

Zeitschrift:	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
Herausgeber:	Schweizerischer Fourierverband
Band:	42 (1969)
Heft:	9
 Artikel:	Die Verpflegung im Gebirge
Autor:	Löhnert
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-518007

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: 19.01.2026

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

Die Verpflegung im Gebirge

von Hptm Löhnert, Kom Of Geb Div 12

3

Die Leistungsfähigkeit der Truppe im Gebirge hängt in entscheidendem Masse von der Ernährung ab. Diese einfache Feststellung verpflichtet einerseits den Kommandanten, bei der Vorbereitung von Gebirgsaktionen der Verpflegungs- und Nachschubplanung gleiches Gewicht wie taktischen Überlegungen beizumessen, anderseits tragen die Organe der Verpflegung die grosse Verantwortung, dem Wehrmann unter den gegebenen Umständen bestmögliche Nahrung zur Verfügung zu stellen. Nach den Erfahrungen aus den Gebirgs-WK der letzten Jahre haben sich folgende Gesichtspunkte als wesentlich herausgestellt:

Kaloriebedarf (Energiestoffe)

(1 Kalorie entspricht derjenigen Wärmemenge, die nötig ist, um einen Liter Wasser auf Meereshöhe um 1° , d. h. zum Beispiel von 14° auf 15° zu erwärmen.)

Während im Tal ein Mann durchschnittlich 2500—3500 Kalorien benötigt, steigt der tägliche Kalorienbedarf bei Dauerbeanspruchung im Gebirge rasch an; der Verbrauch übersteigt nicht selten 4000 Kalorien und kann im Extremfall bis auf ca. 4500 Kalorien ansteigen. Kalte Witterung und mehrtägiger Aufenthalt im Biwak erhöhen den Kalorienbedarf erheblich; eintönige, im Ablösungsturnus durchzuführende Tätigkeiten am gleichen Ort, längere Wartezeiten im Biwak oder Hüttenunterkunft verleiten dazu, vermehrt zu essen.

Der Kalorienverbrauch sinkt ab, wenn die Truppe im Sommer bei schwülem Wetter längere Zeit marschiert oder wenn im Spätwinter und Frühling längere Aufstiege auf Skis bei starker Sonneninstrahlung erfolgen. Ferner tritt eine Reduktion des Nahrungsverbrauches ein, wenn durch die militärische Tätigkeit der gewohnte Tagesrhythmus gestört wird.

Bei einer Dauerbeanspruchung der Truppe ist darauf zu achten, dass in der Ernährung die zwei Hauptgruppen: Energiestoffe wie Kohlehydrate, Eiweiss und Fett einerseits und Schutzstoffe wie Vitaminträger und Mineralstoffträger anderseits angemessen berücksichtigt sind.

a) *Kohlehydrate*, vorhanden in Brot, Militärbiskuits, Kartoffeln, Teigwaren, Reis, Mais, Hülsenfrüchten, Zucker, Schokolade, Konfitüre usw. sind rasch wirksame Energiespender. Sie werden auch bei Müdigkeit und bei Hitze noch gegessen. Ihre Wirkung hält jedoch nur kurze Zeit an, was eine regelmässige Zufuhr in Abständen von ca. 2 Stunden notwendig macht.

b) *Eiweiss und Fett*, vorhanden in Milch, Käse, Oel, Butter, frischem und getrocknetem Fleisch, Speck, Eiern, Dauerwürsten, Nüssen usw. sind notwendig, wenn länger dauernde Anstrengungen bevorstehen, oder wenn während der vorgesehenen Aktionen mit starker Abkühlung zu rechnen ist.

c) *Vitamine*, vorhanden in Grüngemüse (Kartoffeln, Kohl, Bohnen, Spinat, Rüebli, Sellerie, Kopfsalat) frischem Obst, Dörrobst und, weniger bekannt Leber und Kutteln, müssen dem Körper unbedingt als Schutz gegen Infektions- und andere Krankheiten zugeführt werden.

d) *Mineralstoffe*, für den Körper ebenfalls unerlässlich, sind unter anderem vorhanden in Kuhfleisch, Milch, Kartoffeln, Brot, Obst, Gemüse.

