und Hühnern –, kein Fleisch mehr gab.

«Anders als heute wurden fettes Fleisch und Innereien sehr geschätzt: Leber, Nieren, Lunge, Herz, Hirn, das Euter der Kuh.»

Akzent Magazin: Um auf die Reichen zurückzukommen: Ihrem Buch ist zu entnehmen, dass auch Geflügel beliebt war.

Christian Schmid: Ja, und zwar so ziemlich alles, was flog. Bis der Vogelfang im 19. Jahrhundert verboten wurde, ass man neben Hühnern, Kapaunen (kaschierte, gemästete Hähne), Enten, Puten und Fasanen auch Singvögel, die man in Netzfällen und mit Leimruten fing. Beliebt waren Tauben, Lerchen und Wa-

cholderdrosseln. Aber auch der Zaunkönig wurde nicht verschmäht. Mit Vögeln stopfte man am Spiess gebratene Spanferkel. Gehacktes Vogelfleisch wurde in Pasteten oder Krapfen gebacken. Noch ein Wort zum Fisch: Einheimische Fische, zu denen auch der Lachs gehörte, wurden natürlich auch gegessen. Meerfisch allerdings kannte man hierzulande nur gesalzen – als Stockfisch, der in Fässern geliefert wurde und den man vor dem Verzehr wässern musste.

Akzent Magazin: Zurück zu den Armen. Im «Historischen Lexikon der Schweiz» lesen wir, dass die Ernährungsgewohnheiten im nordalpinen «Hirtenland» und dem mittelländischen «Kornland» unterschiedlich waren. Es fällt allerdings auf, dass auch hier bei keiner der beiden Populationen von Fleisch die Rede ist. Waren die Tiere der Viehzüchter ausschliesslich für den Export bestimmt, für die Tafel der Reichen?

Christian Schmid: Die alpine Bevölkerung hatte nicht grundsätzlich mehr Fleischspeisen als jene im Mittelland. Das Vieh wurde für den Verkauf gezüchtet. Die Küher assen mehr Milchspeisen wie Fenz (ein Mus aus Butter, Milch, Mehl und Salz), Älplermakaronen, Käsesuppe (eine Brot-Käse-Speise). Die alpine Kultur war keine Fleischesserkultur. Der Walliser Thomas Platter (1499–1582) erwähnt in seiner Lebensbeschreibung, dass man zu Hause in Grächen eine Pappe aus Roggencmehl ass.

Akzent Magazin: Schlechte Ernten und damit verbundene Hungerzeiten waren, neben Krieg und Seuchen, eine der drei grossen Geisseln der Menschheit. Wie gingen die Armen damit um?

Christian Schmid: Denen ging es sehr schlecht. Man beholf sich mit Sachen, die man sonst nicht ass: mit Wildkräutern und Baumrinden. Man fügte der Suppe

den Markt und im 18. Jahrhundert setzte die Schokoladeproduktion ein. Zum «Südamerikapaket» gehörten neben Kartoffeln auch Mais (der aber von den Reichen nicht sonderlich geschätzt wurde) und Gartenbohnen. Bis dahin gab es bei uns nur Ackerbohnen, die wie alle Hülsenfrüchte und das Getreide behandelt wurden. Man liess sie auf dem Feld dörren, mähte sie und drosch sie aus. Tomaten hielt man sich zuerst nur als Zierpflanzen.

«In Hungerzeiten beholf man sich mit Sachen, die man sonst nicht ass: mit Wildkräutern und Baumrinden. Man fügte der Suppe Sägemehl bei.»

Sägemehl bei. Vielleicht ergatterten sie mal irgendwo einen Knochen zum Ausköchen, etwas Knorpel und Geäder oder Fischköpfe. Sonst waren sie auf die Almosenküche angewiesen, wo Suppe und Brei ausgegeben wurden. Die Almosenküche wurde in der Umgangssprache zum «Almues» oder «Mueshofen». Um Unruhen vorzubeugen, musste die Obrigkeit im Elsass und in der nördlichen Bodenseeregion Getreide aufkaufen und günstig oder gratis abgeben.

Akzent Magazin: Mit der Entdeckung der neuen Welt brach auch für die Kulinarik eine neue Zeit an. Mindestens auf den Tafeln der Reichen. Die Rede ist von den sogenannten Kolonialwaren. Was hat den Speisezettel in den wohlhabenden Häusern nachhaltig verändert?

Christian Schmid: Die Begüterten hatten schon vor dem Kolonialismus über die Seidenstrasse Spezereien aus Asien und dem Nahen Osten bezogen. Pfeffer, Ingwer, Kardamom, Zimt, Muskatnuss, Essig aus Orleans und Senf aus Dijon waren die wichtigsten Importwaren. Wer es sich leisten konnte, kaufte Mandeln, Rosinen, exotische Früchte, Käse aus Italien und Frankreich. Seit dem 15. Jahrhundert wurde auch Reis über die Alpenpässe gesäumt. Im 16. Jahrhundert begann der Zucker den Honig zu verdrängen, im 17. Jahrhundert kamen Kakaobohnen auf

Akzent Magazin: Der für Arme wohl segenreichste Import war die Kartoffel. Nun wird behauptet, dass es lange dauerte, bis ihr die unteren Schichten trauten. Man habe anfänglich nicht einmal gewusst, dass die Knolle und nicht das Kraut gegessen werden soll. Ist das wirklich wahr?

