

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

**Herausgeber:** Schweizerischer Fourierverband

**Band:** 65 (1992)

**Heft:** 12

**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:** 21.02.2026

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

kl. Mit der heutigen Nummer wollen wir Ihnen nicht nur helfen, die Hektik der Vorweihnachtszeit zu bewältigen, mehr, wir möchten, dass sie gar nicht erst entsteht. Darum haben wir uns ganz bewusst in die Advents- und Samichlaus-Backzeit vertieft, denn warum sollen wir das Backen und Freudebereiten nur auf einen Tag ausrichten? Warum nicht schon vorher, sei's auf den 1. Advent oder den Samichlausestag oder irgend ein Datum im Dezember, wo wir jemanden mit einem süßen Gruss überraschen können. Also, los in die Backstube.

## Hefeteig

1 Portion

500 g Weissmehl  
1 1/2 Teelöffel Salz  
60 g Margarine, weich  
oder flüssig  
1/2 Ei zerklopft  
3 dl Milch  
20 g Hefe  
2 Esslöffel Zucker

Mehl, Salz und Zucker mischen, Margarine oder Butter beifügen, dann die mit einem Teil der Milch angerührte Hefe und restliche Flüssigkeit dazugießen, erst jetzt mischen und zu einem geschmeidigen Teig kneten. Wenn der Teig im Schnitt Blasen zeigt, dann zugedeckt im Kühlschrank über Nacht oder bei Zimmertemperatur 2-3 Stunden aufgehen lassen und über die Schüssel ein feuchtes Tuch legen, damit es an der Oberfläche des Teigs keine feste Kruste bildet, die dann beim Formen stört. Vor dem Formen nicht mehr kneten, jedoch nach dem Formen, kann man die Zöpfe, Grittbänze, Kränze usw. nochmals aufgehen lassen.

Tip: Gebäck, das aus kaltem, d.h. im Kühlschrank aufgegangenem

Teig geformt wird, benötigt etwas mehr Zeit zum Aufgehen.

15-30 Minuten backen, je nach Grösse, in der Mitte des auf 200 - 220 Grad vorgeheizten Ofens.

### Nun, was kann man aus diesem Teig alles machen?

**Bänzen und Gritlis** bis 4 Stück können aus 1 Portion Hefeteig geformt werden. Nicht vergessen etwas Teig für die Garnituren zurückzubehalten.

**Zöpfl:** Aus dem Grundteig 4 gleich grosse Stücke schneiden. Aus jedem Stück zwei gleich grosse Stränge formen und flechten wie ein grosser Zopf.

**Zopfbrot.** Den geflochtenen 'Zopf' in einer Cake-Form backen.

**Toastbrot.** Den Hefeteig zu einer gleichmässigen Rolle formen und in einer gefetteten Cake-Form backen.

**Weggebrot.** Aus dem Teig einen ovalen Laib formen und mit der Schere in der Mitte eine Zick-Zack-Linie tief einschneiden.

**Kränze.** Man kennt bei uns den Osterkranz mit Eiern. Warum nicht einmal einen Weihnachtskranz formen und 4 Löcher vorsehen für Kerzen? Zum Backen die Löcher mit Alufolie ausstopfen.

**Buchstaben** aus Zopfteig – das wäre doch ein Vorschlag für eine besondere Tischdekoration, die sich sogar noch aufessen lässt.

**Zuckerbrötli:** Dem Zopfteig nur 1/2 Teelöffel Salz und dafür 100 g Zucker beifügen. Aus dem aufgegangenen Teig kleine Brötli formen, mit Ei bestreichen und mit grobem Zucker (Hagelzucker) bestreuen. Backzeit: bei 220 Grad etwa 12 bis 15 Minuten.

**Dreikönigskuchen:** Zusätzlich zum Hefeteig 2 Esslöffel Zucker, 50 g Sultaninen, etwas abgeriebene Zitronenschale und 75 g Margarine (statt 60 g) beifügen. 7 bis 9 Kugeln formen, je nach Springform- oder Familiengrösse. Nebeneinander in die gefettete Form setzen und um das Doppelte aufgehen lassen. Vergessen Sie aber ja nicht, eine kleine Figur irgendwo zu verstecken. Backen wie Zopf.

**Rosenbrot:** Aus dem Zopfteig ein grosses Rechteck auswallen, mit Wasser bestreichen, aufrollen wie eine Roulade, in gleich breite Stücke schneiden, in eine gefettete Springform legen mit 1 cm Abstand. Aufgehen lassen bis sich die Lücken geschlossen haben. Mit Eigelb bestreichen. Backen wie Zopf.

## Biberfladenteig

Ob zum Samichlaus oder zu Weihnachten, ein mit Liebe verziertes Herz ist immer willkommen.

