

Zeitschrift: Aarauer Neujahrsblätter
Herausgeber: Ortsbürgergemeinde Aarau
Band: 72 (1998)

Artikel: Der helvetische Speisezett
Autor: Moser, Erwin
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-559059>

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: 16.01.2026

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

Der helvetische Speisezettel

Sag mir, was Du isst,
und ich sag Dir, wer Du bist.

Wenn es dem besseren Verständnis unserer Geschichte dient, ist es wohl angebracht, uns mit dem Speisezettel unserer vergangenen Generationen zu befassen. Und wir werden sehen, dass die Aufklärung nicht nur philosophische und politische Veränderungen in der Zeit des ausgehenden 18. Jahrhunderts und anfangs des 19. Jahrhunderts bewirkten, sondern dass umwälzende Reformen in der Landwirtschaft den Speisezettel dieser Zeit prägten.

Obrigkeitsliche Zehentgesetze, einschränkende Weiderechte und Wegverbote brachten nicht nur die Appenzeller in Wut gegen den Fürstbischof in St. Gallen, sondern auch die Aargauer Bauern gegen die Berner Hoheit. Das Verhältnis der dekretierten Ackerbauflächen zu den Weideflächen war derart ausgerichtet, möglichst viel Korn als Zehnten abzuliefern, stand aber in krassem Missverhältnis zu einer ausgewogenen Landwirtschaft, vor allem in den höher gelegenen Voralpen und dem Jura.

Erste Reformen brachten 1781 eine wirtschaftlich günstigere Aufteilung von Äckern und Wiesen, und der Zehent konnte in Bargeld geleistet werden. Immer noch prägte die Dreizelgenwirtschaft unsere Landwirtschaft.

1. Zelge:

Schwäbischer Waizen (Korn, Dinkel, Spelz), zuweilen auch Weizen.

2. Zelge (2. Jahr):

Roggen oder Mischleten (Mischling aus Dinkel und Roggen), Wintergerste oder Hafer (insbesondere auf rauhem Acker).

Als zweite Frucht im gleichen Jahr:

Weisse Rüben (gesät) oder Esparsette, kleeartiger Schmetterlingsblütler, als Futterpflanze und Bienenweide.

im 3. Jahr (Brachjahr):

Kartoffeln, welche den Hungersnöten ein Ende setzten. Viehfutter, wobei Klee sehr umstritten war.

Selten: Türkenkorn (Mais), Heidekorn, Buchweizen, Hülsenfrüchte, Ölpflanzen, Flachs, Hanf, Rüben usw.

Die kornreichsten Gegenden waren Lenzburg und Möhlin. Die Wiesen waren «mit angenehmen Futterkräutern besänt», z.B. Löwenzahn (Pfaffenröhrchen), wobei der Bauer oft am Sonntag die Wiesen von «nachteiligen Gewächsen» reinigte. Oft wurden die Wiesen bewässert und der Bauer konnte normalerweise zweimal heuen und einmal emden.

Der Obstbau diente sowohl der Verschönerung der Dörfer und erlaubte eine willkommene Vorratshaltung von «Cyder» und Birnenmost, heilsamem Kirsch und Zwetschgenwasser und Dörrobst (Apfel- und Birnenschnitze) sowie gedörrte Kirschen und Zwetschgen.

Die zwischen dem Pfarrdorf Küttigen und Aarau gelegene Baumschule von Pfarrer

Nüsperli zu Kirchberg war eine wahre Wohltat für die Entwicklung der Landwirtschaft. Sein Tochtermann, der «wohl-erfahrene Kunst- und Handelsgärtner Zimmermann», ermöglichte mit seinen Anlagen im Obstgarten eine bessere Obst- und Gartenpflege.

Der Weinbau fand im Eckbühl in Küttigen von 1757 bis 1762 unter den Weinbauern Bolliger, Blattner, Wehrli und Bircher zum Ärger der Berner Herrschaft eine bedeutende Entwicklung. Die Berner wollten natürlich in erster Linie den Wein aus ihren Weingütern im Waadtland verkaufen und kontrollierten deshalb den Weinimport im Aargau. Johann Rudolf Meyer (Vater) ließ neue Trauben am Weinberg in Aarau setzen und bemühte sich um eine sorgfältige und reinliche Kelterung. Vater Meyers Reben waren auch von wirtschaftlichem Interesse, wurden doch weitgehend Naturallöhne (Getreide, Gemüse, Kartoffeln) «bezahlt»; zudem gehörte der Wein als Nahrungsmittel dazu.

