

Zeitschrift: Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA
Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen
Band: 54 (1983)
Heft: 10

Artikel: Feste Bräuche, Jahreszeiten auf dem Speisezettel
Autor: Züblin, Maria
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-811974>

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: 01.10.2025

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

Feste Bräuche, Jahreszeiten auf dem Speisezettel

Essen wird von vielen Leuten als rein körperliche Nahrungsaufnahme taxiert. Doch Essen bedeutet – es wurde im Laufe unserer Tagung wiederholt darauf hingewiesen – sehr viel mehr; es ist Ausdruck des gesellschaftlichen und familiären Kontaktes, der Zuneigung, der Gastfreundschaft und der Lebensfreude. Wer von Ihnen Kinder hat, oder mit Kindern zu tun hat, weiss, wieviel offener und intimer während oder nach einem Essen diskutiert wird; da macht man die Erfahrung, dass Essen sogar helfen kann, Probleme zu lösen und Tröster zu sein. Ganz generell gesagt: Essen ist Kultur. Eine wichtige Funktion des Essens dürfen wir nicht vergessen: seine Verbindung zur Vergangenheit . . . Erinnerung. Dass dies nicht nur eine Funktion für Betagte ist, zeigt die heutige allgemeine Tendenz in der Speisewahl: zurück zur Einfachheit, zur Naturbelassenheit und zur Nostalgie.

Um so verständlicher ist es, dass man im Altersheim – auch im Zusammenhang mit dem Essen – sehr oft mit den Gedanken an «früher» konfrontiert wird. Je älter der Mensch wird, um so grösser wird sein Bedürfnis, aus der Jugend zu erzählen; er möchte seine und die Erfahrungen seiner Vorfahren weitergeben. Wir hören immer wieder, was seine Eltern wie gemacht haben und welche Gerichte daheim auf den Tisch kamen. «Mini Muetter häd halt a de Chilbi immer ganzi Wöschzaine voll Chüechli und Chropfe gmacht!» «Aber gälled sie, die hüttige junge Fraue sind ja z'fuul für settigs, die machid liebes öppis fertigs usem Päckli.»

Es stimmt schon, so Chilbichüechli und Chropfe, wie sie meine Mutter jedes Jahr – und zwar auch ganze Waschzainen voll – gemacht hat, ist halt schon etwas feines. Das Rezept dazu ist fast nicht mehr aufzutreiben, nachdem Eierröhrli und Fastnachtchüechli über Monate in jedem Supermarkt angeboten werden.

Hier das alte Rezept – es ist zu beachten, dass kein Zucker verwendet wird: 2½ kg Mehl, 4 Eier, 125 g frische Butter, ¼ l Nidel (wenn auch etwas sauer), ½ dl Kirsch, 1 Handvoll Salz. Mehl in die Schüssel sieben und mit Butter verreiben, Eier verrühren und unter das Mehl verreiben, die andern Zutaten begeben und wenn nötig etwas Milch zufügen, bis der Teig feucht ist, Teig gut kneten, dass er fein wird. Einige Stunden (wenn möglich über Nacht), zu runden Laiben von zirka 1 Pfund geformt und mit einem Tuch zugedeckt, ruhen lassen. Teig hauchdünn ausrollen, in zirka 10 x 10 cm grosse Blätzli ausrädeln und in schwimmendem Fett ausbacken.

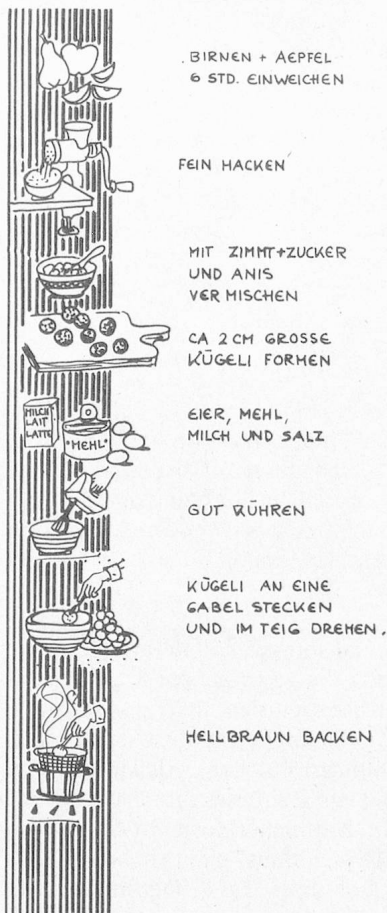
Dieses Rezept stammt vom Land. Es waren hauptsächlich die Bauern, die an der Chilbi die ganze Stube voll Besuch hatten, und da wurde dann zum Zobig Chüechli, Chropfe und Kaffi-Kirsch serviert.



