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

Herausgeber: Schweizerischer Fourierverband

Band: 50 (1977)

Heft: 10

Artikel: Gemüse

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-518619

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: 02.10.2025

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

Gemüse

Wir wissen es ganz besonders zu schätzen, dass Adj Rickenbacher nochmals einen Artikel verfasste für unsere Zeitschrift. In seinem folgenden Bericht erklärt er vor allem Qualitätsvorschriften über Gemüse, speziell Karotten und deren Verwendungsmöglichkeiten. Adj Rickenbacher wird auf Jahresende altershalber aus dem Instruktionsdienst austreten. Nur ungern verzichten wir inskünftig auf seine lehrreichen Beiträge, die sein grosses fachliches Wissen dokumentieren.

St.

GEMÜSE

ein wichtiger Bestandteil der Truppenverpflegung

In der heutigen Truppenverpflegung sind Gemüse als Vitamin- und Mineralstoffquellen ausserordentlich wichtig. Die Verwendung der frischen Gemüse in der Truppenküche ist sehr vielseitig und kann unter den verschiedensten Zubereitungsmöglichkeiten hergestellt werden. Sie können aber auch roh gegessen werden, wobei natürlich der Verlust von Vitaminen und Mineralstoffen, sowie auch der eigentliche Geschmack weitgehend vermindert werden.

Mit Genugtuung kann bei der heutigen Truppenverpflegung festgestellt werden, dass die Rechnungsführer den heutigen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen nachkommen und die heute auf dem Markt erhältlichen Gemüse und Salate in den Verpflegungsplänen einsetzen und beschaffen.

Im «Truppenhaushalt» Ziff. 244 sind die Richtlinien über den *Einkauf der Gemüse* ersichtlich. Dabei wird erwähnt, dass beim Einkauf in erster Linie den preisgünstigen Waren der Vorzug zu geben ist. Für eine gute Gemüsequalität kann man ohne Bedenken einen etwas höheren Preis bezahlen. Der Preisunterschied wird durch einen kleineren Rüstabfall wettgemacht. Als Ergänzung und auch zur persönlichen Weiterbildung sind nachstehend, nur auszugsweise, die

Qualitätsvorschriften für Frischgemüse
der Schweizerischen Gemüseunion,

festgehalten, welche wie folgt lauten:

1. *Qualitätskategorien*

   Je nach Gemüseart werden unterschieden:

   Gemüse unter Glas (oder Plastik) gezogen
   Frühgemüse
   Sommergemüse
   Herbstgemüse
   Wintergemüse
   Lagergemüse

   Weiter wird unterschieden zwischen:

   Extraqualität
   I. Qualität
   II. Qualität

2. *Allgemeine Bestimmungen*

Folgende allgemeine Bestimmungen gelten sinngemäss für alle Gemüsearten, ausgenommen gewisse Umschreibungen der II. Qualität.

Die Gemüse müssen sein:

sauber, sortentypisch, gesund, von frischem Aussehen, aus harmonisch gedüngten Böden, besonders für Lagergemüse;

der jeweiligen Jahreszeit entsprechend normal entwickelt und erntereif, von ausgeprägter Farbe entsprechend der Sorte und der Erntezeit, frei von übermässiger äusserer Feuchtigkeit, in gewaschenem Zustand gut abgetropft;

frei von jeglichem fremden Geruch oder Geschmack, von Frostspuren und Witterungsschäden, von tierischen und pilzlichen Schädlingen und Schäden, sowie Rückständen von Dünger und Pflanzenschutzmitteln.

3. *Toleranzen*

Qualitäts- und Grössentoleranzen sind in jedem Gebinde für nicht der Klasse entsprechende Erzeugnisse zulässig.

I. Qualität

a) *Qualitätstoleranzen:*

5 % des Gewichtes der Anzahl Stücke im gleichen Gebinde, welche der unmittelbar niedrigeren Klasse (Klasse II) entsprechen, auf jeden Fall zum Konsum geeignet.

b) *Grössentoleranzen:*

8 % des Gewichtes oder der Anzahl Stücke im gleichen Gebinde, welche der vorgeschriebenen Grösse oder dem vorgeschriebenen Gewicht nicht entsprechen, aber höchstens 10 % von der vorgeschriebenen Stückgrösse nach oben oder nach unten abweichend.

c) *Gesamttoleranzen:*

Qualitäts- und Grössentoleranzen dürfen zusammen 10 % nicht übersteigen.

II. Qualität

a) *Qualitätstoleranzen:*

10 % des Gewichtes oder der Anzahl Stücke im gleichen Gebinde, auf jeden Fall zum Konsum geeignet.

b) *Grössentoleranzen:*

10 % des Gewichtes oder der Anzahl Stücke im gleichen Gebinde, welche der vorgeschriebenen Grösse oder dem vorgeschriebenen Gewicht nicht entsprechen, aber höchstens 20 % von der vorgeschriebenen Stückgrösse nach oben oder nach unten abweichend.

c) *Gesamttoleranzen:*

Qualitäts- und Grössentoleranzen dürfen zusammen 15 % nicht übersteigen.

