

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

**Herausgeber:** Schweizerischer Fourierverband

**Band:** 22 (1949)

**Heft:** 10

  

**Artikel:** Wandlungen in der Ernährung

**Autor:** S.D. / M.B.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-516955>

### **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:** 20.02.2026

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

Aussicht genommenen Verbesserungen dazu beitragen werden, die Klagen über ungenügende Leistungen der Eidg. Militärversicherung zu vermindern. Hauptsächlich waren es auch die Leistungen der Eidg. Militärversicherung an die Hinterlassenen im Dienste verstorbener Wehrmänner, die im vergangenen Jahr vielfach der Ergänzung durch freiwillige Zuschüsse aus den Mitteln der verschiedenen Institutionen, die sich mit der Hinterlassenenfürsorge befassen, bedurften. Doch soll auch hier die Revision des Gesetzes den Hinterlassenen in Zukunft verbesserte Leistungen bringen. Die für die Arbeitstherapie bei Lungenkranken und die Freizeitgestaltung gewährten Mittel erreichten im Jahre 1948 den Betrag von Fr. 19 544.27. Mit der Abgabe von Leibwäsche konnten im Berichtsjahr 290 bedürftige Rekruten und 180 Militärpatienten im Werte von Fr. 37 249.— bedient werden, wobei es sich hauptsächlich um Auslandschweizer handelte, die nur mit dem Allernötigsten versehen in die Schweiz eingereist waren. Auch die zur Tradition gewordene Aktion der Soldatenweihnacht erfreute 900 Militärpatienten, die Weihnachten 1948 fern von ihren Angehörigen verbringen mußten. Der hierfür beanspruchte Nettogesamtkredit machte Fr. 22 428.04 aus. Der Vollständigkeit halber seien auch noch alle weiteren Institutionen erwähnt, die ebenfalls Wehrmannsfürsorge betreiben und heute kaum mehr aus dem schweizerischen Soldatenleben wegzudenken sind.

Es sind dies folgende Fürsorgewerke: Soldatenhäuser und Soldatenstuben, Abgabe von Schreibmaterial und Lesestoff an die Truppe und Militärpatienten, Schweizer Verband Volksdienst Abt. Soldatenwohl, Schweizerische Volksbibliothek, zugleich Soldatenbibliothek, Vereinigung „In Memoriam“, Kriegswäschereien sowie die Militärheilstätte Tenero. Für Unterstützungen wurden im ganzen Fr. 850 768.09 aufgewendet, wovon Fr. 229 288.72 für die Hinterlassenen-Fürsorge, Fr. 641 255.44 für kranke und invalide Wehrmänner und nur noch Fr. 100 238.93 für allgemeine Notlagen. Die Nationalspende, die als nationales Fürsorgewerk weiterhin allen Lesern bestens empfohlen sei (Postcheckkonto III/3519), möge auch in Zukunft mit ihrer Hilfe eine Dankespflicht an diejenigen Wehrmänner abtragen, die im Militärdienst erkrankt, verunfallt oder gestorben sind. Hptm. O. Schönmann.

## Wandlungen in der Ernährung

Der Aufsatz auf Seite 182 in der August-Nummer hat mir als altem Fourier die Feder in die Hand gedrückt, um mich über dieses Thema auch zu äußern.

Der Einsender schreibt dort von den Rapid-Suppen, denen heute lediglich noch siedendes Wasser beigegeben werden muß, um solche servierfertig zu machen. Ich habe mich in letzter Zeit aus rein verpflegungstechnischen Gründen mit diesem Problem etwas beschäftigt.

Es werden in den Verkaufsläden schon seit Monaten die sog. Rapid-Suppen verkauft. Weisen degustatorisch solche nicht einen ungewohnten Geschmack auf, gegenüber den Suppen, die eine Kochzeit von 15—20 Minuten bedingen? Die Suppe ohne eigentliche Kochzeit scheint mir auch bei den Hausfrauen nicht die

erhoffte Begeisterung zu finden. Für den Soldaten bildet das Nichtkochen wahrscheinlich keine Vorteile, da praktisch das heiße Wasser auch erst hergestellt werden muß. Eine Feuerstelle müßte also auf alle Fälle vorhanden sein. Die nicht gekochten Suppen finde ich als etwas Unnatürliches. Sie ist vielleicht auch nicht so praktisch, da zum Beispiel eine Wurst nicht mitgekocht werden kann. Die Verdaulichkeit nicht gekochter Suppen ist wohl geringer. Eine Suppe sollte, und wenn es nur 5 Minuten sind, einfach gekocht werden. Ich gebe zu, daß die Rohprodukte sicher entsprechend vorbereitet wurden. Quillt diese Suppe im Magen nicht auf und erwirkt sie Magen und Därmen nicht einen ganz unnatürlichen Verdauungsprozeß? Die Bemühungen, den Konsumenten eine Suppe mit rascher Zubereitung zu vermitteln, anerkenne ich, aber ich glaube, daß wir da nicht zu weit gehen dürfen, denn gerade heute wird ja immer wieder mehr zur natürlichen Ernährung zurückgegangen.

Ich würde eher einer Suppe mit einer kurzen Kochzeit von sagen wir 5 Minuten den Vorzug geben; einer Suppe, wo das Mehl praktisch voll aufgeschlossen ist. Diese Suppe würde sich im Militärdienst vielleicht sogar zum Mitsieden von Fleisch eignen. Sie könnte, auch wenn sie gestanden ist, ohne weiteres wieder aufgekocht werden. Bedingung ist dabei, daß die Suppe ein charakteristisches, volles und natürliches Aroma und Aussehen hat.