Flüssigkeitsbedarf

Messungen über den Flüssigkeitsverbrauch der Truppe im Gebirgsdienst haben ergeben, dass der Flüssigkeitskonsum im Sommer bei regnerischem und feuchtem Wetter 2,5 bis 3 Liter pro Mann und Tag erreicht; er steigt bei heissem Sommerwetter und bei Aufstiegen über Schnee und Gletscher, die im Frühjahr unter starker Sonneneinstrahlung erfolgen, auf 5 bis 8 Liter an. Der Wasserverlust ist während Marsch- und Arbeitspausen, vor allem aber während Ruhezeiten auszugleichen. Unter Dauerbeanspruchung wirkt sich ein Flüssigkeitsdefizit in verschiedenartigen Beschwerden aus: Unlust zum Essen, Mattigkeit und Lethargie, Abneigung gegen trockene, fetthaltige oder hochkonzentrierte Nahrungsmittel, Verdauungsbeschwerden oder Kopfschmerzen.

Besonders hoch ist die Anfälligkeit der Truppe auf Flüssigkeitsdefizite bei zwei- bis dreitägigen Dislokationsmärschen während der Umstellungs- und Anpassungsperiode zu Beginn eines WK.

Die Feldflasche gestattet nur eine ungenügende Ausrüstung mit Marschtee. Um Austrocknungserscheinungen vorzubeugen, sind die Gruppenköche anzuhalten, bei Marsch- und Arbeitspausen von 30 oder mehr Minuten unaufgefordert heiße Getränke zuzubereiten; besonders wichtig ist die Abgabe von heißen Getränken, wenn die Truppe ein Schneebiwak vorbereitet.

Durch Schwitzen verliert der Körper jedoch nicht nur Flüssigkeit, sondern der Salzhaushalt wird gestört; grosser Salzverlust zeigt sich durch Krusten auf den Lippen. Diese Salzverluste sind durch Einnahme von Bouillon, Konservensuppe, Tee eventuell Wasser mit leichter Salzzugabe zu ersetzen.

Flüssigkeiten sollen im Aufstieg in nicht zu grossen Mengen genossen werden. Alkoholische Getränke und die Beigabe von Spirituosen in Tee oder Kaffee sind abzulehnen. Der kurzfristigen aufpeitschenden Wirkung des Alkohols folgt die um so grössere Erschlaffung. Im Winter macht starker Alkoholgenuss kälteempfindlich und führt zu Erfrierungen besonders der Gliedmassen (Finger und Zehen).

Wird dem Wehrmann Gelegenheit geboten, den Flüssigkeitsverlust laufend zu ersetzen, so lässt sich die Zahl der die Krankenvisite belastenden Patienten, die über Unpässlichkeit klagen, in auffälligerweise senken.

Wasser und Wasserbeschaffung

Für den Standort einer Truppenküche ist das Vorhandensein von gesundem Wasser etwas vom wichtigsten. Quellen im Gebirge sind selten; so ist man meistens auf Oberflächenwasser angewiesen, das stets mit Vorsicht zu benützen und nicht ungekocht getrunken werden soll. Grundsätzlich soll der Truppenarzt das Wasser vor der Verwendung begutachten und eventuell entscheiden, ob es unbehandelt als Trinkwasser verwendet werden kann.

Sofern Schnee oder Eis zur Wassergewinnung verwendet werden muss, sind geeignete Plätze durch Markierung dafür zu reservieren. Dabei gräbt man zuerst ein Schneeprofil und entnimmt den Schnee aus stark verfirnten Schichten oder aus Schwimmschneetaschen; ferner eignen sich Eislinsen oder Eisschichten. Lockerschnee ist wenig ergiebig; das Schmelzen braucht viel Zeit und Brennstoff. Schnee- und Eiswasser kann durch die Zugabe von Kochsalz, Zucker, Fruchtsaft schmackhaft gemacht werden. Muss sich eine Truppe mehrere Tage mit Schmelz- oder Regenwasser behelfen, so tritt ein Mangel an Mineralsalzen ein. Durch vermehrte Abgabe von salzhaltigen Getränken und Speisen, gegebenenfalls auch mit besonderen Mitteln nach Weisung des Arztes, ist den nachteiligen Wirkungen des Mineralsalzmangels zu begegnen.

