

Zeitschrift: Die Berner Woche
Band: 33 (1943)
Heft: 17

Rubrik: Aus der Küche

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: 14.01.2026

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

Was kochen wir am besten?

Ein Gang über den Markt zeigt uns schon die ersten Gaben des Frühlings; Löwenzahn, Brunnenkresse, Radiesli, Spinat. Gartenkresse mit einem Kranz roh geriebenen Rüebli ist, gut zubereitet, zu Kartoffeln in der Schale, eine wahre Delikatesse. Mutter Natur spendet für diejenigen, die sich die Mühe nehmen, sogar umsonst Löwenzahn und Brennessel. Beide Gemüse von hohem gesundheitlichem Wert. Brennessel kann wie Spinat zubereitet werden; der Löwenzahn schmeckt als Salat sehr gut. Wer einmal die Radiesli auf eine andere Art zubereiten möchte, mache einen Radiesli-Salat: etwas Oel, Zitronensaft oder Essig, Salz, Pfeffer, feingewiegter Schnittlauch und Zwiebeln werden miteinander vermengt; mit einem Löffel roher Milch abschmecken. Radiesli mit der Bircherraffel hinreiben oder fein hobeln. Denken Sie auch daran, jede Suppe mit etwas Kräuter oder rohem Gemüsesaft vor dem Anrichten abzuschmecken? So erhalten wir die unentbehrlichen Nährstoffe und der Nährwert der Suppe wird zudem erhöht. Jede Hausfrau wird es sich zur Pflicht machen, diese ersten Gaben mindestens im Tag einmal auf den Tisch zu bringen, um so die Gesundheit fördernd zu unterstützen.

h. h.

Lauch mit Maisklösschen. Lauch ist möglichst kurz in wenig Fett, viel Zwiebeln, Knoblauch, einer Messerspitze Paprika weichzudämpfen. Mit geriebenem Käse bestreuen. Dazu Maiskugeln: Mais ist in Bouillonbrühe einzulaufen, mit Salz, Muskat, viel gehacktem Grün, Pfeffer und Paprika abzuschmecken. In ein Glas geben wir Paniermehl, stechen vom Maisbrei ab und schütteln gut, bis sich ein runder Kloss bildet. Im Fett backen oder aber in Salzwasser legen und ziehen lassen. Wenn wir die Klösse im Salzwasser kochen, dann ist dem Mais ein Ei oder aber 2 Esslöffel Mehl beizufügen, damit er ja gut zusammenhält.

Brötchen mit Thon, warm. Wir schneiden Kastenbrot in Scheiben und lassen es im Ofen knusprig rösten. Unterdessen bereiten wir uns eine pikante Mehlsauce mit feingewiegten Zwiebeln, einigen Kapern oder ganz fein geschnittenen Gewürzgurken, Zitronensaft, Salz, Muskat und lassen die Sauce sehr dick einkochen. Den Thon zerzupfen wir mit der Gabel und geben ihn in die Sauce. 3 Minuten mitkochen lassen. Dick auf die Brote streichen und sofort servieren.



Rhabarberschnittli. Die Rhabarber ist uns sehr willkommen, bietet sie doch einen wirklichen Ersatz, wenn im Keller die Äpfel wie «Schnee an der Sonne» zu Ende gehen. Junge Rhabarber braucht nicht geschält zu werden. Wir schneiden ca. 2 cm lange Stücke, geben sie ohne Wasserzugabe mit ein wenig Zucker (Rest Sacharin) auf das Feuer und lassen die Rhabarber unter öfterem Schütteln zusammenfallen. Würzen mit Zimt, das Abgeriebene einer Zitrone und einer Prise Kakao- oder Schokoladepulver. Zwieback wird nun mit der Masse bestrichen und sofort serviert. Wer es liebt, kann jede Schnitte mit süßem Quark garnieren.

Gemüse-Beefsteaks. Dazu benötigen wir Gemüse, was der Markt bietet, z. B. Spinat, Brennessel, Löwenzahn, Sellerie, Rüebli. Die ersten drei Gemüse wie üblich zubereiten; Spinat dämpfen, hacken. Sellerie und Rüebli sind an der Bircherraffel zu reiben. Alles untermischen; Salz, feingewiegte Zwiebeln, Knoblauch, Peterli, Mus-

kat, eine Messerspitze Liebig-Fleischextrakt und ein Esslöffel Mehl, sowie ein Ei dazu geben. Wer es kann, gebe noch einen Esslöffel Haferflocken dazu. Muss pikant abgeschmeckt sein. Kleine Beefsteaks formen, in Oel backen und mit Zitronenscheiben garnieren. Dazu Kartoffeln mit Petersiliensauce und Salat servieren.

