

Zeitschrift: Die Berner Woche
Band: 30 (1940)
Heft: 41

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: 13.01.2026

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

Haus und Heim

Küche

Salatsauce mit Speckwürfeln für Kartoffel-, Rinden-, Krautsalat usw.:

Zutaten für 750 gr:

50 gr geräucherter Speck wird in Würfeln geschnitten. Diese werden in der Pfanne so lange geschmolzen, bis sie hellbraun werden und dann vom Feuer genommen. 2 Löffel Essig, 1 geriebene Zwiebel und gehacktes Grünes zugeben. Dem Kartoffelsalat wird noch eine Tasse heißes Wasser oder Brühe beigelegt, Krautsalat wird mit den Zutaten in der Pfanne gedünstet bis er zusammenfällt.

Für Kopf-, Endivien-, Rüssli-, Kresse- und alle Blattsalate:

Zutaten für einen Salatkopf:

3 Eßlöffel Rahm (von der Tagesmilch abgeschöpft), 2 Löffel Zitronensaft oder Essig, Schnittlauch oder gehackte Petersilie und eine Prise Salz werden gut verrührt und mit dem gewaschenen, abgetropften Salat vermengt.

Salatsauce mit kleiner Ölzugabe für alle Blattsalate, Gurken, Bohnen, Rüssli und Sellerie:

Zutaten für einen Salatkopf:

1—2 Löffel Essig oder Zitronensaft, ½ Kaffeelöffel Senf, 3 Löffel rohe Milch, 1 Löffel Öl und Salz werden gut miteinander vermischt.

Salat auch mit wenig Öl.

Zum Speisezetteln der Herbstwochen gehören Salatgerichte. Sie sind schmackhaft und ermöglichen eine rationelle Verwertung vieler Gemüse. Mit wenig Geld vermag die geschickte Hausfrau Gaumen und Augen ihrer Familie zu erfreuen. Die kleine Ölration soll kein Hindernis bilden, aber auch ganz ohne Speiseöl vermag man sich zu helfen. Folgende erprobte Rezepte sind zu beachten:

Für zeitgemäße Fleischgerichte wäre folgendes zu empfehlen:

Russafa: Zwei Auberginen werden geschält, in Scheiben geschnitten und in Speck oder Butter gebraten. Im selbem Fett bratet man dann sechs geschälte, entkernte und in Viertel geschnittene Tomaten. Ein Pfund mageres Hammelfleisch wird fein durch die Maschine fäsiert und mit Salz und Pfeffer, Gewürz, Petersilie und zwei klein gehackten Schalotten vermischt. Nun füllt man eine gut gebutterte Terrine oder tiefe feuerfeste Schüssel schichtweise mit dem Gehackten, den Auberginen und den Tomaten, legt ein gebuttertes Papier darauf und stellt sie im Wasserbad ungefähr 40 Minuten in den mäßig heißen Ofen. Dazu kann man auch eine Sauce aus frischen Tomaten servieren.

Frisches Hammelragout: Klein geschnittenes Hammelfleisch bräunt man in Butter, streut Mehl darauf, rührt gut um, fügt ein Wasserglas Fleischbrühe, Salz, Pfeffer und ein Bukt hinzu, läßt aufkochen und auf kleinem Feuer schmoren. Währenddessen bratet man ein paar in kleine Stücke geschnittene Zwiebeln, Karotten und weiße Rüben leicht an, fügt sie samt einigen Kartoffelchen zum Ragout, gießt nötigenfalls noch etwas Fleischbrühe dazu und läßt langsam einkochen. Vor dem Anrichten schöpft man das Fett ab und fügt, wenn man will, zuletzt noch ein paar Erbsen oder grüne Bohnen hinzu.