Auswahlmöglichkeit

Die Truppen kommen aus Bevölkerungsgruppen mit sehr unterschiedlichen Essgewohnheiten und verschiedenen Geschmacksrichtungen, außerdem wechselt bei Änderung der Witterung erfahrungsgemäß das Bedürfnis nach bestimmten Nahrungsmitteln, indem z. B. bei kalter Witterung fetthaltige Verpflegungsartikel bevorzugt werden, die bei hohen Temperaturen, bei schwülem Wetter und bei starker Einstrahlung kaum gegessen werden und oft sogar Ekel erregen. Besonders auffällig ist die Einstellung der Truppe gegenüber Brot; bei trockenem Wetter wird heute Brot von vielen Wehrmännern abgelehnt.

Eine weitere Erfahrung besteht darin, dass bei Erreichung der körperlichen Leistungsgrenze die Nahrungsaufnahme oft verweigert wird oder sich auf einige bevorzugte Artikel beschränkt. Diese Erfahrungen zeigen, dass bei der Zusammenstellung der Verpflegung eine genügende Auswahlmöglichkeit geschaffen werden muss. Bei Abgabe von Verpflegungsartikeln für ein oder zwei Tage hat sich folgende Lösung bewährt:

Bei der Rückkehr in die Unterkunft werden die noch vorhandenen Verpflegungsmittel abgegeben und am nächsten Tag zur zusätzlichen Fassung bereitgestellt. Ferner sollte der einzelne Wehrmann dazu angehalten werden, ihm nicht zusagende Verpflegungsartikel unmittelbar nach dem Fassen wieder abzugeben. Der vorgeschlagene Ausgleich lebt sich bei entsprechender Instruktion der Truppe rasch ein; ferner bietet diese Massnahme die erwünschte Gelegenheit, Aufschluss über Bevorzugung und Ablehnung bestimmter Verpflegungsartikel zu erhalten. Weiter kommt so gespartes Geld, Teil des Verpflegungskredites, dem Wehrmann wieder zugute, kann doch der Verpflegungsartikel auf irgend eine Art wieder gebraucht werden, der erfahrungsgemäß nicht selten auf einsamer Höhe vergraben wurde oder als Wurgeschoss die Breite oder Tiefe einer Schlucht zu messen hatte.

Beliebte Verpflegungsartikel und Menus sind bewusst einzusetzen, wenn bei Ermüdung und unter ungünstigen Witterungsverhältnissen Appetitlosigkeit, Übermüdung und herannahende Erschöpfung eintreten. Gelingt es in solchen Situationen nicht, die Truppe zum Essen zu bringen, so treten in kurzer Zeit Ausfälle ein.

Nachschnup im Gebirge

Das teilweise oder gänzliche Fehlen von Ortsressourcen im Gebirge erschwert und verteuert die Verpflegung der Truppe in hohem Masse. Dies gilt vor allem für die Beschaffung von Gemüse und Obst. Durch kluge Zusammenstellung der Menus und der verwendeten Lebensmittel ist danach zu trachten, die Transportgewichte möglichst klein zu halten. Es muss vermehrt auf konservierte Nahrungsmittel gegriffen werden, wie Gemüsekonserven, Trocken- und Dörrgemüse sowie Fertigprodukte wie Stocki, Spätzli usw. Dadurch sind grosse Einsparungen an unnötigem Ballast (Wasser) möglich.

Erfolgt während eines Transportes der Umlad von Lebensmitteln ab Motorfahrzeugen auf Pferde oder Träger, sind die Waren von Anfang an in entsprechende Traglasten aufzuteilen. Bei schlechter Witterung oder wenn die Lebensmittel beim Auf- und Abladen mit Schnee in Berührung kommen, sind sie zusätzlich in Zeltpfachen einzwickeln; Papier- und Stoffsäcke bieten keinen genügenden Schutz gegen Nässe. Für den Transport empfindlicher Waren eignen sich leere Kochkisten und Speiseträger sehr gut (meistens frommer Wunsch, da zuwenig). Kleinere Packungen können in, innen mit Zeltpfachen ausgelegten Harassen versorgt, als Oberlast (Pferd) oder Traglast (Mannsgut) transportiert werden.

