

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

**Herausgeber:** Schweizerischer Fourierverband

**Band:** 68 (1995)

**Heft:** 2

**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:** 18.04.2026

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

18. Februar	SFwV: Präsidentenkonferenz Emmen
22. Februar	VSMK Sektion Zürich: Fondueplausch, Restaurant Sonnenhof, Uetikon
März	SOGV Sektion Bern: 73. Hauptversammlung
5. März	28. Toggenburger Waffenlauf Military-MTB-Duathlon-Toggenburg in Lichtensteig
10.-12. März	VSMK Sektion Zürich: Metzgete Studnerberg ob Grabs
16. März	SFV/VSMK Sektionen Zürich: Kochabend in Uetikon (Thema: alte Zürcher Rezepte)
17./18. März	Stab GA: Winter-Armee-Meisterschaften Andermatt
18. März	SMSV Reg 2: Sternmarsch der Blauen Truppe, Thun
19. März	36. St. Galler Waffenlauf
22. März	VSMK Sektion Zürich: Betriebsbesichtigung Postzentrum Sihlpost in Zürich
25. März	SOGV Sektion Bern: 73. Hauptversammlung, Erlach
<b>8. April</b>	<b>SFV: 77. Delegiertenversammlung Chur</b>
9. April	38. Zürcher Waffenlauf, Zürich
22. April	SFwV: DV in Genf
22. April	VSMK: DV in Basel
26. April	AMP Thun: Jährliche Fahrzeug- und Materialliquidation
29. April	UOV Zug: MuZ/Marsch um den Zugersee
29./30. April	SVFP Uof: Tagung und Wettkämpfe 1995, Kloten
30. April	42. Hans-Roth-Waffenlauf, Wiedlisbach



## Brevetierungsfeiern

-r. Jedesmal zum besondern Erlebnis wird für die Anwesenden die Brevetierungsfeier der Fourierschulen. Kdt Oberst i Gst Champendal hat nun ebenfalls die entsprechenden organisatorischen Massnahmen getroffen.

### Freitag, 12. Mai

Die Fourierschule 1 wird im Saalbau in Kirchberg beendet. Als Referent konnte Ständerat Prof. Dr. jur. U. Zimmerli gewonnen werden.

### Freitag, 30. Juni

Als Gastgeber für die Brevetierung der Fourierschule 2 tritt Solothurn auf (Landhaus). Nationalrat Christian Wanner spricht zu den Gästen und frischgebackenen Fouriere.

### Freitag, 13. Oktober

Jeweils eindrücklich sind die Beförderungsfeste auch in der Aula der Universität Fribourg. Als Ehrengast wird hier Conseiller national Philippa erwartet.

### Freitag, 8. Dezember

Im historischen Städtchen Sempach (Festhalle am See) empfängt Nationalrat Karl Tschuppert die Fourierschule 4!

## Blick in den Kochtopf

### Das Pot-au-feu lässt grüssen

**Suppentöpfe in ihrer reichen Vielfalt sind für die Menschheit von unendlich grosser Wichtigkeit und werden es immer bleiben. Sie können Bestandteil eines ganz einfachen Mahles oder Ouvertüre eines feudalen Banketts sein. So auch das Pot-**

**au-feu, das sich heute wieder grosser Beliebtheit erfreut und stets Gemütlichkeit und Wärme verbreitet.**

D.G. Bei den jungen und mittleren Altersklassen, ist der berühmte Suppentopf ein Klassiker für abendliche Einladungen unter

Freunden geworden. Eine überraschende Renaissance für ein Gericht, das lange Zeit ausser Mode gekommen war und dem das negative Image der «Arme-Leute-Kost» anhing.

In einer deutschen Fachzeitschrift war zu lesen: «Eines der traditionellen Wintergerichte der Franzosen sei das Pot-au-feu, eine Art

Suppentopf mit Fleischeinlagen und vor allem Markknochen. Es sei wohl den Starköchen des Landes zu verdanken, dass dieses wohl-schmeckende und kräftige Gericht wieder zu Ehren kommt».