Die Wohlhabenheit des Bauern zeigte sich unter anderem darin, ob man die Chüechli im reinen Anke oder im Schweineschmalz gemischt mit Kalbsnierenfett ausgebacken hat.

Vom selben Teig wie die Chüechli, werden auch die Chropfen, mit Kusi gefüllt, hergestellt. Rezept fürs Kusi: 160 g gedörrte Birnen, 80 g gedörrte Apfelschnitzli, 4 EL Zucker, 1 TL Zimt, 1 Prise Anispulver, 1 Gütschli Kirsch. Die angegebenen Zutaten werden wie folgt verarbeitet: Birnen und Äpfel 6 Stunden einweichen, fein hacken (Fleischwolf), mit Zucker, Zimt und Anis mischen, Kirsch begeben. Weitherum bekannt ist aus Zug der wieder zu neuen Ehren gekommene Brauch des «Chropfeli-meh-Singens». An der alten Fastnacht ziehen verkleidete Gruppen vor die mit einem Laternchen gekennzeichneten Häuser, wo verlobte oder jungverheiratete Pärchen zuhause sind und singen solange Lieder – die immer wieder mit dem Refrain: «Chropfeli-meh, Chropfeli-meh, so heisst üse Gsang» enden, bis die Brautleute einen Korb mit Wein und Chüechli und Chropfe aus dem Fenster lassen.

Auch wir haben den alten Chüechli-Brauch wieder auferstehen lassen, und trotz der recht arbeitsaufwendigen Herstellung erhalten unsere Pensionäre am Maskenball am schmutzigen Donnerstag soviel Chüechli und Chropfe, dass es dann schon etliche Kaffi-Kirsch zum «Verteilen» braucht. Jä nu – für die Bauchschmerzen wollen wir ja schliesslich die Verantwortung nicht übernehmen!



BIRNEN + ÄPFEL
6 STD. EINWEICHEN

FEIN HACKEN

MIT ZIMMT+ZUCKER
UND ANIS
VERMISCHEN

CA 2 CM GROSSE
KÜGELI FORMEN

EIER, MEHL,
MILCH UND SALZ

GUT RÜHREN

KÜGELI AN EINE
GABEL STECKEN
UND IM TEIG DREHEN.

HELLBRAUN BACKEN



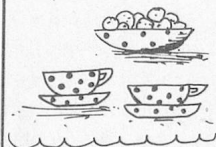
Kusi- Rügeli

ZUTATEN:

- 160 g DÖRRBIRNEN
- 80 g GEDÖRRTE
APFELSCHNITZLI
- 4 ESSL. ZUCKER
- 1 TEEL. ZIMMT
- 1 PRISE ANISPULVER

OMELETTENTEIG

- 200 g MEHL
- 2 dL MILCH
- 2 EIER
- SALZ



In den Aufzeichnungen meiner Grossmutter habe ich noch ein anders Rezept aus diesem Kusi gefunden: Man formt aus dem Kusi zirka 2 cm grosse Rügeli, steckt diese an eine Gabel, tunkt sie in einem Omelettenteig aus 200 g Mehl, 2 dl Milch, 2 Eiern, Salz und backt sie dann schwimmend hellbraun. Speziell unsere älteren Damen lieben diese Kusi-Rügeli; wenn etwa Vollmond oder Föhn im Lande herrscht, kommt dann halt vielleicht von einem Männer-tisch in reinem Urnerdialekt die unmissverständliche Bemerkung: «Wiibergfräss, ninzg Rappe isch es wärt oder no weniger. Machid gschider meh Gnagi.»

