

**Zeitschrift:** Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen

**Herausgeber:** Schweizerischer Fourierverband

**Band:** 3 (1930)

**Heft:** 4

  

**Artikel:** Etwas über die Käseverwertung

**Autor:** Jeangros, X.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-516088>

### **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, Höggi

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

Druck u. Expedition:  
GEBR. MOOS, Buchdruckerei, Höggi  
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 vorschrittsgemäss 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 %	Mineralstoff %	Stickstoff %	Fett %	Kohlenhydr. %	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 %	Stickstoff- substanz %	Fett %	Kohlen- hydr. %	Mineral- stoffe %
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.

Eine rationelle Verwertung der Käseportion scheint aber noch nicht überall platzgegriffen zu haben da, abgesehen von einigen Mehrbezügen, immer noch viele Ueberschüsse bzw. Minderfassungen festgestellt werden. Bei einer nicht geringen Zahl Truppendeinheiten werden Minderbezüge bis zu 3 Käseportionen pro Mann konstatiert, während nur in wenig Fällen die Käseberechtigung voll und ganz bezogen wird. Die verantwortlichen Verpflegungsorgane sind sich dabei offenbar nicht immer bewusst, dass sie den Mann in unberechtigter, unzulässiger Weise in seinen Rechten schmälern und schädigen. Das darf nicht sein, der Mann soll bekommen, was ihm gehört — zu was er berechtigt ist.

Dass der Käse nicht ausschliesslich zum Rohgenuss gedacht ist, sagt uns übrigens die Ziffer 64 a der I. V. von 1930:

„Der Käse ist zum Frühstück oder als Zwischenverpflegung oder zum Kochen zu verwenden.“

In der Privat- und Hotelküche hat der Käse eine sehr mannigfaltige, wenn nicht unbegrenzte Verwendungsmöglichkeit. In der Militärküche dagegen müssen wir uns hierin sowohl aus betriebstechnischen, wie aus ökonomischen Gründen auf ein Wenigeres beschränken. Die neue Kochanleitung enthält immerhin eine ansehnliche Zahl Kochrezepte, bei welchen der Käse in bekömmlicher und zweckdienlicher Weise zur Verwendung gelangt. Neben dem Rohgenuss sind folgende Verwendungsarten zu erwähnen:

Käse in Risotto, in Pilaff, in Teigwaren aller Art (auch Knöpfli, Spätzli), in Mais und Kartoffeln (Käsekartoffeln, Rösti), sodann in Suppen, wie Fleischsuppe (individuell), Reis-, Erbsen-, Gemüsesuppe und Minestra. Durch Beigabe von Käse in die geröstete Mehlsuppe kann deren Geschmack und Nährgehalt wesentlich gesteigert werden. Vergessen scheinen mir zu sein die Käse-, Kartoffel- und Erbsmehlsuppe (Rezepte hierzu an anderer Stelle), in welchen der Käse eine beliebte und wertvolle Verwendung findet.

Zusammenfassend darf wohl gesagt werden, dass der Käse für unsere Truppenverpflegung von eminenter Wichtigkeit ist und dass für die ausfallenden 70 Gr. Fleisch ein in jeder Hinsicht vollwertiger Ersatz geschaffen wurde. Unsere Verpflegungsorgane sollten aber diesem Nahrungsmittel noch mehr Beachtung schenken und bestrebt sein, durch weises Haushalten dem Manne zu geben was ihm bekömmlich ist. Zum guten Tisch gehört Käse.

## Kochrezepte.

(aus „Feinbürgerliche Küche“ von Frau L. Jeanros-Immer, Bern)

### Käsesuppe:

Das Suppenwasser mit Salz, Pfeffer und Muskat auf's Feuer setzen. Wenn das Wasser kocht, geriebenen Käse und in Fett geröstetes Paniermehl hineingeben. Hernach noch einige Minuten kochen lassen. Angerichtet wird die Suppe über Schnittlauch oder Petersilie.