Die Kartoffel war ein Segen. Sie verhinderte nicht nur weitere Hungersnöte, sondern war auch eine willkommene und reichliche Ergänzung des Speisezettels, dem aber immer noch Milchprodukte und Fleisch mangelten.

Das Frühstück bestand aus einer Suppe mit Brotbrocken und Kartoffelscheiben sowie einem «Absud von Kaffeepulver oder Surrogaten, mit Milch angenehmer und mit Brotbrocken nahrhaft gemacht». Aus Spar-

gründen mussten die Kinder und die Dienstboten auf das Löfflein Zucker verzichten, das den Erwachsenen zustand.

Zum Mittagessen wurde nach dem Tischgebet ein Kessel Erdäpfel auf den rohen Tisch geleert und anteilmäßig auf die Plätze verteilt, wobei zu jedem Platz sich eine nasse Straße bildete. Eine große Schüssel mit Gemüse oder gekochten Dörrfrüchten folgte, und man langte dazu den Blechlöffel, der in einem Rahmen an der Wand hing.

Das Nachtessen kann als Restenverwertung vom Mittagessen bezeichnet werden. Die bereits geschwellten Kartoffeln wurden zu Erdäpfelbrei zerstampft oder am Sonntag zu einer Rösti gebrätelt, wenn Schweineschmalz vorhanden war. Oder man kochte nochmals «Gschwellti» und servierte sie mit dicker Milch im Winter oder mit Salat im Sommer. Frisches Obst oder Nüsse waren willkommene Zugaben. An Sonn- und Festtagen wurde das Essen durch einige Stücke Speck bereichert. «Schnitz und Drunder» – ein Gericht aus Kartoffeln, Dörrfrüchten und Speck – zeugt seltenerweise heute noch von der damaligen Esskultur. In Öl gebackene Küchlein, Wähen und Butterfladen ließen das frugale Mahl zu einem eigentlichen Festessen werden.

In den Städten war der Tisch durch die Schweinehaltung etwas besser, wurden doch zwischen 300–400 Schweine von den Stadtbürgern in Aarau gehalten, die auf

Weihnachten geschlachtet wurden. Diese Schweinehaltung musste insofern geregelt werden, weil die Schweine zum Eichelnfressen in die Stadtwälder getrieben wurden, wo sie auch Schäden am Jungholz anrichteten.

Handwerker, Fabrikarbeiter, Tagelöhner konnten sich öfter mal ein Pfündchen Schweinefleisch, Gelünge, Kutteln, Ochsenfüße, Zungen oder Würste aus der Metzg besorgen.

Noch besser ging es den angesehenen Kaufleuten, Beamten und Offizieren, die in den Gasthöfen oder bei ihren Meetings in Schinznach Bad von «Coteletten, kälbernen Vögelein, gebackenen Fischen, Tauben und Hühnchen» profitieren konnten. Als Spezialitäten galten geräucherte Schinken, Presskopf, Hasenpfeffer, Rehbraten und Salm.

Eine Bereicherung der Küche erfuhren die vornehmen Häuser durch die Dienstboten aus dem Elsass und dem süddeutschen Raum. Sie machten aus dem Sauerkraut eine Spezialität und waren geschickt in der Zubereitung von Spätzli (Knöpfli) und von Pasteten. Die Mütter der Dienstboten sollen ihren Töchtern zum Abschied gesagt haben:

«Geh in d'Schweiz und mach Dei Glick,
Sei ehrlich und treu
und wenn was gschtöhle hasch,
so schick's glei hei!»

(Entschuldigung, der Schreiber)

Der durch politische und wirtschaftliche Reformen eintretende Wohlstand sowie die Handelsfreiheiten haben dann auch die Essgewohnheiten bei uns entscheidend verändert. Sicher essen wir heute besser und auch gesünder. Ob wir es wohl zu schätzen wissen?

Literatur

Der Canton Aargau, geschildert von Franz Xaver Bronner, Bände 1 und 2, 1844.

Einige Ausdrücke (Zehenten, Waizen usw.) sind in Bronners Schreibweise übernommen.