

Inländisches Gemüse

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): **23 (1950)**

Heft 10

PDF erstellt am: **20.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Inländisches Gemüse

Es sind jetzt erhältlich:

Speisekartoffeln	Peterli
Blumenkohl	Randen roh und gekocht
Endiviensalat	Sauerkraut
Karotten, gewaschen und ungewaschen	Sauerrüben
Knoblauch	Sellerie
Kopfsalat	Schnittlauch
Krautstiele mit und ohne Kraut	Spinat
Lauch	Weiss- und Rotkabis
Oberkohlrabi	Wirz
	Zwiebeln

Endiviensalat

wirkt verdauungsfördernd und appetitanregend, ist blutbildend und vitaminreich. Die grünen Blätter sind vitaminreicher als die gebleichten; also diese nicht wegwerfen!

Lauch

steht als Blutspender in den vordersten Rängen. Im weitem enthält er alle wichtigen Nährsalze. Sein Wert wird noch erhöht durch seine der Zwiebel ähnlichen Würz- und Arzneistoffe. Sein Gehalt an Eiweiss und an Kohlenhydraten geben ihm zu all' dem noch eine gewisse Nährkraft.

Daher den Lauch nicht nur zum Würzen der Gemüse verwenden, sondern ihn selbst als Gemüse zubereiten.

Schnittlauch

sollte zu jeder möglichen Speise genommen werden, und zwar nicht nur, weil man die Speisen damit gut garnieren kann, sondern weil der Schnittlauch wichtige Nährsalze wie Kalk, Eisen, Phosphor, Kali und Magnesium enthält. (Mitgeteilt von der Schweiz. Genossenschaft für Gemüsebau SGG Kerzers)

Mitteilungen des eidg. Oberkriegskommissariates

Einrücken der Wehrmänner bei K. Mob. mit Verpflegungsmitteln für 2 Tage

Bei einer Kriegsmobilmachung haben die einrückenden Wehrmänner Lebensmittel für 2 Tage mitzunehmen. Diese Verpflegung ist in erster Linie für die persönlichen Bedürfnisse des Wehrmannes im Falle von Störungen der K.Mob. bestimmt. Sie soll seinen Ernährungsgewohnheiten angepasst sein und aus haltbaren Artikeln bestehen.