\* Naturalien:

Käse	2 kg	Pfeffer	10 gr
Paniermehl	2 kg	Muskat	10 gr
Fett	750 gr	Schnittlauch od. Petersilie	1 kg
Salz	700 gr	Wasser	80 l

### Kartoffelsuppe:

Lauchstengel, Sellerie (Knollen oder Kraut), Rübli und Zwiebeln ziemlich fein hacken. Geschälte, rohe Kartoffeln mit kaltem gesalzenem Wasser auf's Feuer setzen. Die weichgekochten Kartoffeln herausnehmen, verstossen und das Wasser zur Suppe verwenden. In Fett, Mehl und Zwiebeln hellbraun rösten; hernach Lauch, Sellerie, Rübli und zuletzt die Kartoffeln zufügen, alles gut durchrühren und das noch fehlende Quantum Suppenwasser nach und nach zugiessen. Mit Pfeffer und Muskat würzen, wenn nötig nachsalzen. Kurz vor dem Anrichten den geriebenen Käse beigeben. Kochzeit  $\frac{3}{4}$ —1 Stunde.

\* Naturalien:

Kartoffeln	12 kg	Zwiebeln	1 kg
Rübli	3 kg	Lauch u. Sellerie	1 kg
Käse	1½ kg	Pfeffer u. Muskat	je 10 gr
Fett	700 gr	Salz	700 gr
Mehl	600 gr	Wasser	80 l

### Erbsmehlsuppe:

Verschnittene Zwiebeln in Fett dämpfen, das nötige Suppenwasser zugiessen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und zum kochen bringen. Das mit kaltem Wasser zu einem dünnflüssigen Brei gerührte Erbsmehl hineingeben und das Ganze auf kl. Feuer noch 20 Minuten kochen lassen. Unmittelbar vor dem Anrichten den geriebenen Käse zufügen. Ueber reichlich Grünes anrichten.

\* Naturalien:

Erbsmehl	4 kg	Pfeffer	10 gr
Käse	1 kg	Muskat	10 gr
Fett	500 gr	Salz	700 gr
Zwiebeln	1 kg	Wasser	80 l
Schnittlauch u. Petersilien			1 kg

\* Die angegebenen Quantitäten sind in Anlehnung an die neue Kochanleitung für 100 Mann berechnet.

## Chocolade als Zwischenverpflegung.

Von Hans W. Daetwyler, Aarau.

Man hat schon oft Versuche angestellt, den Truppen als Zwischenverpflegung Chocolate abzugeben. Diese Versuche scheiterten aber grösstenteils an den Fourieren selbst, nicht etwa an der Mannschaft, wie man immer und immer wieder hören kann. Diese Fouriere, meistens solche die keinen Aktivdienst geleistet, hatten zu diesem Zwischenverpflegungsmittel absolut kein Zutrauen. Warum? — Die Leute sahen — sehen vielleicht heute noch — die Chocolate als Genussmittel an, nicht aber als Nahrungsmittel. Dies mag ein Grund sein. Dann konnte man oft von Fourieren und Quartiermeistern hören, der Soldat ziehe jedes andere Zwischenverpflegungsmittel der Chocolate vor. Die Chocolate sei eine „Schleckerei“ und eines Soldaten unwürdig. —

Dies ist aber meines Erachtens ein gewaltiger Irrtum. Abgesehen davon, dass durchgeführte Versuche die erste Einwendung Lügen strafte, denn der Soldat hat diese Art Zwischenverpflegung mit Freuden aufgenommen, ist die zweite Einwendung ganz und gar nicht am Platze. Diese Leute verkennen, wollen es vielleicht so, damit nichts „Neues“ eingeführt werden muss, den Nährwert einer Tafel Chocolate. Ich habe in der September-Nummer des letzten Jahres\* über den Nährwert der Chocolate geschrieben, sodass ich hier davon Umgang nehmen kann. Es fragt sich nur, ist Zwischenverpflegungs-Chocolate etwas Neues? —

Nein, während der Aktivdienstzeit hat man den Truppen oft diese Zwischenverpflegung abgegeben und die Erfahrungen, die man damals machte, waren sehr