Truppen im Bewegungsverhältnis und Hochgebirgspatrouillen oder Detachementen ist die Verpflegungsausrüstung bis zu zwei Tagen auf den Mann abzugeben. Dabei ist wiederum der Verpackung aller Lebensmittel sorgfältigste Beachtung zu schenken. Soweit nicht verpackte Einzelportionen abgegeben werden können, sind die Lebensmittel pro Gruppe nach Artikeln getrennt zu verpacken. Folgende Erfahrungen sollten berücksichtigt werden:

- fetthaltige Nahrungsmittel (Butter, Käse, Wurstwaren, Speck usw.) sind von den übrigen Lebensmitteln getrennt in der Gamelle oder in Plastikbehältern zu verpacken.
- für den Transport von Früchten eignen sich nur stoßsichere Behälter (Gamelle).
- Haferflocken, Reis, Teigwaren gehören in Plastiksäcke.
- gekochte Kartoffeln (für die Zubereitung von Rösti) gehören in die Gamelle.
- Brot wird, getrennt von den übrigen Verpflegungsartikeln, in Plastiksäcke verpackt; so trocknet es weniger rasch aus und nimmt auch keinen Nebengeschmack an.
- bruch- und stossempfindliche Artikel wie Suppenwürfel, Würfelzucker, Biskuits, Schokolade sind gegen Stösse geschützt zu verpacken.
- frostgefährdete Artikel sind durch Isolationsverpackung (Einhüllen in Zeitungen oder Reservewäsche usw.) im Rucksack zu transportieren.

Kochen

Gemäss Ziffer 129 des Gebirgsreglementes sind für die Zubereitung der Verpflegung im Gebirge in erster Linie bestehende Kocheinrichtungen in Alphütten, Klubhütten, Militärbaracken oder andern Gebäuden zu benützen. Wenn immer wie möglich ist davon Gebrauch zu machen, vereinfachen doch solche permanente Kocheinrichtungen das Kochen und die Lagerhaltung der Verpflegungsmittel. Leider ist es in Friedenszeiten oft aus praktischen Gründen (Hüttenbelegung durch Private) nicht möglich, auf den erwähnten Hütten zu basieren. Zudem muss hier darauf hingewiesen werden, dass bei Benützung von Kocheinrichtungen in Klubhütten das Holz unbedingt von der Truppe mitgebracht oder nach Verlassen der Hütte das gebrauchte Brennmaterial ersetzt werden muss. Die Holztaxe für die Zubereitung der Mahlzeiten muss andernfalls aus dem Verpflegungskredit berappt werden.

Kochen in Kochkisten

Die Zubereitung der Verpflegung in Kochkisten ist finanziell immer vorteilhafter als die Abgabe von Zwischenverpflegungen. Dieser Umstand sowie die bekannten Transportschwierigkeiten bestimmen den Einsatz der Kochkisten. Überall dort, wo die Truppe mit Fahrzeugen erreicht werden kann, ist die Verpflegung aus Kochkisten zweckmäßig und vorteilhaft.

Die Auswahl der Menus ist etwas kleiner als beim Kochen in stationären Kücheneinrichtungen, jedoch bedeutend grösser als beim Kochen in der Gamelle, resp. mit dem Geb-Kochapparat. Die Hauptmerkmale einer guten Kochkistenverpflegung sind: einfach, der Arbeit und dem Standort der Truppe angepasst, zweckmässig in der Zusammenstellung.

Abkochen

Wie bereits erwähnt wird Truppen im Bewegungsverhältnis, kleineren Detachementen und Patrouillen sowie Gruppen im Hochgebirgsseinsatz die Verpflegungsausrüstung auf den Mann abgegeben. Obwohl jeder Wehrmann im Gebirge in der Lage sein soll, seine Speisen und Getränke selbst zu erwärmen und zuzubereiten, wird vorteilhaft innerhalb von Gruppen abgekocht. Auf je 6 — 10 Mann wird ein Gruppenkoch bestimmt, der für das Fassen der Verpflegung, der Kocher und des Brennmaterials verantwortlich ist. Bei der Zuteilung der Lebensmittel ist zwischen Einzelportionen und Gruppenbedarf zu unterscheiden. Um Misserfolge zu vermeiden, sind die Gruppenköche in der Bedienung der Brenner und in der Zubereitung der vorgesehenen Menus durch Fourier oder Küchenchef in der Unterkunft praktisch zu schulen; diese Ausbildung macht sich erfahrungsgemäss bezahlt. Die Vorbereitung einer Lebensmittelliste mit Unterscheidung nach Einzel- und Gruppenportionen und eines Menuplanes erleichtern die Kontrolle und die Übersicht über die Verpflegung.

