

Zeitschrift:	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
Herausgeber:	Schweizerischer Fourierverband
Band:	65 (1992)
Heft:	8
Rubrik:	Blick in den Kochtopf

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: 18.01.2026

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

Das Brot entspricht dem modernen Menschen

Der Lebensstil unserer Gesellschaft hat sich gegenüber früher merklich gewandelt. Er wirkt sich auch stark aus auf unsere Essgewohnheiten. Wir essen weniger auf einmal, dafür aber öfters. Viele Mahlzeiten sind zu Imbissen geworden. Das Brot erfüllt dabei eine immer wichtigere Aufgabe.

Die Ernährungsgewohnheiten des modernen Menschen haben sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert. Das hat in unseren Breitengraden verschiedene Ursachen: Es gibt immer mehr ältere Menschen. Die Anzahl der Haushalte steigt, ihre Grösse aber sinkt. Dadurch gewinnt der Kleinhaußhalt ständig an Bedeutung. In den grossen Ballungszentren schreitet die Verstädteter voran. Dies ist für viele Menschen mit längeren Wegen vom Wohn- zum Arbeits- oder Ausbildungsort verbunden. Durch den vermehrten Einstieg der Frauen ins Erwerbsleben ist auch der Familienalltag in Bewegung geraten. Dazu kommt ein verbreiteter Wohlstand, der sich in entsprechender Konsumfreude, aber auch in einer immer stärkeren Individualisierung der Verbraucherwünsche niederschlägt.

Esskultur im Umbruch

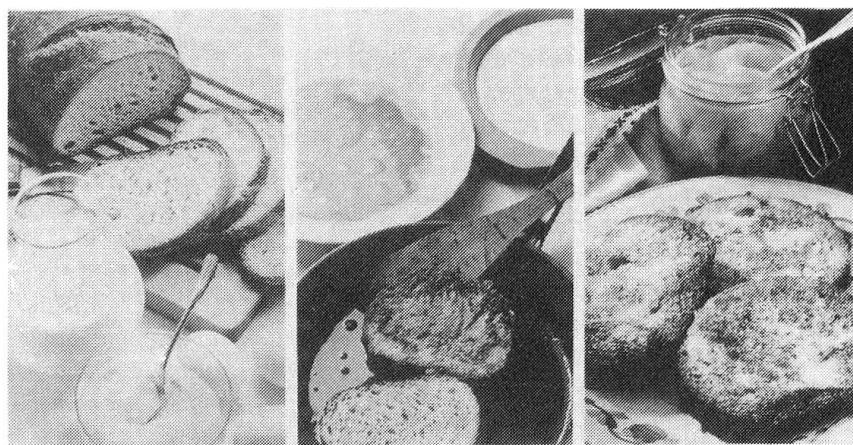
Das alles wirkt sich nachhaltig auf die Ernährungsgewohnheiten der Menschen aus. Im Klartext: Die herkömmliche Esskultur schwindet. Statt drei grosser Mahlzeiten werden immer mehr 4 bis 6 kleinere eingenommen. Gleichzeitig wächst die Bedeutung der Ausser-Haus-Verpflegung weiter an, wo umgekehrt weniger üppig als früher getafelt wird, sondern eher kleine Zwischenmahlzeiten bevorzugt werden. Ebenso ist ein verstärkter Trend Richtung höherwertiger, naturbelassener, gesunder und leichtverdaulicher Nahrungs-

mittel zu beobachten. Dem Wunsch nach weniger Fett, Zucker und Salz steht das Bedürfnis nach mehr Pflanzenölen, nahrungsfasernreichen Lebensmitteln (Vollkornprodukte, Gemüse, Salate) und fettarmen Produkten (etwa mageres Fleisch, dafür mehr Fisch und Geflügel) gegenüber. Umgekehrt scheint der Widerspruch des Konsumenten zwischen Einstellung und Verhalten bestehen zu bleiben. Trotz Gesundheitsbewusstseins will niemand auf den Essgenuss verzichten.

Vielseitig, gesund und preiswert

Aufgrund dieser Ausgangslage gehen Experten im In- und Ausland davon aus, dass der Verbrauch an Brot und Dauerbackwaren in Zukunft zunehmen wird. Im Vordergrund der Usachen dafür stehen dürfte in erster Linie die praktische und vielseitige Ver-

wendbarkeit des Brotes im Alltag des modernen Menschen – sei's für energiespendende Zwischenmahlzeiten oder als Grundlage fettarmer, gesunder, schmackhafter und abwechslungsreicher Mittags- und Abendgerichte. Denn mit diesen Vorzügen kommt es zentralen Anforderungen sowohl der Ernährungswissenschaft als auch des heutigen Konsumenten entgegen. Denn mehr als die Hälfte des gegenwärtig verbrauchten Brotes wird ausser Haus eingekommen. Kein Wunder! Brot gibt es in zahllosen Variationen, und es lässt sich so kombinieren, dass wirklich jeder «auf seine Rechnung» kommt. Ob mit Käse, Fleisch, Fisch oder Eiern, ob in Verbindung mit Gemüse, Salat oder Obst, ob «natur», als Sandwich, Toast, Ausgangspunkt verschiedener Gerichte oder einfach als Beilage zu anderen Speisen – Brot ist ein ideales und gesundes Nahrungsmittel zu jeder Tageszeit. Es versorgt uns mit lebenswichtigen Nährstoffen (fettarme Kohlenhydrate, Pflanzen-Eiweiss, Vitamine der B-Gruppe, Mineralstoffe, Nahrungsfasern), lässt sich einfach, rasch und abwechslungsreich einsetzen und schont erst noch unseren Geldbeutel.



