

**Zeitschrift:** Die Berner Woche  
**Band:** 29 (1939)  
**Heft:** 51  
  
**Rubrik:** Haus und Heim

### **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:** 09.02.2026

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

kritischen Bürgern aber würden sich dadurch Einblicke in den Verwaltungsbetrieb eröffnen, wie er sie auf andere Weise nur selten so umfassend gewinnen könnte. Sollten aber die Kosten einer solchen Gratisabgabe zu hoch sein, um durch Vorteile der erwähnten Art aufgewogen und gerechtfertigt zu werden, so bliebe doch zu erwägen, ob nicht vielleicht das Jahrbuch jeweils am 1. August den jungen Staatsbürgern überreicht werden könnte. Traditionsgemäß beginnt in der Schweiz eine politische Laufbahn in der Gemeinde, und kann auch dort nicht jeder gewählt werden — wählen und stimmen kann jeder. Daß es aber ein jeder tue, dazu gehört, daß sich einer für die öffentlichen Angelegenheiten interessiere und jene Einblicke in den Verwaltungsbetrieb getan habe, die ihm, wir sagten es schon, gerade ein Werk wie dieses Jahrbuch erschließen könnte. H. W.

\* \* \*

## Haus und Heim

### Was kocht man Gutes in unserm Tessin?

Dies leckere Thema stand über einem Vorführungsabend in der freundlich-neuzeitlichen Küche des Elektrizitätswerts Bern, der kürzlich von Frä. Rina Scheurmann, Lehrerin am Haushaltungsfeminar Fischerweg, im Rahmen des bernischen Hausangestelltenvereins gegeben wurde.

Die Referentin führte erst einmal mit lebendigen und gedanklich klaren Worten ins Grundfällige und Eigentümliche der Tessiner Küche ein: sie ist verschieden von der deutschschweizerischen, so wie Gebräuche und Sitten, wie Lebensweise und Charakter — so wie die Pieder unserer Landsleute jenseits der Alpen sich von den unsern unterscheiden. Dieses Gegenfällige liegt weniger im andersgearteten Speisezettel (so im Vorherrschen von Teigwaren, Mais, Reis) als im kulinarischen Drum und Dran. Die Tessiner Küche ist pikanter, mannigfaltiger, einfallreicher. Denn der Tessiner legt großen Wert auf die Mahlzeit — und wenn gepart werden muß, dann sicherlich zuletzt in der Küche. Man will sich nicht nur ernähren, man will essen, interessant essen. So erscheint hier wie überall als Voraussetzung des Gutflohen-Könnens das Guteffen-Wollen...

In der Tessiner Küche nehmen Gewürze, namentlich Gewürzkräuter (Rosmarin, Basilikum, Thymian usw.), die ja mehr und mehr auch in der deutschschweizerischen Kochkunst auferstehen, einen Ehrenplatz ein. Aber „weise mit Gewürzen umgehen“, rät ein von jeder Tessinerin beherzogter Grundsatz. So schreibt ein altüberlieferter Spruch (wörtlich ins Deutsche übersetzt): „Man nehme bloß den Schatten einer Idee von Knoblauch“ — welch nüancierte Kunst, die des tessinerischen Kochens! Im übrigen gilt dies ja auch für unsere Küche: ein Gewürz darf den spezifischen Geschmack einer Speise nur betonen, nie aber übertönen.

Ein Typisches in der Tessiner Küche ist die Fleischzubereitung. Die bei uns so hoch im Kurs stehende Fleischsaucen führt im sonnigen Ticino ein richtiges Schattendasein. Der Tessiner zieht Schmorbraten, im Dunst gargemachtes Fleisch vor; dabei tritt nur wenig Saft, echter „Sugo“ aus — der Bissen wird aber selbstverständlich entsprechend saftiger (wovon man sich im Verlauf des Abends anhand einer Kostprobe gerne überzeugen ließ!). Als Bratenfett dient ausschließlich Del, das bekanntlich leichter verdaulich ist als irgendein tierisches Fett.