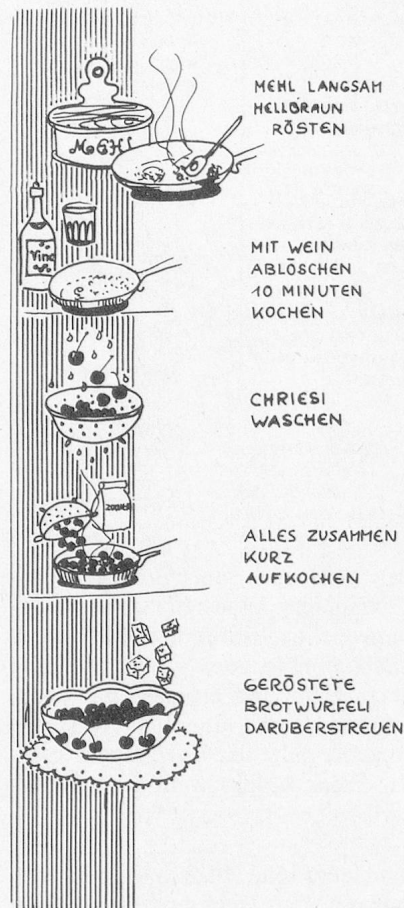
Kennen Sie den echten Zuger Chriesiprägel? Da wir ja ein Chriesiland sind und ich Ihnen weder das Rezept der echten Zuger-Kirschtorte (das ist nämlich streng gehütetes Geheimnis unserer Confiseure) vermitteln, noch ein Fläschli Zugerkirsch zum Probieren anbieten kann, mache ich Sie halt mit dem Chriesiprägel bekannt, den Sie dafür der ganzen Heimgemeinschaft, als Beilage zu einem leichten Nachtmahl, servieren können: 2 Esslöffel Ruch- oder Vollkornmehl, 2 dl Rotwein, 500 g Kirschen, 2 Tassen in Butter gebackene Brotwürfeli. Mehl ohne Fett langsam braun rösten, mit Wein ablöschen und 10 Minuten kochen. Chriesi waschen, dazugeben und alles zusammen kurz aufkochen.

In der Chriesizeit gibt es selbstverständlich nicht nur Prägel – wir wohnen in einer so mit Obst gesegneten Landschaft, dass während der jeweiligen Saison immer Kirschen, Äpfel und Birnen zum Zugreifen herumstehen.

Unsere Küche ist, wie ja eigentlich überall, durch die bei uns vorkommenden Produkte geprägt. So führen wir am

Büelfäscht, das wir für Pensionäre und Bevölkerung immer am ersten Samstag im September veranstalten, eine Moschtstube, wo wir süesse, grätze und vergorenen Moscht zu Holzerzobig oder Chabis-Bünteli servieren. Chabis-Bünteli oder -Wickel werden vielerorts aufgetischt. Unser Zugerrezept ist aber ganz speziell, weil es kein Fleisch enthält: 1 Kabis, 300 g altes Brot, 2 Eier, 1 Büscheli Peterli, 1 Zwiebel, ½ TL Majoran, Pfeffer, Salz, Aromat, Fleischbrühe. Kabiskopf halbweich kochen, Blätter sorgfältig abnehmen, Brot einweichen (in warmer Milch). Peterli, Zwiebeln und Majoran fein hacken, Brot, Eier, Gewürze und Kräuter gut vermischen. 1 Löffel Füllung auf 1 Kabisblatt geben, zu Bünteli rollen. Auf jeder Seite mindestens 10 Minuten anbraten, nachher mit Fleischbrühe ablöschen und im Backofen noch eine weitere halbe Stunde schmoren lassen. Mit einem Zugerli (eine feinere Art Wienerli, eher wie Frankfurterli) zusammen ist dies eine feine Mahlzeit.