Militärisch wie privat: Zu den heute noch am weitesten verbreiteten Gerichten aus Grossmutters Kochbuch zählen die «Fotzelschnitten».

Fotzelschnitten

8 Brotscheiben	Brot darin wenden
2 dl kalte Milch	
3–4 Eier	in Teller verkipfen
1 Prise Salz	Brot darin wenden
3–4 Essl. Öl oder Fett	erhitzen Brot beidseitig goldgelb backen

Nach Belieben in Zimt-Zucker wenden oder Zimt-Zucker-Fruchtsalat, Früchtekompott, Apfelmuss oder Salat dazu servieren.

Plädoyer für den täglichen Servela

-r. «Militärzeit ist halt gleich Servelazeit». Kein gutes Zeugnis für eine abwechslungsreiche und bodenständige Ernährung in einem EK stellt indirekt Gren Gfr Hansjörg Wyss in der «Information F Div 6/Gz Br 6» fest. Lesen sie nun sein «Plädoyer für den täglichen Servela»:

Wenn ich an militärische Dienstleistungen zurückdenke, dann kommt ein bestimmter Geruch und Geschmack in mir auf. Ich entsinne mich nicht etwa dem ölichen, schalen Gewehrfett oder der säuerlich verschwitzten Kämpfer, sondern mir läuft das Wasser wegen dem Geschmack der fettigen Servelas im Mund zusammen. Und wie mir, so ergeht es sicherlich einigen anderen Soldaten.

Meine Jahresverteilungsmenge dieser Rotwürste beträgt in etwa 30 bis 40 Stück. Davon sind rund neun Zehntel im EK heruntergeschlungen worden. Den Rest schlage ich mir als Pausenverpflegung bei Sportanlässen in den Bauch. Selbst Zeitungsschlagzeilen, dass beim Verzehr gegrillter Servelas eine erhebliche Krebsgefahr bestehe, weil Nitrosamine dabei festgesetzt werden, können mich nicht vom Verzehr abhalten. Oder doch?

Die Füsel-Tradition, dass bei guter Feldarbeit auch eine ausgedehnte Pause drinliegt, ist die Wurzel meiner Servelamanie: Pünktlich um 9 Uhr haben wir jeweils die Arbeit für eine halbe Stunde gestoppt und uns einer kühlen Flasche Mineral, selten Bier, und der erwähnten Wurst gewidmet. Frisch gestärkt, ging die Arbeit nach dem Servelaschmaus wieder viel «ringer» und motivierter von der Hand.

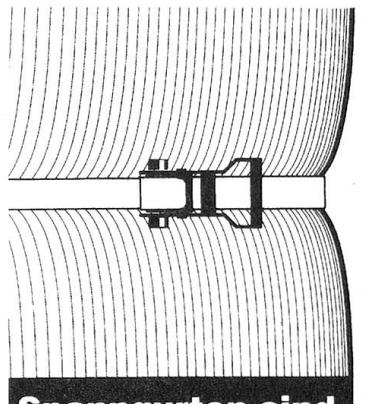
Wie dankbar war ich über einen als Notvorrat in einem der vielen Kämpfersäcke mitgeführten Servela, wenn unser Küchenchef es wieder einmal fertiggebracht hatte, die Büchsenmahlzeit auf verschiedene Arten zu verderben und ungenießbar zu servieren. Der Griff zur Schweizer Militärwurst, der schönen Servela, war doppelt so angenehm, den ich mir durch nichts vermiesen liess.

Muss ich mich nun der Selbstzerfleischung oder gar der willkürlichen Selbstverstümmelung anklagen lassen, wenn ich täglich zwei dieser angeklagten, anscheinend giftigen und krebserregenden Ser-

velas vertilge? Nein, denn man müsste schon täglich Dutzende dieser Würste in sich reinziehen, um dem Körper so viele krebserzeugende Nitrosamine zuzuführen, wie es mit einer einzigen Zigarette via Lunge in den Kreislauf gepumpt bekommt. Das behaupten jedenfalls die Metzger.

Deshalb plädiere ich für die Beibehaltung der täglichen Wurstpausen. Wie schon weiland (1386) Winkelried bei der Schlacht in Sempach «Wehret den Anfängen» ausgerufen hat, verteidige ich meine Servelapause. Und wenn ich in wenigen Tagen den EK beendet habe und gemütlich nach Hause fahre, so werde ich genüsslich rülpisen, das letzte Mal für die nächsten zwei Jahre den schalen, abgestandenen Geschmack von Servelas im Gaumen haben. Militärzeit ist halt gleich Servelazeit.

Anmerkung der Redaktion: Beachten sie in diesem Zusammenhang unseren Menüplan der österreichischen Armee . . .



Spanngurten sind sicherer

BUL / FVS
064 81 48 48