Für das Saucengemüse, das auf dem deutschschweizerischen Eßstisch wahre Orgien feiert, bringt man im Tessin keinen Geschmack auf — wie übrigens auch im Land der verfeinerten

Eßkultur, Frankreich, und in seiner lateinischen Schwesternation Italien nicht. Tatsächlich nimmt die Mehlsauce einem Gemüse das typische Aroma, das ihm erhalten bleibt, wenn es nach dem Aktuel der romanischen Küche nur mit Grünem in Butter gedämpft wird. Oft hört man für die Sauce plädieren, sie sei wirtschaftlicher, weil sie ein Gemüse „streckt“; dem muß entgegengehalten werden, daß sie ihrerseits das Gemüse verteuert... Für oder wider Saucengemüse ist wohl nicht zuletzt Geschmacksache — immerhin kann und soll der Mensch zum geschmackvollen Essen erzogen werden. —

Nach der theoretischen Einführung leitete ein beschwingtes Tessiner Lied, von den frischen, jungen Stimmen der Haushaltungsfeminaristinnen gesungen, melodios zum praktischen Teil des Abends über, zum

#### Schaufohen.

Affistiert von 6 ihrer Schülerinnen, zauberte Frä. Scheurmann eine würzig duftende Herrlichkeit von typischen Tessiner Blättchen, so „klassischen“ Teigwaren- und Fleischgerichten, hervor. Auch das zeitgemäße billige Eintopfgericht — wie die Tessiner Fastenspeise (Käsesuppe) und die Bufecca — kam zu seinem Recht. Man lernte, daß zum guten Gelingen des Risottos vorab die richtige Reissart beiträgt (Naturreis; jedenfalls nie glasierten Reis verwenden), und daß er nicht die bei uns ortsüblichen 20 Minuten, sondern bloß 12 Minuten gekocht sein will. Die Polenta ihrerseits verlangt grobkörniges Mais und mehr Kochzeit als man ihr hierzugehend gönnt, nämlich eine gute Stunde; sie soll trocken sein und etwas brenzlich — nicht verbrannt! — schmecken (also auch hier wieder Nüancen!).

Nach einigem tessinerisch-eigenständigen „Dolce“ stellten sich als alte Bekannte aus dem letzten Weltkrieg zwei zeitgemäße Kuchen vor, die äußerst schmackhaft, nahrhaft und billig sind und fast kein Mehl brauchen: der goldgelbe Maiskuchen und der Kartoffelkuchen; dazu kam ein luftig-duftiges Hirsebiskuit: ein gewöhnliches Gleichschwer, bei dem lediglich an Stelle von Mehl die Hirsefloeden treten, und das herzustellen sich heute sehr empfiehlt, da unser Land einen reichen Vorrat an Hirse angelegt hat.

So ist einem in zwei ausgefüllten Stunden ein Stück kulinarisch Andersartiges, gutes Andersartiges, nahegebracht worden, das uns Deutschschweizern geschmacklich durchaus entspricht und das unsern zuweisen etwas phantasielos gehandhabten Speisezettel wertvoll zu erweitern, launiger zu gestalten vermag. G. M.

Anschließend einige von Frä. Rina Scheurmann bearbeitete Rezepte:

#### Tessiner Fastenspeise (Käsesuppe):

- 4 handvoll Brotdünkli
- 50 g Käse, in Scheibchen
- 1 Zwiebel, in Streifen
- 1½ l Bouillon.

Die Dünkli werden lagenweise mit dem Käse in jedem Suppenteller angerichtet, die goldig gebräunte Zwiebel über die Dünkli gegeben und das Ganze mit kochender Bouillon übergossen.

#### Suppa-Casalinga:

- 2 Löffel Del
- ¼ Zwiebel
- 3 Löffel Mehl
- 2 l Wasser
- 2 Löffel Salz
- 3 handvoll Reis
- 1 Stück Hartkäse
- 30 g Käse, gerieben.

Das Del warm werden lassen, Mehl leicht bräunen, die Hälfte der fein gehackten Zwiebel beifügen und goldig anziehen lassen, mit der Flüssigkeit ablöschen, salzen und 10 Minuten kochen.