Gemäss diesen Bestimmungen folgt nachstehend ein Bericht über die *Karotten,* wohl eines der preisgünstigsten und beliebtesten Gemüse bei der Truppe, welches zudem das ganze Jahr erhältlich ist und so viele Zubereitungsmöglichkeiten bietet.

KAROTTEN

Eigenschaften

Gesundheits- und Vitaminspender allerersten Ranges; Karotten enthalten vor allem das für unsere Gesundheit wichtige Carotin ein sog. Pro-Vitamin. Im menschlichen Organismus wird dieses Pro-Vitamin in Vitamin A umgewandelt. — Carotin ist kochbeständig. Es gibt zudem kaum ein Wirkstoff, der nicht in diesem Wurzelprodukt vorhanden wäre. Ferner finden wir Eiweiss, Fett, Kohlehydrate und Zucker.

Herkunft: ganze Schweiz
Überbrückungsimporte im Frühling aus Italien und Frankreich.

Saisonangebot: das ganze Jahr hindurch erhältlich

Sorten:

a) runde Sorten:
- Pariser Karotten (für Verarbeitungsindustrie)

b) halblange Sorten:
- Frühjahrs- und Sommerkarotten
  Typ Nantaise
- Herbst- und Winterkarotten
  Typ Nantaise und Berlikum

c) lange Sorten:
- Herbst- und Winterkarotten
  Typ Flakker, Pfälzer

Qualitätsbestimmungen

Frühjahrs- und Sommerkarotten (Typ Nantaise)

I. Qualität: Frisch, gesund, gewaschen, ganz, Laub sauber entfernt, fest, zartfleischig, glattschalig, gleichmässig in Form und Farbe, nicht deformiert, ohne Risse, frei von Schädlingen, Krankheiten und Fraßschäden, vereinzelte grüne oder blaurote Köpfe bis 1 1/2 cm tief, höchstens aber 30 % des Gewichtes, ohne gebrochene oder angeschnittene Ware, frei von fremdem Geruch oder Geschmack, frei von schädlichen Rückständen. Grösse: 40 – 200 g

II. Qualität: Bis max. 20 % den Konsument nicht beeinträchtigende Mängel, leicht deformiert, grüne oder blaurote Köpfe, geringe Beschädigung, gebrochene und angeschnittene Ware. Grösse: 35 – 220 g

Herbst- und Winterkarotten (Typ Nantaise und Berlikum)

I. Qualität: Frisch, gesund, ganz, Laub sauber entfernt, fest, zartfleischig, nicht weich oder gummig, glattschalig, gleichmässig in Form und Farbe, ohne Frostspuren, nicht deformiert, ohne Flecken und Färbungen, nicht gespalten, ohne Risse, frei von Krankheiten und Fraßschäden, ohne Faulstellen, frei von tierischen und pilzlichen Schädlingen und Schäden, vereinzelte grüne oder blaurote Köpfe bis 1 1/2 cm tief, höchstens aber 30 % des Gewichtes, ohne gebrochene oder angeschnittene Ware, frei von schädlichen Rückständen, frei von fremdem Geruch oder Geschmack. Grösse: 45 – 240 g

II. Qualität: leicht deformiert, grüne oder blaue Köpfe, nicht tiefer als 2 cm, nicht sortentypisch in Form, Farbe und Fleisch, die Haltbarkeit nicht beeinträchtigende Schäden, vernarbte Risse.
Grösse: 35 – 240 g inkl. max. 3 % Erdbesatz

Gebinde: Gitter oder Harassen sowie als Neuheit Kunststoffsäcke.
Kleinpackungen: in Kunststoffbeuteln oder Netzli.

Hinweise beim Einkauf

- Qualitätsbestimmungen konsultieren.
- Allgemeinen Richtlinien über den Einkauf von Gemüsen Beachtung schenken.
- Achtung auf holzige, schwammige, innen hohle, mit Faulstellen, sowie angesteckte Karotten.
- Kaufen Sie zudem im eigenen Interesse nur grosse Ware ein. Kleine Karotten ergeben beim Rüsten zuviel Arbeit und prozentual viel mehr Abfall (17 – 25 %).

Lagerung: Gesunde, trockene Karotten, besonders jene aus sandigen Böden, bieten in Haltbarkeit und Lagerung keine Schwierigkeiten.
Vorteilhafte Aufbewahrung in kühlen Räumen mit hohem Feuchtigkeitsgrad.