Grundsätzlich sind zwei warme Mahlzeiten (Frühstück und Nachtessen) vorgesehen. Die Hauptmahlzeiten werden auf den Abend verlegt. Die Abgabe kalter Zwischenverpflegung für das Mittagessen hat sich im Sommer und Winter bewährt, wenn die Gruppenköche Gelegenheit für die Zubereitung von heissen Getränken oder Suppen haben.

Dieser Abschnitt, überschrieben mit Abkochen, sollte richtigerweise als Titel tragen «Das Abkochen im Einzelkochgeschirr», besteht doch bis heute noch die Meinung, dass der Wehrmann zum Abkochen vorwiegend seine Gamelle zu benutzen hat. Mag die Gamelle im Unterland ihren Zweck noch erfüllen, trotzdem sie dort sicher in taktischer Hinsicht nicht befriedigen kann, dient sie im Hochgebirge wohl als praktischer Verpackungsgegenstand und Essgeschirr, ihren eigentlichen Zweck jedoch kann sie nicht mehr erfüllen, da die Patrouillen ihre Aufträge und Aktionen meistens oberhalb der Waldgrenze zu erfüllen haben. Ein Mittragen von Brennholz kommt selbstredend nicht in Frage. Für das Abkochen bleiben die praktische Bordeflasche, der Metakocher und der Petrolvergaser.

Die Bordeflasche eignet sich sehr gut zur Getränke- und Bouillonzubereitung.

Der Metakocher bewährt sich im Sommer bestens. Im Winter jedoch, bei tiefen Temperaturen und in grosser Höhenlage, ist der Kocher, da zu wenig wärmeintensiv, leider vielfach unbefriedigend, oftmals sogar untauglich. Dies soll den Gruppenkoch trotzdem nicht davon abhalten, die Speisen nicht im Iglu, wo gewohnt und geschlafen wird, zuzubereiten (Metadämpfe).

Der Petrolvergaser schliesslich ist bei fachkundiger Behandlung ein recht guter Kocher, wenn wir auch nicht verhehlen wollen, dass die Handhabung einige Übung braucht und dass sein Gewicht von 2250 g bei einer Gebirgspackung zu fest «ins Gewicht» fällt.

Das Gebirgsmaterial wird ständig verbessert (Zelt, Seil, Haken usw.); *sicher wird früher oder später auch einmal der dringend notwendige Kocher angeschafft: leichter Gasbrenner mit Gasbombe*.

Kochdauer

Beim Abkochen durch die Truppe ist dem Zeitbedarf die erforderliche Beachtung zu schenken. Man rechnet für die Zubereitung von Getränken und Speisen, ab Kommando Marschhalt bzw. halten, folgende Richtzeiten:

Suppen und Tee	ca. 30 Minuten	Teigwaren, Reis, Haferbrei	ca. 45 Minuten
Kaffee und Kakao	ca. 45 Minuten	Pilaff (Teigwaren oder Reis)	ca. 90 Minuten

Für die Zubereitung eines Nachtessens bestehend aus: Suppe, Teigwaren, Plätzli und Tee benötigt ein geübter Patrouillenkoch ca. 90 Minuten.

Diese Zeit kann jedoch nur eingehalten werden, wenn vorher die Faustregel beachtet wurde, wonach pro 3 Mann mindestens ein Kochapparat und Bordeflasche gefasst werden müssen. Ein versierter Koch einer Gruppe von 8 — 10 Mann setzt dann z. B. seine Kochgeschirre wie folgt ein:

- 3 Kochgeschirre für die Suppe und die Speisen (Teigwaren und Plätzli).
- 2 Kochgeschirre für das warme Wasser (Tee).
- 1 Kochgeschirr als Reserve.

