

<b>Zeitschrift:</b>	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Fourierverband
<b>Band:</b>	66 (1993)
<b>Heft:</b>	8
 <b>Artikel:</b>	Kochen im Staub der Sahara
<b>Autor:</b>	[s.n.]
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-519809">https://doi.org/10.5169/seals-519809</a>

### **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:** 15.01.2026

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

## Kochen im Staub der Sahara

**-r. Seit September 1991 stellt die unbewaffnete Schweizer Sanitäts-einheit «Swiss Medical Unit» die medizinische Versorgung im Rahmen der UNO-Friedensmission in der Westsahara sicher. Auch Karl Föhn, Mitglied des Verbandes Schweizerischer Militärküchenchefs, wurde dorthin delegiert. Über seine staubigen Eindrücke und Erfahrungen berichtete er exklusiv für «Rolling Pin»:**

Bei Swiss Medical Unit (SMU) steht nicht nur medizinisches Fachpersonal im Einsatz. Für den reibungslosen Unterhalt der Klinik sorgen auch Spezialisten aus anderen Bereichen. Mechaniker für die Fahrzeuge, die technischen Geräte sowie die Elektroinstallatlon, Handwerker für die anfallenden baulichen Arbeiten, qualifiziertes Büropersonal und, wie überall für die Motivation mitentscheidend, die Küchenequipe.

Ein normaler Tag in der Westsahara beginnt für mich um 5.30 Uhr mit den Vorbereitungen für das Frühstück. Ab 8 Uhr geht es an die Vorbereitungen für das Mittagessen, wobei mir ein oder zwei Helfer zur Seite stehen, ungeachtet der Funktion oder des militärischen Grades. Alle müssen nach einem genauen Plan mithelfen. Wie in allen südlichen Ländern geht über die Mittagszeit gar nichts. Es ist Siesta, und zwar bis 15 Uhr.

Am Nachmittag geht es meistens auf den lokalen Markt zum Einkaufen. Die Souks sind ein Abenteuer im Reich der Sinne. Der Duft der Gewürze, die farbenprächtigen Gewänder der Einheimischen und die Lautstärke der Strassenhändler bieten ein aussergewöhnliches Erlebnis.

In der Freizeit gibt es nicht allzu viele Möglichkeiten. Ein gepflegtes kühles Bier im Känguruh-Club der Australier, Videos, Lesen oder eine Diskussion im gemütlichen Kreis im «Swiss Bistro».

**Nach Versorgungsgängen am Anfang hat sich der Kommissariatsdienst (Quartiermeister, Fou-**

**rier und Küchenequipe) nun auf die lokalen Marktbedingungen bestens eingestellt. Gemüse, Früchte, Frischwaren und Fleisch können problemlos eingekauft werden. Unter den extremen Klimabedingungen sind SMU-Mitglieder auf ausgewogene Ernährung angewiesen, deshalb kommen die wichtigsten Grundnahrungsmittel weiterhin aus der Schweiz.**

Einzig die Trinkwasserversorgung ist umständlich. So verfügt die aufstrebende Hauptstadt Laayoune über kein eigenes Trinkwasser. Es muss rund um die Uhr in einer

endlosen Transportkette mit uralten und klapprigen Zisternen-Lkws von einer 30 km entfernten Quelle herangeschafft werden.

Zu den besonderen Erfahrungen meines UNO-Einsatzes gehören zweifellos die Kontakte zu den Militärs der anderen Nationen; die Kontakte zur einheimischen Bevölkerung hielten sich allerdings in Grenzen.

Auch die Entdeckung, dass die Wüste nicht bloss ein unendlicher Sandkasten ist, sondern dass sie in ihren unterschiedlichen Typen beeindruckend vielfältig ist, soll hier nicht unerwähnt bleiben.

**-r. Übrigens über die anspruchsvolle Blaumützen-Mission in der Westsahara berichtete bereits der «Der Fourier» 2/1992 eingehend unter dem Titel: «Four Cotti schlägt sich um mit Butter, die grau oder blau ist!»**

## Tanjia Marrakchia

wag. Als Erlebnisse der besonderen Art (in jeder Beziehung...) erweisen sich für die meisten ADSMU's die Besuche in den zahllosen kleinen Restaurants des «Soul» (Marktzentrum). Die lokalen Spezialitäten sind zwar einfach in der Zubereitung, lassen aber viel Spielraum für individuelle Kombinationen. Versuchen Sie es doch auch einmal. E Guete!

2 kg Lammfleisch (Schulter, Koteletten, Hals oder Brust)  
 1 Knoblauchzehe (mit flachem Ende eines Messers zerdrücken)  
 2 eingelegte Zitronen ohne Kernen  
 50 g zerlassene Butter  
 1 Messerspitze Safran (in wenig Wasser auflösen)  
 1 EL Kreuzkümmel  
 1 Prise Salz  
 1 Tasse Wasser (2 dl)  
 grüne Oliven

### Zubehör

1 Tanjia-Pfanne, mit Papier und Schnur einpacken (es kann auch eine feuerfeste Form oder ein Dampfkochtopf verwendet werden).

### Zubereitung

Das Fleisch abspülen und in die Pfanne geben. Butter, Gewürze, Zitrone und Wasser befügen. Mischen. Die Pfanne mit Papier verschliessen, dieses mit der Schnur befestigen. Kleine Löcher in das Papier stechen, damit der Dampf entweichen kann. 4 bis 4 1/2 Stunden garen lassen. Bei Verwendung eines Dampfkochtopfes verkürzt sich die Garzeit auf 1 Stunde. Allerdings muss dann das Gericht noch für kurze Zeit in den Ofen, damit das Wasser verdampfen kann. Die Flüssigkeit kontrollieren. Je nach Bedarf strecken oder reduzieren. Auf einer grossen Platte anrichten und mit den Oliven garnieren. Dazu passt frisches Brot.