Christian Schmid: Ich glaube das eher nicht. Man nannte sie ja ursprünglich Tartuffo, verdeutscht Tartüffel, was übersetzt «Knolle im Boden» heisst. Man wusste es also. Die Kartoffel war jene Bodenfrucht, mit der die drohende Hungersnot bei einem harten Winter und späten Frühling überbrückt werden konnte. Zunächst wurde sie, wie alles, was neu war, in herrschaftlichen Gärten angepflanzt und dann brauchte es eine gewisse Zeit, bis sie auch im

Volk ankam. Etwa um 1700 wurde sie für jedermann zugänglich und verdrängte in vielen Gebieten den Getreidebrei vom Tisch der einfachen Leute und verringerte ihren Brotkonsum.

Akzent Magazin: Sie schreiben, dass bis in die 1950er-Jahre Blumenkohl, Karotten, Kohlrabi, Krautstile und andere Gemüse nie ohne eine dicke weisse Sauce auf den Tisch kamen. Als Grund geben Sie an, dass man bis weit ins 20. Jahrhundert mit wenig Geld viele Personen ernähren musste und darum fettarme pflanzliche Kost, wie man sie heute schätzt, nicht gefragt war. Bedeutet das, dass die Diätetik, wie sie im 19. Jahrhundert allmählich entdeckt wurde, ein «Luxus-Problem» war und eventuell noch ist? Ist die fettarme Küche und der Vegetarismus der Gesundheit oder einem neuen Schönheitsideal geschuldet?

Christian Schmid: Der Druck kam nicht über den Wechsel des Schönheitsideals. Wie wir von Peter Paul Rubens Bilder wissen, hatten gut aussehende Männer und Frauen runde bis füllige Formen. Dass man heute vor allem schlanke Frauen schätzt, ist eher etwas Modernes. Unter anderem liegt das an der Tat-

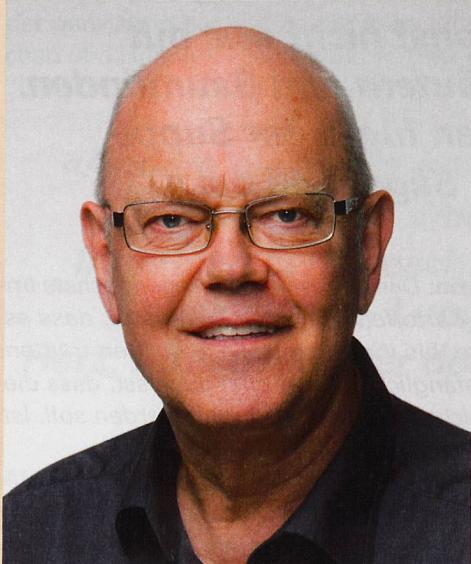
sache, dass man in den beiden Weltkriegen wieder lernen musste, mit wenig zu kochen. Der Begriff «fettarme Küche» kam erst im Ersten Weltkrieg auf. Das erste vegetarische Kochbuch schrieb der Naturheiler Arnold Rickli (1823–1906), motiviert durch seine Beschäftigung mit Kranken. Ähnliches gilt für Maximilian Bircher-Benner (1867–1939), den «Erfinder» des Bircher-Müeslis. Auch er war ein Arzt. Der Vegetarismus hatte auch eine tierethische und religiöse Komponente. Der erste Vorsitzende der «Vegetarian Society» (gegründet 1847), Joseph Brotherton, gehörte der Bibel Christian Church an. 1944 gründete Donald Watson die «Vegan Society». Er war Tierschützer und Pazifist.

Akzent Magazin: Ein wichtiger Teil Ihres Buches ist jenen Redewendungen gewidmet, die gewissermaßen aus der Küche in unseren Alltag entschlüpft sind. Den Löffel abgeben beispielsweise, kleinere Brötchen backen müssen oder ein Haar in der Suppe finden, um nur drei aus der Fülle Ihrer Auswahl zu nennen. Weshalb ist der Küchen-Wortschatz derart prägend für unsere Alltagssprache?

Christian Schmid: Das Essen ist für das Menschsein das Zentralste. Wir wären nicht die Lebewesen (Hirngrösse, Physiologie usw.), die wir sind, wenn wir nicht begonnen hätten unser Essen zu kochen. Man setzte sich ums Feuer. Es bot Wärme und Sicherheit. Dort unterhielt man sich, diskutierte. Das ist so lange der Fall, bis die Küche nicht mehr der einzige beheizte Raum in einem Haus war. Der Wortschatz, der sich mit dem Kochen, der Küche und dem Essen beschäftigt, ist in sämtlichen Sprachen der grösste Teilwortschatz überhaupt. Die ganze Einrichtung, die Arbeiten, die Leute, die dort tätig sind, sämtliche Lebensmittel, die man verkocht, verbratet, verbackt – all das gehört dazu. Redensarten funktionieren nur, wenn sie aus dem gelebten Leben kommen. Jede und jeder versteht, was es heißt: «Viele Köche verderben den Brei» oder «Du hast nicht alle Tassen im Schrank». Redensarten haben einen stärkeren Affekt als eine sachliche Sprache, weil man etwas in ein Bild übersetzt.

Akzent Magazin: Wir bedanken uns für dieses Gespräch.

Interview: Werner Ryser



Christian Schmid

Bis 2012 Redaktor bei Radio SRF 1 und regelmässig zu hören in der Schnabelweid, ist Sprachforscher und Autor.