Selbstverständlich muss mit einer wesentlich längeren Abkochzeit gerechnet werden, wenn kein Wasser zur Verfügung steht und zuerst Schnee geschmolzen werden muss. In Erinnerung gerufen sei, dass bei zunehmender Höhe über Meer der Siedepunkt des Wassers sinkt; die Kochdauer nimmt erheblich zu.

In den erwähnten Zeiten inbegriffen ist, was nicht unerwähnt bleiben darf, die Reinigung der Kochgeschirre. Diese muss unbedingt jedesmal und gründlich vorgenommen werden. Dem Gruppenkoch muss dafür ein zweckdienliches Pfannenputzmittel mit Reinigungspulver (abgefüllt in irgend einer Art Dose) sowie ein gewöhnlicher Lappen abgegeben werden, obwohl auch hier die Ausgaben dem Verpflegungskredit belastet werden müssen.

Besondere Schutzmassnahmen der Lebensmittel vor Kälte

Ein grosses Problem im Gebirgsdienst ist der Schutz der Nahrungsmittel vor Frost. Gleichzeitig ermöglicht uns aber die Kälte, Nahrungsmittel zu konservieren. Sehr tiefe Temperaturen sind für die Lebensmittel günstiger, als Temperaturen von nur 2—3 Grad unter Null. Bei einer Kälte von —12 Grad und mehr können die meisten Lebensmittel ohne Bedenken eingefroren werden. Nachteile sind bei späterer Verpflegung nicht zu befürchten. Dies gilt nicht nur für Fleisch, sondern auch für Brot, Gemüse, Obst usw.

Bei Temperaturen von nur einigen Graden unter Null sind jedoch die Lebensmittel, vor allem Brot, Obst, Gemüse, Kartoffeln vor Frost zu schützen. Ist kein warmer Raum vorhanden, sind die Packungen aufeinander zu schichten und mit Plastikhüllen, Decken, Zeltplachen, Tannästen, Stroh usw. gut abzudecken. Leere Kochkisten bieten infolge ihrer Isolation ohne weitere Vorbereiungen einen gewissen Schutz. In den rostfreien Kisten können ohne Bedenken auch gekochte Lebensmittel aufbewahrt werden. Das Auftauen von Nahrungsmitteln erfolgt vorteilhaft wie folgt:

Mit Benzinvergaser Rost erhitzen und diesen ganz heiß in Kiste verbringen. Nach einiger Zeit wird er wieder herausgenommen und die Lebensmittel in die Kiste gelegt. Gefrorenes Brot wird in Scheiben geschnitten; diese Tranchen können, in die Bratpfanne gelegt, ebenfalls in der vorgewärmten Kiste essbar gemacht werden. Der süsse Geschmack gefrorener Kartoffeln verschwindet, wenn diese zum Auftauen 24 Stunden in einem warmen Raum lagern und dann sofort gekocht werden. Müssen hartgefrorene Kartoffeln zur Verwendung gelangen, sind sie in kaltes Wasser einzulegen und dann zu kochen. Gefrorenes Gemüse wird ebenfalls in kaltem Wasser aufgesetzt. Gargekochte Kartoffeln für das Zubereiten von Rösti, welche Patrouillen mitgegeben werden, die der Kälte ebenfalls zum Opfer fallen können, dürfen ohne gesundheitsschädliche Bedenken, hartgefroren geschnetzt und alsdann gekocht gegessen werden. Ihr süßer Geschmack wird mit entsprechenden Gewürzen überdeckt.

Im Rucksack sind die kälteempfindlichen Lebensmittel mit der Reservewäsche so gut als möglich zu schützen. In der Nacht ist es — selbst im Iglu, wo der Barometer dank der Körperwärme der darin schlafenden Leute zwar meistens über Null Grad liegt — vorsichtiger, die Verpflegungsartikel zu sich in den Schlafsack zu stecken; bei extrem tiefen Temperaturen sind die Leute dazu anzuhalten.