Den Rest der Zwiebel in Streifen geschnitten zusammen mit dem Reis beifügen, ebenfalls das Stück Käse und weitere 15 Minuten kochen. Ueber den geriebenen Käse anrichten und sofort servieren.

#### Kalbsbraten im Dunst:

750 g Kalbsgelee ohne Knochen,

40 g Butter oder 2 Löffel Del; Salz.

Das Fleisch mit der Butter oder mit dem Del einstreichen, schwach salzen und zugedeckt während einer Stunde in mäßig heißem Ofen ziehen lassen. Kräuter, wie Rosmarin, Basilikum oder Salbei und Wachholderbeeren machen das Fleisch pikanter.

#### Maiskuchen:

1 Tasse Mais

40 g Schokolade oder

1 Tasse kochende Milch

20 g Sultanien

$\frac{3}{4}$  Tasse Zucker

1 Prise Salz

1 Tasse Mehl

1 Päckli Backpulver

1 Ei

Der Mais wird mit der kochenden Milch angerührt, mit der Butter und den übrigen Zutaten vermischt und in eine befettete, auspanierte Springform eingefüllt und in mäßig heißem Ofen goldig gebacken.



## Die Berner Woche

ist die älteste, heute noch bestehende bernische Familien-Zeitschrift. Seit 28 Jahren hat sie, ohne irgendwelche staatliche oder private Subventionen in Anspruch zu nehmen, ihren Zielen und Aufgaben gerecht zu werden versucht. Und mannigfachen Gefahren zu Trotz ist es ihr immer wieder gelungen, Wirren einer ereignisreichen, energiegeladenen Zeit zu überstehen: Fürwahr ein vollgültiger Beweis ihrer Daseinsberechtigung!

## Die Berner Woche

ist politisch und konfessionell vollständig neutral. Das will nun nicht heißen, daß sie eine Stellungnahme zu aktuellen bernischen oder eidgenössischen Tagesfragen ablehnt. Wenn aber die Zeitschrift Ansichten über die schwebenden Probleme vaterländischer Politik und Kultur darlegt, so tut sie es, um ihrer Leserschaft durch eine sachliche, von keinerlei Interessen getriebene Orientierung die Möglichkeit der Bildung eines eigenen Urteils zu bieten.

## Die Berner Woche

stellt sich vorbehaltlos in den Dienst des Berner Volkes. Vertiefung und Verbreitung bernischer Eigenart, in Schrifttum und Kunst, ist ihr Programm. Am 20. Januar 1911, dem Erscheinungstag der ersten Nummer der Zeitschrift, faßten die Gründer deren Aufgabe in den folgenden Worten zusammen: „Aus der Flut der täglichen Ereignisse möchte die ‚Berner Woche‘ das herausgreifen, was uns Schweizer, was uns Berner interessiert. Das verweist in erster Linie auf das Urwüchsige und Angekamme hin.“ Dieses Programm gilt heute wie ehemals.

## Die Berner Woche

steuert zudem einen wertvollen Beitrag zur tatkräftigen Arbeitsbeschaffung bei. Gibt sie doch alljährlich ansehnliche Summen aus und schafft dadurch Druckern, Schriftstellern, Photographen, Graphikern usw. Arbeit und Verdienst. Auch unter diesem Gesichtspunkt ist es eine Tat praktischer Solidarität, die Zeitschrift dem Berner Volke zu erhalten.

Wir gelangen deshalb auch an Sie: Unterstützen Sie unsere Bestrebungen, indem Sie die „Berner Woche“ abonnieren, sei es für Sie oder Ihre Familie, sei es für Verwandte, Bekannte oder Freunde. Empfehlen Sie die Zeitschrift weiter, wenn Sie Ihnen zuzagt! Teilen Sie uns mit, welche Änderungen, Wün-

sche und Anregungen Sie für die zukünftige Ausgestaltung vorschlagen; denn nur so ist es möglich, die „Berner Woche“ als das zu wahren, was sie sein soll: eine bodenständig-bernische Volkszeitschrift!