200 g Honig oder Melasse  
150 g Rohrzucker  
1 Prise Salz  
1/2-3/4 dl Milch  
1 Ei  
1 Essl. Vanillinzucker  
2 Essl. Lebkuchengewürz  
500 g Halbweiss- oder Weissmehl  
1 Päckli Backpulver

Honig, Zucker, Salz und Milch auf kleinem Feuer unter ständigem Rühren erwärmen, dann auskühlen lassen und das verkloppte Ei, Vanillinzucker und Gewürz darunter rühren. Mehl und Backpulver gut vermischen und die Honigmasse dazugießen. Alles zu einem weichen Teig verarbeiten. Im Kühlschrank zugedeckt 1/2 Stunde ruhen lassen.

Den Teig 1/2 cm dick auswallen, Herzen ausstechen oder Modelle aufdrücken. Mit Milch bestreichen. Backen je nach Grösse und Dicke 10 bis 20 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad auf der mittleren Rille.

Auf die ausgekühlten Herzen kann sodann die Spritzglasur aufgetragen werden:

100 g Puderzucker und etwa 1 Esslöffel Eiweiss.

Beides sehr gut rühren, dann wird die Glasur nach dem Verzieren schön weiss und hart. Garnituren können ebenfalls mit etwas Spritzglasur auf die Herzen geklebt werden.

## Haushaltstips rund ums Backen

### Dicke des Teiges

Es empfiehlt sich, Teighölzer zu verwenden, damit regelmässige dicke und dadurch auch gleichmässige gebackene Gutzli entstehen. Es ist fürs Auge recht schwierig, abzuschätzen, welche Dicke der Teig nun hat.

### Eiweissgebäck

Eiweissgebäck muss immer sofort gebacken werden, weil der Schaum sonst schnell zusammenfällt.

### Erdbeerkuchen – fruchtiger

Damit Erdbeerkuchen fruchtiger wird, gibt man statt Tortenguss erwärmte Erdbeerkonfitüre auf die Torte.

### Form zum Backen vorbereiten

Wenn die Form gut vorbereitet wird, löst sich das Backgut auch nach dem Backen besser aus der Form. Mit einem Pinsel überall flüssige Margarine oder Butter

ausstreichen. Umgekehrt auf ein Stück Haushaltspapier legen, damit sich das Fett nicht in den Vertiefungen sammelt. Dann zirka zehn Minuten kühl stellen, bis das Fett fest wird. Anschliessend mit Mehl, Paniermehl oder gemahlenen Mandeln austreuen. Oder die Kuchenform nach dem Einfetten mit Kokosraspeln austreuen. Das Gebäck löst sich so auch leichter und erhält einen feinen Geschmack – vorausgesetzt, der Geschmack passt zur Torte.

### Garprobe

Auf jeden Fall vor Ende der angegebenen Backzeit mit einem Holzstäbchen eine Garprobe machen. Ist das Gebäck oben bereits dunkel, aber noch nicht gar, das Gebäck oben mit einem Pergamentpapier abdecken. Um festzustellen, ob der Kuchen gar ist, sticht man mit einem Holzstäbchen in die Mitte des Kuchens. Sind noch Teigreste am Stäbchen, braucht es noch einige Minuten.

### Rosinen für Quark- und andere Kuchen

Rosinen in Rahm statt Wasser einweichen – ergibt ein feines Aroma.

### Rosinenstiele entfernen

Sie lassen sich leicht entfernen, wenn man die Rosinen, bevor man sie wäscht, zwischen den bemehlten Handflächen reibt.

### Rührteig

Rührteig nicht mit Zitronensaft würzen, weil die Säure die Triebkraft des Backpulvers mindert. Ein feines Zitronenaroma gibt die abgeriebene Schale einer Zitrone.

### Rührkuchen zu trocken

Man sticht mit einer Stricknadel Löcher hinein und träufelt in die Löcher etwas Orangensaft. Kurz durchziehen lassen und der

Kuchen ist wieder fein saftig. Ist der Kuchen nur für Erwachsene bestimmt, kann man auch einen Likör hineinträufeln.

### Vorgehen beim Rührteig

Butter immer zuerst schaumig rühren, dann Zucker und Ei nach dem anderen zugeben. Wichtig ist vor allem, dass sich der Zucker auflöst, sonst gerät unter Umständen das Gebäck nicht.

### Rührteig mit Früchten

Wenn man die Früchte vorher in Zucker und Zimt wälzt, rutschen sie beim Backen nicht auf den Boden. Der Kuchen bekommt zusätzlich einen feinen Geschmack.

### Salz im Teig verteilen

Salz verteilt sich im Teig gleichmässig, wenn man es vorher mit lauwarmen Wasser auflöst.

### Schablonenmuster

Schablonenmuster zum Verzieren von Torten kann man selbst herstellen oder Vorlagen im Papierwarenhandel kaufen. Es lohnt sich aber unbedingt, die eigenen künstlerischen Adern zu entdecken.

### Schokolade zerkleinern

Am besten die ganze Tafel im Papier gewickelt lassen und dann mit der genoppten Seite des Fleischklopfers vorsichtig leicht darauf schlagen. Auf diese Weise fliegen nicht überall Splitter hin.

### Schokoladenguss

Einen tollen Schokoladenguss für Torten und Kleingebäck erhält man, indem man eine Tafel Schokolade mit zirka 1/3 Becher Rahm schmilzt.