Menuplangestaltung

Seit Jahren bemühen sich Fourier und Küchenchef, für das Abkochen und für die Zwischenverpflegung Menus aufzustellen, die einerseits bekömmlich und ausreichend, anderseits aber auch für das Verpflegungsbudget tragbar sind. Die Resultate waren recht verschieden, nie aber ganz befriedigend. Während den letzten Gebirgskursen wurde nun in dieser Richtung systematisch geforscht (Fragebogen über Beliebtheit von Verpflegungsartikeln und Menus, Anregungen, Vorschläge usw.) und ausgewertet. Nachfolgend das Ergebnis, wobei die Menus in der Reihenfolge ihrer Beliebtheit aufgeführt sind:

Menus zum Abkochen (Nachtessen) für Sommer und Winter

- | | | |
|---|---|--|
| 1. Konservensuppe
Cervelats gebraten
Hörnli mit Käse (20)
Bircher Müesli
Nescafé | 2. Bouillon
Plätzli (100)
oder Speck (100)
Reis mit Käse (20)
Tee | 3. Brotsuppe
Bratwurst
Rösti
Käse (50)
Nescafé |
| 4. Konservensuppe
Fleischkonserve
oder Fleischkäse (150)
Hörnli mit Käse (20)
Tee | 5. Konservensuppe
Bernerplatte mit grünen Bohnen
Nescafé | |

Zwischenverpflegungen als Ersatz für das Mittagessen

a) *Sommer*

- | | | | |
|--|---|---|--|
| 1. Trockenfleisch oder
Kalter Braten (130)
2 Eier
Choc Ovo
2 Äpfel | 2. Mortadella (150)
Rauchkäse (50)
Militärschokolade
Dörrfrüchte | 3. Fleischkäse (150)
Tilsiter (50)
1/2 Milchschokolade
Birne / Apfel
eventuell Fruchtsaft | 4. 1 Thon
1 Cervelat
Militärschokolade
2 Rüebli |
|--|---|---|--|

b) *Winter*

- | | | | |
|--|--|--|---|
| 1. Speck (100)
Käse (50)
Militärschokolade
Fruchtsaft | 2. 1 Fleischkonserve
Tilsiter (50)
Choc Ovo
1 Orange oder
Fruchtsaft | 3. 1 Büchse Sardinen
1 Leberpaine
Militärschokolade
Dörrfrüchte | 4. 1 Thon
1 Landjäger
Tilsiter (50)
Ovo, ged. Feigen /
Zwetschgen |
|--|--|--|---|

Bei der Zusammenstellung der erwähnten Menus müssen unter anderem folgende Faktoren berücksichtigt werden:

- Dauerwurstwaren sind durchaus nicht vor Verderbnis gefeit, wenn Salzung, Räucherung oder Trocknung nicht fachgemäß erfolgten.
- Landjäger sollen im Sommer nie abgegeben werden, sie sind unbeliebt und werden nicht gegessen.
- Im Sommer ist nie zu fetthaltige Nahrung abzugeben; im Winter dagegen ist dies unerlässlich.
- Bei den Abkochmenus wurde teilweise auch noch darauf geachtet, dass Teile des Menus auch verpflegt werden könnten, wenn die Gelegenheit zum Abkochen fehlte (langdauernde Feind-einwirkung, Nichtverraten durch Feuerentfachung usw.).
- Den häufigen Anregungen der Truppe Folge leistend, es seien Fruchtsäfte und Trockenfleisch abzugeben, wurde teilweise Folge geleistet.

Um im Rahmen des Verpflegungskredites zu bleiben, musste ein Kompromiss getroffen werden. Im Sommer erscheint das Trockenfleisch auf dem Menuplan, währenddem die zweite finanzielle «Extravaganz», der Fruchtsaft im Winter abgegeben werden kann. Dieser hat dann als hauptsächlichster Vitaminspender zu dienen, wenn Äpfel und Birnen nicht mehr, Orangen nur bedingt, abgegeben werden können (Gefriermoment).

- Heute schon ein alltäglicher Bestandteil eines Militärmenus ist der in drei Abkochmenus vorgesehene Nescafé. Diese psychologische Beigabe bewährt sich ganz besonders.

Nicht aufgeführt auf dem Menuplan ist das Brot, welches mit weiteren Artikeln wie Militärbiskuits, Teebeuteln, Zucker und Suppenkonserven à discrédition gefasst werden kann.