Dass es den Herbst über zwei- oder dreimal Wild gibt – sei es Rehpfeffer, Hasenrücken, oder geschnetztes Wild –, ist für uns und für Sie sicher selbstverständlich. Auch gibt es dazu ein feines Rotkraut und glacierte Maroni – und zum Dessert ein paarmal Vermicelles mit Rahm. Obwohl diese saisonbedingten Spezialitäten sehr beliebt sind, reichen sie doch nicht an die Genüsse heran, die spezifisch aus unserer Gegend stammen. Am Chomer-Märt – das ist ein Brauch, der schon in den ältesten Chroniken erwähnt wird – gibt es eine Chomer-Märt-Platte. Ganz zur Jahreszeit passend – der Chomer-Märt ist immer am letzten Mittwoch des Monates November –, besteht diese Platte aus folgenden Zutaten: Auf eine feine Butterrösti legt man mit warmem Sauerkraut gefüllte Schinkenrollen (pro



MEHL LANGSAM
HELLBRAUN
RÖSTEN

MIT WEIN
ABLÖSCHEN
10 MINUTEN
KOCHEN

CHRIESI
WASCHEN

ALLES ZUSAMMEN
KURZ
AUFKOCHEN

GERÖSTETE
BROTWÜRFELI
DARÜBERSTREUEN



Chriesi- prägel

ZUTATEN:

- 2 ESSL. RUCH-
ODER VOLLKORN-
MEHL
- 500 g KIRSCHEN
- 2 dl ROTWEIN
- 5 ESSL. ZUCKER
- 2 TASSEN
BROTWÜRFELI



Person 1 bis 2), bedeckt diese mit einer Scheibe rezentem Bergkäse, gibt die Platte in den Backofen, bis der Käse schmilzt. Wenn es dann zum Zobig noch gebratene Maroni gibt – der Tessiner-Maronibrötler vom Märt reserviert immer 6 kg für uns –, dann ist dies ein gelungenes Fest für unsere Pensionäre. Früher war am Chomer-Märt in allen Wirtschaften Tanz; und gar viele unserer Pensionäre erinnern sich daran, dass sie an eben einem solchen Märt-Tanz ihrem späteren Ehegespons das erste Schmützli gegeben haben.

Nicht unbedingt appetitlich zum Anschauen, und eigentlich eine für ältere Leute eher «schwere» Mahlzeit ist das Zuger Käsmues. Trotzdem kommen wir nicht darum herum, dieses hin und wieder auf den Tisch zu bringen. Hier ein altes Rezept: 150 g altes Brot, 150 g Käse-Reste (Emmentaler, Greyerzer usw.), 3 dl Fleischbrühe, 3 dl

fertig werden. Schnitz und Herdöpfel gibt es an verschiedenen Orten auf dem Land; nachfolgend erkläre ich Ihnen ein Rezept, das eine Freundin von mir in Notizen von ihren Zuger Vorfahren gefunden hat: 300 g gedörrte Apfelschnitzli, 500 g Kartoffeln, 400 g Speck (wenn möglich geräuchten), 2 EL Zucker, Salz. Die Apfelschnitzli über Nacht einweichen, abtropfen lassen. Zucker braun rösten, Schnitzli dazugeben. Speck auf die Schnitzli legen und 2 Tassen Wasser dazu; zudecken. Nach 50 Minuten Kartoffelwürfel mit Salz auf die Schnitzli legen, zugedeckt 30 Minuten weiterkochen, dann sorgfältig mischen. Speck fein schneiden und schön drauflegen.

Die Traditionen in unserem Heim sind aus zwei Richtungen sehr stark beeinflusst: Einerseits durch die bäuerliche Umgebung, mit dem vielen feinen Obst und seinen Produkten und andererseits durch die Stadt und den See. Die allermeisten von Ihnen haben sicher schon vom legendären Zuger Rötel gehört, aber sehr wenige von Ihnen haben schon davon probiert.