Verwendungsmöglichkeiten

Karotten sind wohl eines der bekömmlichsten und zudem preisgünstigsten Gemüse. Sie sind vor allem wegen ihres angenehmen Geschmackes, sowohl in rohem wie auch in gekochtem Zustande so beliebt.
Wohl kaum ein anderes Gemüse bietet eine solche Vielfalt und so viele Zubereitungsmöglichkeiten wie die Karotten. Sie schmecken roh ebenso gut wie gekocht und kalt genau so fein wie warm.

roh:
- als herrlicher aromatischer und geschmackvoller *Salat* in vielen Variationen (farblicher Akzent!).
- zu Garnituren von Vorspeisen und verschiedenen Salaten, vor allem wegen der angenehmen Farbe bevorzugt («Das Auge isst mit»).
- als sehr geschätzter und hochwertiger *Rüeblisaft.*

gekocht:
- als *Gemüse* mit Kräutern gedünstet, an Milchsauce usw. als *Suppengemüse* mit Lauch, Sellerieknollen und Kohl dürfen bei Karotten nicht fehlen, verleihen sie doch auch jeder Fleischbrühe neben frischem Geschmack auch eine angenehme Farbe.
- als *Beigabe* zu gebratenen Fleischgerichten erfüllen die Karotten zur Hebung der Schmackhaftigkeit eine aussergewöhnliche Aufgabe.
- als *Mischgemüse* z. B. Karotten mit Erbsen
  Karotten mit Kabis
  Karotten mit Kartoffeln usw.

Kochtechnische Hinweise

Um die ausserordentlich wertvollen Bestandteile der Karotten nicht zu zerstören, müssen sie richtig und auch sorgfältig zubereitet werden. Dabei sind folgende Punkte unter allen Umständen zu beachten:

- Karotten wenn möglich erst kurz vor der Zubereitung rüsten und schneiden.
- Gerüstete Karotten nie in fliessendem Wasser auslaugen, sondern trocken mit einem nassen Tuch decken, um ein Austrocknen der Karotten zu verhindern.
- Wenn möglich Karotten bei der Zubereitung als Gemüse nur *dämpfen*, d. h. nur die absolut notwendige Flüssigkeit beigeben.
- *Schonend* und bei niedriger Temperatur dämpfen.
- Karotten *nicht verkochen* (Kochzeit unbedingt beachten). Je kleiner und dünner die Karotten in Würfel oder in Scheiben geschnitten sind, je kürzer ist die entsprechende Garkochzeit.

---

69. Eidgenössisches Turnfest Schweizerische Frauenturntage Genf 1978

Vom 15. – 18. Juni und vom 21. – 25. Juni 1978 trifft sich die gesamte Schweizer Turnerschaft in Genf zu den Schweizerischen Frauenturntagen und dem 69. Eidgenössischen Turnfest. Diese beiden Anlässe finden im wunderschönen Gebiet von Vessy bei Genf statt und nahezu 60 000 Turner werden an diesen nationalen Wettkämpfen erwartet.

Enorme Organisationsarbeiten wurden bereits ausgeführt und die nächsten Ziele haben wir uns schon gesetzt. Das Groupement Genevois der Association Romande des Fourriers Suisses nimmt aktiv an der Organisation teil von der der Erfolg dieser Wettkämpfe abhängt. Zahlreiche Mitglieder befassen sich mit den Problemen der Verpflegung, deren Wichtigkeit bei solchen Anlässen nicht zu übersehen ist. Im Aufbau der gewissenhaften Organisation liegt der Schlüssel zum Erfolg. Die Organisatoren haben ein Organigramm erstellt das Präzision, Gewissenhaftigkeit und Dynamismus vereint.

Dieser «Drang zum Erfolg» ist durch zahlreich vorgesehene Werbeaktionen gekennzeichnet. Die geplante Lotterie kennt bereits einen beachtenswerten Erfolg, der Festführer befindet sich augenblicklich in Vorbereitung, Gold- und Silbergedenkmünzen sind bereits erhältlich und schlussendlich haben wir eine Aktion für den Festwein vorgesehen, der zwei hervorragende Tropfen edlen Genferweines reserviert sind. Es sind in den Kellereien der Vin-Union in Satigny zwei ausgezeichnete Weine ausgelesen worden: als Weisswein den «Perlan» und als Rotwein den «Gamay», beide mit Jahrgang 1976. Mit dem offiziellen Signet des 69. Eidgenössischen Turnfestes versehen, erlauben diese Flaschen jedem seine Solidarität zu bekunden und gleichzeitig einen allzuoft ignorierten Wein zu geniessen. Eine Art Symbol: das der Fröhlichkeit und der Kameradschaft, die das oberste Gebot dieser Wettkämpfe sein sollten, und der vielen schönen Erinnerungen die zurückbleiben werden!