Unerlässlich für ein gutes Pot-au-feu sind weisse Rüben, Zwiebeln, Lauch, Knollensellerie sowie ein Kräuterbouquet. Das dazu passende preisgünstige Fleisch, mit Vorteil vom Rind oder Schaf, erhalten Sie in jeder Metzgerei. In den Läden bieten sich die Zutaten zu einem Pot-au-feu in moderner Verkaufsform an. Vielerorts werden sie in richtigen Proportionen und in vernünftigen Mengen auf Foodtainer abgepackt verkauft.

Wie überraschen Sie Ihre Familie und warum auch nicht Ihre Gäste mit einem feinen, preisgünstigen, kalorienarmen und herrlichduftenden Pot-au-feu?

Die Zubereitung ist keine Hexerei, aber wirkt Wunder. Der Trick ist ganz einfach. Etwas Gutes in's Töpfchen, dann Tischlein deck dich, und schon erliegt man dem Zauber des Wohlbehagens.

## Pot-au-feu nach Art der Militärküche

**wag. Wer einmal sein Pot-au-feu nach Art des Militärküchenchefs machen will, dem sei das Original-Kochrezept der Schweizer Armee anvertraut (Reglement 344/Kochrezepte). Dabei gilt lediglich zu beachten: Die Zutaten sind für 100 Mann berechnet. Ebenso ist das Rezept für das Zubereiten in Kochkisten abgestimmt. Einige kleine «Programm-Änderungen» – und das echte Militär-Pot-au-feu lässt sich auch bei ihnen in der Küche ohne Probleme herstellen.**

Rindfleisch, ausgebeint	18 kg
in Stücke zu 30 g geschnitten	
Zwiebeln	2 kg
Karotten	6 kg
Lauch	3 kg
Knollensellerie	4 kg
Wirsing oder Weisskabis	6 kg
Kartoffeln	15 kg
Wasser	30 Liter
Salz, Pfeffer, Muskat, Liebstöckel, Fleischbouillon	

### Zubereitung:

1. Wasser aufkochen, Fleisch beifügen, nochmals aufkochen und abschäumen.
2. Salzen, würzen und 40 Minuten kochen.
3. Das geschnittene Gemüse begeben und 10 Minuten mitkochen.
4. Die Kartoffeln begeben und das Ganze gut aufkochen, abschmecken.

**Garkochzeit:** Je nach Fleischqualität bis 3 Stunden.

**Anmerkung:** Je nach Saison werden verschiedene Gemüse verwendet, wobei die Quantitäten den Gemüsesorten anzupassen sind:

- Kohlrabi
- Weissrüben
- Grünkohl
- Stangensellerie
- Pfälzerrüben

---

## Wettkampftag 1995 in Stans

---

### Anmeldeschluss ist der 28. April

**Die Hellgrünen Verbände freuen sich auf Stans! Und mit dieser Freude wirken auch die Verantwortlichen des Wettkampftages vom 16. September 1995.**

-r. OK-Präsident André Grogg ist zuversichtlich, dass der Wettkampftag der Hellgrünen Verbände in Stans zu einem Volltreffer wird, wenn auch in organisatorischer Hinsicht nicht alles genau nach dem Schnürchen geht. So einmal der schleppende Pin-Verkauf. Gerade drei Sektionen haben sich bisher dazu begeistern lassen. André Grogg dazu gegenüber

dem «Der Fourier»: «Unterstützt uns mit einem Pin-Kauf! Diese können beim Sektionspräsidenten bezogen werden.»

#### Spendenkonto eröffnet

Gleichzeitig wies der OK-Präsident darauf hin, dass die Möglichkeit besteht, die hohen Ausgabenkosten des Organisationskomitees mit einer Spende zu lindern. Dazu

wurde ein Spendenkonto eröffnet: «OK Wettkampftag der Hellgrünen Verbände, SFV, Luzern; Postcheck-Nummer 60-31089-4». Beträge ab 20 Franken werden nicht nur im Festführer erwähnt, sondern erhalten gratis einen Wettkampf-Pin und -Kleber.

#### Anmeldeformulare unterwegs

Die Anmeldeformulare für diesen Grossanlass werden diesen Monat und im März den Sektionspräsidenten zugestellt. Der offizielle Anmeldeschluss ist der 28. April 1995 (wobei noch einzelne Nachmeldungen möglich sind).