

Zeitschrift: Armee-Logistik : unabhängige Fachzeitschrift für Logistiker = Organo indipendente per logistica = Organ independenta per logistichers = Organ indépendant pour les logisticiens

Herausgeber: Schweizerischer Fourierverband

Band: 87 (2014)

Heft: 6: Delegiertenversammlung SFV

Rubrik: Fachtechnische Informationen

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: 04.02.2026

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

Kochrezepte der Armee zum Nachkochen

Linsengericht Malcantone

Zutaten für 4 Portionen:

- 250 g, Braune Linsen, gewaschen
- Speiseöl
- 80 g, Speck, in Würfel
- 80 g, Zwiebeln, fein geschnitten
- 2 Zehen Knoblauch, gehackt
- 40 g, Rüebli, geschnitten in Brunoise
- 40 g, Sellerie, geschnitten in Brunoise
- 40 g, Lauch, geschnitten in Brunoise
- 30 g, Tomatenextrakt, Dose
- 1 dl, Rotwein, Tessiner Merlot
- 4 dl, Wasser

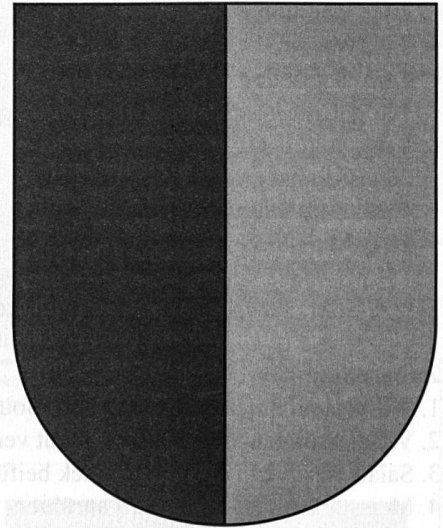
Salz, Pfeffer, Muskat, Majoran, Lorbeer, Nelken zum abschmecken

Zubereitung:

1. Speiseöl erhitzen, zuerst den Speck, dann die Zwiebeln und den Knoblauch dünsten.
2. Gemüse begeben und mitdünsten.
3. Tomatieren, mit Rotwein ablöschen und mit Wasser auffüllen.
4. Linsen beifügen und aufkochen, abschmecken.
5. Während 1 Stunde schmoren lassen, zeitweise abschäumen und falls nötig, Flüssigkeit ergänzen.
6. Abschmecken

Anmerkung:

Als Nebenmahlzeit mit pochierten Luganigette (Tessiner Wurstspezialität) und Polenta servieren.



Plain in Pigna (Bündner Spezialität)

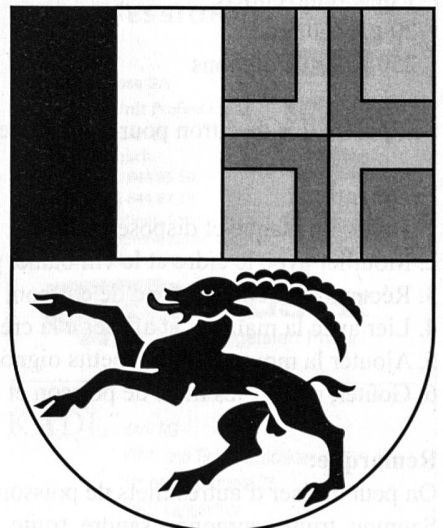
Zutaten für 4 Portionen:

- 800 g, Geschälte Kartoffeln mit der Röstiraffel geraffelt
- 40 g, Weissmehl
- 200 g, Speck in Würfel
- 40 g, Butter

Salz, Pfeffer, Muskat zum abschmecken.

Zubereitung:

1. Kartoffeln, Mehl und 100 g Speckwürfeli mischen, gut würzen.
2. Auf gefettetes Kuchenblech verteilen, mit den restlichen Speckwürfeli und den Butterflocken bestreuen.
3. Im Ofen bei 200 °C ca. 40 Minuten backen.



Asiatische Scharf-Saure-Suppe

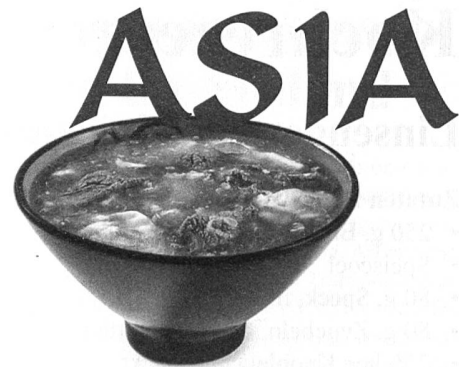
Zutaten für 4 Portionen:

- 20 g, Bouillonpaste
- 8 dl, Wasser
- 4 ml, Sojasauce
- 120 g, Chinesische Salatkonserve, abgetropft
- 4 ml, Vollei, pasteurisiert
- 20 g, Sambal Oelek
- 4 ml, Zitronensaft
- 20 g, Maisstärke

Salz, Pfeffer, Sesamoel zum Abschmecken.

Zubereitung:

1. Wasser und Sojasauce aufkochen, Bouillonpaste beifügen.
2. Vollei beifügen, aufkochen und gut verrühren.
3. Salatkonserve und Sambal Oelek beifügen
4. Maisstärke mit Zitronensaft anrühren, beifügen, aufkochen, abschmecken.



Filets de féra neuchâteloise

Ingrédients pour 4 personnes:

- 800 g, Filets de féra, sans peau
- Huile comestible
- 2 dl, Cidre
- 2 dl, Vin blanc
- 8 dl, Eau
- 80 g, Fond de poisson en poudre
- 10 g, Maïzena
- 1 dl, Crème entière
- 20 g, Moutarde
- 250 g, Petits oignons

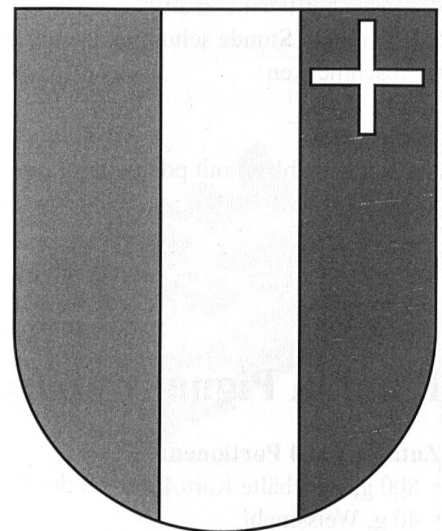
Sel, poivre, jus de citron pour assaisonner

Préparation:

1. Huiler un plaque et disposer les filets, assaisonner.
2. Mouiller avec le cidre et le vin blanc, pocher à 80°C au steamer.
3. Récupérer et cuire le fond de cuisson, dans une casserole, avec l'eau et le fond de poisson en poudre, assaisonner.
4. Lier avec la maïzena et affiner é la crème.
5. Ajouter la moutarde et les petits oignons.
6. Goûter, napper les filets de poisson et servir.

Remarque:

On peut utiliser d'autres filets de poisson comme par exemple:
Saumon, truite saumonée, sandre, truite, pangasius.



Quelle: LBA