Lammbraten à la Jardinière: In einer gußeisernen oder irdenen Kasserolle läßt man ein wenig Schweinefett zergehen und bratet darin in Hälften geschnittene Karotten und weiße Rüben, sowie einige Zwiebelchen an. Wenn sie Farbe genommen haben, legt man eine Hammelteule oder Rotelettenstück hinein, deckt zu und bratet auf allen Seiten an, damit sich sämtliche Poren schließen. Dann fügt man Salz, Pfeffer und zwei Glas herben Weißwein hinzu und läßt zugedeckt ungefähr 2 Stunden langsam schmoren. Wenn das Fleisch gut durch ist,

nimmt man es samt den Gemüse heraus, schöpft das Fett vom Bratensatz, schmeckt ab, läßt etwas einkochen, bindet gerade vor dem Anrichten mit ein wenig Rahm und fügt etwas Petersilie und Estragon hinzu. Den Braten schneidet man in Scheiben, setzt ihn wieder zusammen, legt die Gemüse ringsherum und serviert die Sauce in einer besonderen Schüssel. Eine gute Zugabe sind Kartoffeln, die man in der Schale kocht, dann schält und in Butter schwenkt.

Berta Schaffs.

Warum kann man nicht elektrisch heizen?

Am 1. Januar 1940 kostete in Zürich ein Doppelzentner guter Anthrazit Fr. 10.50; Anfangs August ist sein Preis auf Fr. 17.50 gestiegen. Je teurer die Kohle wird, umso wirtschaftlicher würde das Heizen mit dem elektrischen Strom, wenn wir genügend Strom hätten. Natürlich bloß im Niedertarif. Immerhin kann ich mir heute sagen, heize ich mit dem elektrischen Ofen zur Zeit des Niedertarifs, so kommt mich das nicht mehr teurer, als wenn ich mit Kohle meinen Etagenofen anheize. Und der elektrische Ofen ist dazu noch sauberer. Er ist durch einen einzigen Griff ein- und einen weiteren Griff ausgeschaltet. Mein Zimmerbrandofen aber muß angefeuert werden. Und brennt auch dann noch weiter, wenn ich die Wohnung schon verlassen habe.

Ein Kilogramm Kohle hat eine Heizkraft, die 6 Kilowattstunden entspricht. Als die Kohle je Kilo 10 Rappen kostete, mußte ich für den gleichen Wärmebetrag durch den elektrischen Heizstrom — ich zahle im Niedertarif 3 Rappen für die Kilowattstunde Heizstrom — 18 Rappen bezahlen. Heute kostet die Kohle pro Kilo 17½ Rappen, die 6 Kilowattstunden immer noch 18 Rappen. Praktisch ist dies der gleiche Preis.

Aber gerade dann, wenn ich die elektrische Heizung brauchen würde, im Winter und am Nachmittag und am Abend, gilt der Niedertarif nicht. Mit guten Gründen! Denn der elektrische Strom kann nicht gespeichert werden. Elektrische Kraft ist Bewegung wie der Wasserstrom. Man kann zwar das Wasser eines Flusses speichern durch Dämme. Aber das ist kostspielig. Besonders im Winter, wenn unsere Flüsse überhaupt wasserarm sind. Da kann ich die Elektrizität nur für die wichtigsten Verwendungsarten brauchen, zur Erzeugung von Licht, die mit Elektrizität immer noch viel billiger und bequemer und sauberer zu stehen kommt, als mit Kerzen und Talglatern und Petrol- oder Rüböllampen. Oder zum Kochen oder zum Bereiten von heißem Wasser im Boiler während der Nacht zum Niedertarif. Mit dem Speichermesser des ganzen Wäggitalsees könnten im Winter bloß 500 Wohnungen geheizt werden, denn ein Kilogramm Kohle zu ersetzen, braucht es 6 Kilowattstunden elektrische Energie. Und das Wäggitalwerk leistet maximal 60 Milliarden Kilowattstunden, was der Heizkraft von bloß 10,000 Tonnen Kohle entspricht. Und dabei kostet der elektrische Strom oben in Siebnen schon 6 Rappen die Kilowattstunde, in Zürich aber 8—9 Rappen. Sechs Kilowattstunden würden also 36 Rappen in Siebnen und in Zürich 54 Rappen kosten und eine mittlere Wohnung im Winter elektrisch zu heizen, würde, abgesehen von den notwendigen Neuanlagen, etwa 1000 Franken kosten. Deshalb kann man unsere Wohnungen diesen Winter nicht elektrisch heizen!

(—r.)

Le Fourreur qui fait Fureur

ANTOINE SCHMID, FILS

Tél. 2 79 32 — Kornhausplatz 2 — 1^{er} étage, gegenüber dem Zeitglocken.

Vertrauenshaus für sämtliche Pelzsachen. Gegründet 1870.