In der Ernährung läßt sich das heutige unverantwortliche Tempo nicht anwenden. Es handelt sich um die Natur, die wie vor Jahrhunderten heute noch ihre Wege geht.

S. D.

---

Die vorstehenden Ausführungen werden vom Verfasser des Artikels „Wandlungen in der Ernährung“ wie folgt beantwortet:

Die Rapid-Suppen wurden in der guten Absicht geschaffen, die Kocharbeit weiter zu vereinfachen und damit auch einen Beitrag an die überall angestrebte Rationalisierung der Armee-Verpflegung zu leisten.

Das „Nichtkochen“ bedeutet natürlich keinesfalls die Zumutung an unsere Mägen, eine Suppe gewissermassen „roh“ aufnehmen zu müssen. Das Kochen ist lediglich vorverlegt worden, nämlich an die Fabrikationsstätte der Suppen, wo dank verbesserter Herstellungsverfahren das Aufschließen der Suppenmehle so weitgehend zum voraus besorgt werden kann, daß die Arbeit der Hausfrau oder des Truppenkochs sich tatsächlich auf ein Einrühren ins kochende Wasser beschränken darf. Es ist also alle Vorsorge für eine leichte Verdaulichkeit und eine volle Ausnützung der Nährwerte wie auch für die geschmackliche Befriedigung getroffen. Das beim Einstreuen des Suppenstoffes ins siedende Wasser erforderliche Umrühren bedingt übrigens von selbst noch ein Mitkochen von 1—2 Minuten, wobei selbstverständlich noch zugegeben werden kann (auf kleinem Feuer), wenn zum Beispiel eine Wurst mitgekocht werden soll.

Bei der Beschränkung auf das Notwendigste bewirken die Rapid-Suppen nebst einer Brennstoff-Ersparnis einen Zeitgewinn von 20 Minuten, denn solange

ungefähr mußten die Militär-Suppen bisher im zum Sieden gebrachten Wasser noch gekocht werden. Angesichts der heutigen Anforderungen an die Beweglichkeit der Truppe können zweifellos diese 20 Minuten gerade für den auf die Gamelle angewiesenen Soldaten schon viel ausmachen.

M. B.

## **Folsäure in Nahrungsmitteln**

Aus Spinatblättern und aus Hefe, Leber, konnte Spies vor ca. 2 Jahren eine Substanz ausziehen, die gewisse Anämien heilte. Es handelte sich um ein neues Vitamin, „Folinsäure“ getauft, weil aus Blättern (foglio, feuille) stammend. Diese Folinsäure gehört zur Vitamin-B-Gruppe und wurde deshalb auch Vitamin Bc, B'' genannt. Man erforschte die chemische Konstitution und kann die Folsäure heute synthetisch herstellen. Die „Chimia“ entnimmt nun dem „Journal amer. Dietetic Assoc.“ Angaben, in welchen Nahrungsmitteln dieses Vitamin Bc gefunden wurde: Dessen Gehalt war sehr hoch bei frischen, tiefgrünen Blättergemüsen und Leber; hoch bei frischen grünen Gemüsen, Blumenkohl und Nieren; mittel bei Rindfleisch, Kalbfleisch und trockenen Frühstückspräparaten aus Weizen; niedrig bei Wurzelgemüsen, Tomaten, Gurken, hellgrünen Blattgemüsen, Bananen, Schweinefleisch, Schinken, Schafffleisch, Käse, Milch, trockenen Frühstückspräparaten aus Reis und Mais, sowie bei vielen Konserven. Nach der Arbeit von Olsen, Burris und Elvehjem in der obigen amerikanischen Zeitschrift waren Verluste an Vitamin Bc beträchtlich, wenn Gemüse bei Raumtemperatur aufbewahrt wurde, gering dagegen im Kühlschrank oder im Eis. Es wird auch über den Einfluß verschiedener Behandlungsverfahren auf den Folsäure-Gehalt von Nahrungsmitteln gesprochen.

-r.

## **Zeitschriftenschau**

### **Flugfunk—Flugsicherung**

Dem Flugfunk und der Flugsicherung ist eine im September erschienene Sondernummer des „PIONIER“ gewidmet. Ihre gediegene Gestaltung und ihr umfassender Inhalt verdienen es, daß wir auf sie hinweisen. Im ersten Teil des 58 Seiten starken Heftes, dem der Waffenchef der Flieger- und Flab-Truppen, Oberstdiv. Rihner ein Geleitwort vorangesetzt hat, wird die Bedeutung des Verbindungswesens für die Militärluftfahrt geschildert. Im zweiten Teil kommt die Zivilluftfahrt zum Wort. Bei der großen Zahl von Mitarbeitern für diese Nummer ließen sich Wiederholungen natürlich nicht vermeiden.

Wir gratulieren dem Eidg. Verband der Übermittlungstruppen und der Vereinigung schweiz. Feldtelegraphen-Offiziere und -Unteroffiziere zur initiativen Redaktion ihres Verbandsorganes, die Albert Häusermann anvertraut ist. — Die Sondernummer kann zum Preis von Fr. 1.50 bei Postfach 106, Zürich 40 bezogen werden.