

**Zeitschrift:** Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen  
**Herausgeber:** Schweizerischer Fourierverband  
**Band:** 3 (1930)  
**Heft:** 4

## Titelseiten

### 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:** 29.12.2025

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



Redaktion u. Verlag:  
 Fourier WEILENMANN PAUL  
 Zürcherstrasse 21, Hönegg

Jährlicher Abonnementspreis:  
 5 Fr. für Nichtmitglieder des Verbandes.  
 Herausgabe Mitte des Monats.

Druck u. Expedition:  
 GEBR. MOOS, Buchdruckerei, Hönegg  
 Sonneggstr. 36, Tel. H. 96.37

## Etwas über die Käseverwertung.

(von Oberstlieut. Jeangros X. in Bern.)

70 Gramm Käse bilden heute einen Bestandteil der Tagesportion des Mannes. Sie sind bekanntlich der Ersatz für die durch die Reduktion der Fleischportion von 320 auf 250 Gramm ausfallenden 70 Gramm Fleisch. Der bei der Truppe vorschriftsgemäss zur Verwendung gelangende Käse ist unbestritten eines unserer hochwertigsten Landesprodukte und verdient es daher schon aus diesem Grunde, aber nicht zuletzt aus volkswirtschaftlichen Erwägungen, dass ihm im Haushalte und somit bei unserer Ernährung der gebührende Platz eingeräumt wird. Die prominentesten Nahrungsmittelchemiker sind sich darüber einig, dass wenigstens der Vollfettkäse bezüglich Nährgehalt und Verdaulichkeit unserem „Ochsenfleisch“ zum mindesten ebenbürtig ist. In seinem Lehrbuch über „Nahrung und Ernährung des Menschen“ (Ausgabe 1926) nennt J. König beispielsweise folgende Untersuchungsergebnisse:

### A. Nährstoffgehalte.

	Wasser o/o	Mineralstoff o/o	Stickstoff o/o	Fett o/o	Kohlenhydr. o/o	ausnutzb. Calorien in 1 kg Trock.-Sub.
Vollfettkäse	33	4,23	25,64	30,51	2,39	6003
Rindfleisch	70,96	1,00	19,01	7,25	0,42	5065
(mittelfett)						
Rindfleisch (fett)	50,31	0,95	18,11	22,94	0,28	6460

### B. Verdaulichkeit.

	Trocken- substanz o/o	Stickstoff- substanz o/o	Fett o/o	Kohlen- hydr. o/o	Mineral- stoffe o/o
Vollfettkäse	93,0	96,5	95,5	97,0	71,0
Rindfleisch	95,6	95,7	93,5	97,0	81,8

Auf den Gehalt an Vitamine scheint der Käse noch nicht hinreichend geprüft worden zu sein, doch glaubt König mit einiger Bestimmtheit annehmen zu dürfen, dass fetthaltige, gutgelagerte Käse Vitamine enthalten. Gut ausgereifte Ware hat übrigens günstigen Einfluss auf die allgemeine Verdauung. Die Verwendungsmöglichkeit des Käses ist vielseitig, sie ist ebenso mannigfaltig wie die des Fleisches. Je nach der Verwendungsart wird der Käse mehr oder minder begehrt. Es ist zwar eine Erfahrungstatsache, dass der Käse nicht bei allen Leuten die gleiche Aufnahme fin-

det, namentlich ist es nicht jedermanns Sache, jeden Tag ein Stück rohen Käse zu essen. Dem einen behagt der Käse besonders roh, ein anderer liebt ihn mehr als Sondergericht oder in den Speisen, während wiederum andere einen ausgesprochenen Widerwillen gegen dieses Nahrungsmittel offenbaren. In eine besondere Kategorie gehören jedenfalls diejenigen, welche, entweder aus blosser Voreingenommenheit oder wider besseres Wissen, glauben, der Genuss von Käse schade ihrem Körper u. s. w.

Eine schwache Seite unserer Verpflegungsorgane (Fouriere und Quartiermeister) ist immer noch die richtige Beurteilung der Ware. Käse ist eben nicht immer Käse. Es ist vor allem nicht gleichgültig wo, wie und bei wem eingekauft wird. Käse ist heute nahezu in jedem „Chrämerlädeli“ erhältlich. Diese Verkaufsstellen verfügen aber aus naheliegenden Gründen meistens nicht über genügende Vorräte, noch viel weniger ist dort eine richtige Qualitätsware zu finden, auch sind solche Verkäufer in den wenigsten Fällen in der Lage zu Engros- oder Migrospreisen zu liefern.

Beim Einkauf muss in jedem Fall auf saubere, gutgelagerte und reinschmeckende, im Anschnitt nicht bröckelnde Ware getrachtet werden; denn nur solcher Käse ist bekömmlich und fördert die Essenslust. Ueberreifen oder verdorbenen (angefaulten) Käse darf im Truppenhaushalte unter keinen Umständen zur Verwendung gelangen, allfälligen Liebhabern davon darf die Befriedigung derartiger zweifelhafter Gelüste ruhig überlassen werden.

Nach dem Wortlaut der Ziffer 64 e I. V. dürfen die an freien Sonntagen und Urlaubstagen nicht bezogenen Portionen nachgefasst oder dem Geldwerte nach durch andere Verpflegungsmittel ersetzt werden. Hierbei wird es Niemandem einfallen, Käse durch Fleisch oder Fleischfabrikate ersetzen zu wollen. Wäre dem so, so hätte ja die Reduktion der Fleischportion von 320 auf 250 Gramm keine praktische Bedeutung mehr. Beim Käse dürfte es daher in der Regel mit der Nachfassung sein Bewenden haben. Wer richtig zu Haushalten versteht, dem werden 70 Gramm Käse pro Mann und Tag sicher keine Verlegenheiten bereiten.