Zeitschrift: Die Berner Woche

Band: 32 (1942)

Heft: 17

Artikel: Zeitgemässes Haushalten

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-639658

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: 30.11.2025

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

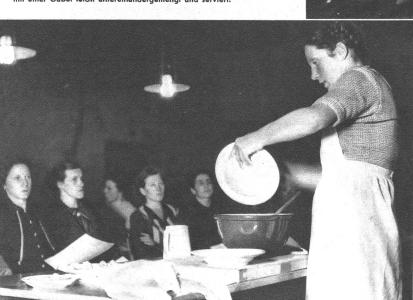


Leugemasses Haushaller

Unter diesem Motto hat die Firma Dr. A. Wander AG, durch Schweizer Verband Volksdienst in ihren Wohlfahrtsräumen Kurs durchgeführt, der im Sinne des sparsamen Haushalten der billigen aber guten Verköstigung mehr einer Schulung einer blossen Aufklärung gleichkam. Der Schweizer Verband Ver dienst leistete durch die Leiterin des Kurses, Frau Ziegler, vollwertige Arbeit, die sicher ihre praktische Auswirkung h wird. Das ganze Programm war auf die heutige Zeit abget sowohl in bezug auf die vorhandenen Lebensmittel als aud bezug auf die Erhaltung der Gesundheit in der Familie, einfache aber gesunde Lebensweise! - Der Gedanke - ze mässes Haushalten - fand viele dankbare Anhängerinnen, und herrlichen Küchendüfte hätten sogar manchen verwöhnten mann für das zeitgemässe Kochen zu begeistern vermocht

Die Kursleiterin, Frau Ziegler, zeigt im Rahmen der "Eintopfgerichte" die richtige Verteilung der nötigen Zutaten.

Pilaw. Zutaten: 500 g saftiges Rindfleisch oder zartes Hammelfleisch. FILLW. Zutaten: 500 g sattiges kindtleisch oder zartes Hammeltleisch, 75 g mageren Speck, 1 Löffel Fett, 1 Löffel Zwiebeln, ½ Knoblauchzehe, Petersilie, 120 g Reis, 30 g geriebener Käse, 1 Löffel Tomatenpüree Saft von ¼ Zitrone, Fleisch- oder Knochenbrühe, Salz. — Das Fleisch und den Speck in viereckige Würfelchen schneiden, den Speck im heissen Fett glasig braten, das Fleich beifügen und unter Rühren auf leicht anbraten, Knoblauch, Peterli beigeben, mitdünsten, den Reis und soviel Brühe beigeben, dass sie doppelt so hoch steht wie das Fleisch. Salzen, den Topf gut schliessen und 30 Minuten auf schwachem Feuer dünsten. Kurz vor dem Anrichten wird der Käse, Tomatenpüree, Zitronensaft beigefügt. Alles mit einer Gabel leicht untereinandergemengt und serviert.

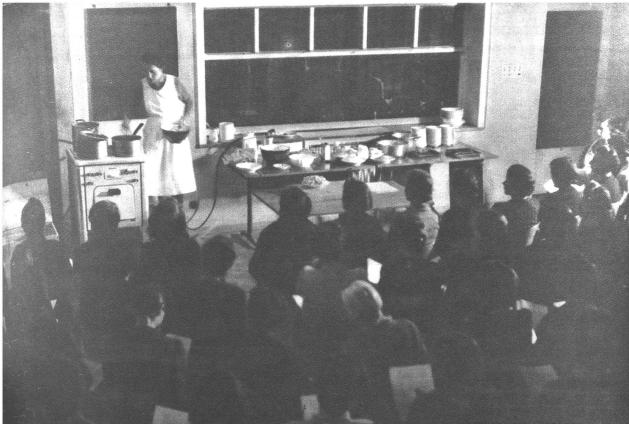


Andächtig lauschen die Kursteilnehmerinnen des Ausführungen der Leiterin und beobachten gespannt — "wie es gemacht wird"

Es ist wahrlich kein Hokuspokus, sondern ein gant natürlicher Vorgang — Man nimmt zu den

Pizzoccheri (Bündnerknöpfli). Zutaten: 2015 Karloffeln, 200 g Mehl, 1 Ei, Salz, Milchwasser, Iele fein geraffeltes Gemüse und Kräuter, Salzwasser, Kish eventuell Rutter eventuell Butter. — Aus Mehl, Ei, Salz, Mich, Wastell und den roh geriebenen Kartoffeln einen dicken Knöps teig machen und ihn einige Zeit ruhen lassen. Die von bereiteten Gemüse dazu geben, ziemlich grosse Knöpl davon abstechen und im siedenden Salzwassel welch kochen. Gut abtropfen und auf heisse Platte lagen mit Käse anrichten. (Nach Möglichkeit mit braum? Bildt überschmelzen oder mit Tomatensauce servieren.)

(PHOTOS E. THIERSTEIN)



Matt vorbereitet und in greifbarer Nähe für weisse Rüben, Kartoffeln und Brät.

Wille Rüben, Kartoffein und Brät. Zutaten: 750 g weisse Rüben, 21 Moffein, 200 g Brät, 100 g Brot, in etwas Milch eingeweicht, Grünes, Zwiebei Moffein und mit dem Brät gut mischen und Würstchen formen. — Die in Würfel gemitten Rüben mit wenig Wasser oder Fett und Zwiebein durchdämpfen. Die geschälten
dubärten Kartoffein darauflegen, salzen und zugedeckt gar dämpfen. Nach Belieben
mit Cammel darüber streuen, 10 Minuten vor dem Anrichten die kleinen Bratwürstchen
mit igen und mildämpfen.

De killk der fertigen Speisen ist sicher gründlich vorgenommen worden, und heche gute Hausfrau musste zugeben, dass selbst mit weniger Speck, Eiern und bler rollwertige Mahlzeiten sehr gut zubereitet werden können, wie das auch kan gefüllten Kohlkopf der Fall ist.

Stilliter Kohlkopf. Zutaten: 1 Kohlkopf, Salzwasser, 200 g Hackfleisch, etwas kabelin, Salz, Muskat. — Kohlblätter lösen, gründlich waschen, im siedenden Salzwasser übeslickoben. In eine tiefe Schüssel wird eine Serviette gelegt, eine Lage der grösseren schülter undherumgelegt. 1 Löffel des aut gewürzten Fleisches beigegeben, wieder schülter, dann Fleisch, bis alles aufgebraucht ist; die Kohlblätter wie bei einem Kohlwitzummengelegt und mit der Serviette festgebunden. Dieser wird in der schwach sieden Kohlbrühe zugedeckt ca. 1 Stunde gekocht.





Das fertige Eintopfgericht wird zur Kostprobe den Besucherinnen verteilt: Die St. Gallersuppe schmeckt ausgezeichnet.

St. Gallersuppe. Zutaten: 80 g Erbsen oder Dörrbohnen, 30 g Gerste, Einweichwasser, Wasser zum Auffüllen auf 1½ Liter, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 kleines Rübli, ½ Lauch, 1 kleiner Sellerie und Blätter, 1—2 Kartoffeln, 30 g Speck oder Knochen oder eine Wurst, 5 Löffel Milch, Kräuter, feingeschniftener Lauch. — Einweichen von Erbsen und Gerste. Gemüse und Kartoffeln in kleine Würfel schneiden. Weichkochen von Erbsen und Gerste, eventuell durchstreichen. Beifügen von Gemüse und Kartoffeln und gar kochen. Ueber Milch und Grünes anrichten.