Ebenfalls nicht schlecht bewährt hat sich die Methode, Reis, Teigwaren, Hülsenfrüchte usw. vorzukochen, so dass das Abkochen lediglich im Aufwärmen des abgegebenen Nahrungsmittels besteht. Nachteil: viel grösserer Platzbedarf und gewichtsvergrössernd.

Die Kommandanten sollten das nötige Verständnis für die Verpflegungsbelange haben und Fourier und Küchenchef in ihren oft schweren Belangen unterstützen, indem sie den Fourier rechtzeitig über Verschiebungen, Einsätze und Aktionen informieren, damit er genügend Zeit für die nötigen Verpflegungsdispositionen hat. Gut disponiert heisst, die vorhandenen Geldmittel maximal ausschöpfen und zum Wohle der Truppe richtig einsetzen. Vergessen wir nicht, der Fourier muss mit dem ihm vom Bund zur Verfügung gestellten Verpflegungskredit von zurzeit Fr. 3.50 pro Mann und Tag und den eventuellen Zulagen (Gebirgs- und Höhenzulagen) auskommen.

Bücher und Schriften

Beachtenswerte Neuerscheinungen aus dem Albert Müller-Verlag, Rüschlikon

Ursula Bruns, Lieber kleiner Esel

Ein liebreizendes kleines Büchlein, das dem Leser den in unseren Breitengraden nur noch selten anzutreffenden, langohrigen Helfer des Menschen näher bringt. Es scheint bei allen Säugetieren — auch der Mensch ist ein solches! — der Fall zu sein, dass das Kleinkind von besonderem Charme ist, so dass man sich bisweilen bei dem Stoßseufzer ertappt: wie schade, dass sie älter werden müssen! In dem Büchlein sind es vor allem die Photos von Dirk Schwager, welche das Wort vom dummen Esel Lügen strafen und die zeigen, dass dieser es faustdick hinter seinen langen Ohren hat.

Heinrich Hunziker, ABC für Sportfischer

Das Fischen, soweit es nicht ein Beruf und damit Broterwerb ist, wird bei uns meist als Sport, als Hobby, als Freizeitbeschäftigung und als Entspannung betrieben. Seine Kunst wird vom Vater auf den Sohn und vom Freund auf den Freund übertragen. Dass es darüber hinaus auch eine kleine Wissenschaft ist, zeigt das Buch von Heinrich Hunziker, das jeden Freund sportgerechten Fischens in die Geheimnisse dieser Kunst einführen möchte. Seine leicht verständliche und fachlich saubere Darstellung vermittelt vorerst eine Klärung der Begriffe — man ist versucht von «Fischerlatein» zu sprechen — zeigt und erläutert die benötigten Gerätschaften und schildert die Technik und die Tricks der verschiedensten Arten des Sportfischens. Für den Anfänger bedeutet das Buch eine gute Einführung, aber auch der Fortgeschrittenen und selbst der Könner wird darin mannigfache Anregung finden und wäre es auch nur die Bestätigung eigener Einsichten und Erfahrungen.

James Huntington, Leben am Nordrand der Welt

Dass auch in unserem Zeitalter der Technik noch Platz ist für Abenteuer und echte Pionierleistung zeigt dieses Buch sehr eindringlich. Es schildert zuerst, wie eine Frau allein den 1600 km langen Weg durch die Einöde Alaskas begeht, der sie zu ihrer Familie führen soll. Hier in der wilden Einsamkeit wachsen ihre drei Kinder — das eine davon ist der Verfasser — auf. Ihr Leben in der Wildnis, gegenüber der Verlassenheit und der Gefahr wird von ihm sehr plastisch beschrieben. Grosse Anstrengungen werden von ihm gefordert und immer wieder muss sich sein Mut vor der Gefahr bewähren. Er bleibt aber Sieger im Kampf gegen die Gefahren, die ihn dauernd umgeben. Seine Schilderung gibt Kunde von diesem unentwegten Kampf um das Bestehen und legt in eindrücklicher Weise Zeugnis ab von der Kraft des menschlichen Willens zum Widerstehen und zum Leben.

Kurz