

<b>Zeitschrift:</b>	Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Verein für Heimerziehung und Anstaltsleitung; Schweizerischer Hilfsverband für Schwererziehbare; Verein für Schweizerisches Anstaltswesen
<b>Band:</b>	20 (1949)
<b>Heft:</b>	5
<b>Rubrik:</b>	Für die 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:** 16.02.2026

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



selbst unzugänglicher Patienten öffnet und allgemein eine Atmosphäre des Vertrauens schafft.

Am besten wird wohl das Wesen und die geistige Haltung dieses grossen Basler Arztes mit seinen eigenen Worten ausgedrückt, die er anlässlich seiner letzjährigen Rektoratsrede unter anderem sprach: «Es gilt heute mehr denn je, den Geist des Heiligen und Reinen, der Ehrfurcht und der Demut, des Gerechten, Gütigen und Schönen, vor allem den Geist der Liebe mit unendlicher Geduld in und um uns zu pflegen.»

## Für die Küche

### Gesund leben mit neuzeitlicher Nuxo-Diätnahrung

#### 1. Spinat mit Haselnusspuree.

200 g frischer, nicht grossblättriger Spinat, 1 Zitrone, 1 Joghurt, 1 Prise Rosmarin, 2 Löffel Haselnusspuree. Spinat mit scharfem Messer auf leicht angefeuchtetem Brett fein hacken und mit Zitronensaft 10 Minuten beiseitestellen. Gut durch ein Tuch drücken und mit Haselnusspuree sämig anrühren. Würzen mit Rosmarin, mit Joghurt verlängern. Bitte nicht salzen, stört den Eigengeschmack.

#### 2. Rohkost-Suppe.

Rohe Rübli, Sellerie und Lauch fein hacken und mit fein gehackten Kräutern in die Schüssel geben. Biorex-Würfel zu Pflanzenbouillon auflösen und kochend angießen. Nochmals zurückgeben, kurz aufkochen lassen und mit Dünkli aus Vollkornbrot servieren.

#### 3. Äpfel-Selleriesalat.

Äpfel und Sellerie in feine Streifen schneiden oder raffeln. Mit Zitrone befeuchten. Mit Mandel-Mayonnaise crèmeartig binden, mit wenig Rosenpaprika würzen und in Gläser, Salatblätter oder ausgehöhlte Äpfel einfüllen, mit Nusskernen bestreuen. Knäke- oder Aryana-Brot dazu servieren.

#### 4. Keimling-Müesli (als Kindernahrung, aber auch für ältere Leute).

100 g Keimlinge über Nacht einweichen. 100—150 g Mandelpuree, 2 Löffel Honig, 1 Zitrone, 200 g Äpfel,

1 Glas Süssmost. Äpfel dünn schälen und in Süssmost dämpfen, durch das Passe-vite streichen. Mandelpuree mit wenig Wasser, Zitronensaft und Honig dickflüssig anrühren, Keimling-Brei und Apfelmus zugeben. Mit Kokosraspel oder feingeriebenen Nüssen bestreuen.

#### 5. Belegte Brötchen.

a) Rohe Pilzbrötchen. 100 g frische Champignons, 100 g Quark, 2 Löffel Mandelpuree, Zitronensaft, Estragon, Knäckebrot oder Vollkornbrot. Pilze mit Zitronensaft fein hacken, so dass solche schön fein und doch schneeweiss bleiben. Quark mit Mandelpuree und Estragon mit dem restlichen Zitronensaft steif rühren, mit den Pilzen untermischen und auf die Brote aufstreichen.

b) Grapefruit-Tomaten-Brot. Scheiben Grapefruit, Scheiben Tomaten. 100 g Mandelpuree, 100 g Quark, Prise Basilikum, Vollkornbrot. Mandelpuree mit Quark sämig rühren mit etwas Grapefruit-Saft und Basilikum würzen. Auf Knäckebrot aufstreichen und lagenweise mit Scheiben von Grapefruit und Tomaten belegen. Zuletzt noch mit dem Dressiersack Tupfen von der Streichmasse aufspritzen.

c) Meerrettichbrot oder Selleriebrot. Geriebener Meerrettich oder Sellerie, 1 roher Apfel, 2 Löffel Haselnusspuree, Zitrone. Den Apfel reiben unter Verwendung von Zitronensaft. Mit Haselnusspuree streichfähig verarbeiten und zuletzt den geriebenen Meerrettich oder Sellerie unterziehen. Auf Vollkornbrot aufstreichen und je nach Belieben mit einer Spirale ungesüßtem Schlagrahm ausgarnieren.

#### 6. Zwetschgen mit Mandelrahm.

Eingemachte Zwetschgen, 200 g Quark, 2 Löffel Honig oder Zucker, 100—150 g Mandelpuree, wenig Milch. Die Zwetschgen aus dem Glas abtropfen lassen und schön in Gläser schichten. Quark, Honig, Mandelpuree mit Milch zu dickflüssiger Crème anrühren, so dass solche deckfähig ist. Je nach Belieben mit Tupfen von Schlagrahm ausgarnieren.

#### 7. Ein Schlummertrunk für Kinder oder Leute, die nur schwer einschlafen können.

3 Löffel Weizenkeimlinge, 2 Löffel Mandelpuree, 1 Löffel Bienenhonig, 1 Glas Wasser. Die Weizenkeime in Wasser 2—3 Stunden einweichen, Mandelpuree mit Bienenhonig und dem abgeseihten Keimlingwasser glattrühren und servieren.