Bereits in einem alten Habsburger Urbar aus dem 13. Jahrhundert, in dem auch die zugerischen Abgaben mit peinlicher Sorgfalt eingetragen wurden, steht zu lesen: «Da lit och eine Vischenz, die giltet jerglich ze zinse sechstusend Roetelin und sechzehnhundert Balchen. Auch in späteren Zinsrodel wird der Rötel als Zahlungsmittel aufgeführt. Auch die Herren Patres im Kapuzinerkloster in Arth lassen sich den jährlichen Rötelschmaus nicht nehmen. Als Dank für die kirchliche Erlaubnis, am 8. Dezember, dem Feste Maria Empfängnis, ihre Netze zu setzen, bringen die



KABISKOPF
HALBWEICH KOCHEN

BLÄTTER
SORGFÄLTIG ABNEHMEN

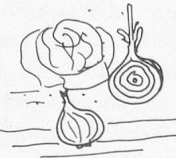
BROT
EINWEICHEN

PETERLI, ZWIEBELN
MAJORAN
FEIN HACKEN

BROT, EIER,
GEWÜRZE, KRÄUTER
GUT VERMISCHEN

1 LÖFFEL FÜLLUNG
AUF KABISBLATT GEBEN
UND ZU BÜNDELI
ROLLEN

AUF JEDER SEITE
10 MIN. ANBRATEN,
DANN MIT FLEISCHBRÜHE
ABLÖSCHEN.



*Kabis-
Bündeli*

ZUTATEN:

1 KABIS
300g ALTES BROT
2 EIER
1 BÜSCHELI PETERLI
½ TEELÖFFEL MAJORAN
PFEFFER
SALZ
AROMAT
FLEISCHBRÜHE



Milch, ½ TL Kümmel, Salz und Muskat, 2 EL Oel, 2 Zwiebeln. Brot fein schneiden, Käse reiben, Käse und Brot mit Fleischbrühe einweichen, ½ Stunde ziehen lassen. Milch mit Kümmel, Salz und Muskat aufkochen. Die Käse-Brot-Mischung dazugeben und einmal aufkochen. Zwiebelringe im Oel bräunen und über das Käsmues streuen. Heute isst man gerne Salat dazu; früher gab es zu diesem typischen Freitag-Essen Apfelschnitzli oder Apfelschnitzli.

Wenn bei uns Schnitz und Herdöpfel auf dem Menue steht, sind wir sicher, dass wir mit dem Nachservice fast nicht



BROT FEIN SCHNEIDEN

KÄSE REIBEN

KÄSE UND BROT
IN FLEISCHBRÜHE
EINWEICHEN

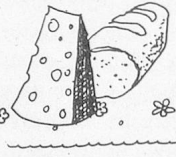
½ STD. STEHEN LASSEN

MILCH MIT KÜMMELEL
SALZ UND MUSKAT
AUFKOCHEN

DIE KÄSE - BROT-MISCHUNG
DAZUGEBEN UND
1x AUFKOCHEN

ZWIEBELRINGE
IM OEL BRÄUNEN

ÜBER DAS KÄSMUES
STREUEN.



*Zuger
Käsmues*

ZUTATEN:

150 g ALTES BROT
150 g KÄSERESTE
EMMENTALER,
GREYERZER etc.
3 dl FLEISCHBRÜHE
3 dl MILCH
½ KAFFEEL, KÜMMELEL
SALZ
MUSKAT
2 ESSL. OEL
2 ZWIEBELN





ÄPFEL ÜBER NACHT
EINWEICHEN

ABTROPFEN LASSEN

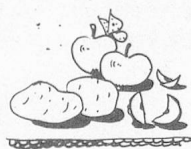
ZUCKER BRAUN RÖSTEN
SCHNITZE DAZUGEBEN

SPECK AUF DIE SCHNITZE
LEGEN, 2 TASSEN WASSER
BEIFÜGEN
ZUDECKEN

NACH 50 MIN. KOCHZEIT
KARTOFFELWÜRFEL
MIT SALZ AUF DIE
SCHNITZE GEBEN

30 MIN. ZUGEDECKT
WEITERKOCHEN
SORGFÄLTIG MISCHEN

SPECK FEIN SCHNEIDEN
UND HÜBSCH DARAUFGEBEN
ANRICHTEN.



Schwitz und Herdöpfel

ZUTATEN:

300 g GEDÖRTE
APFELSCHNITZLI
500 g KARTOFFELN
400 g SPECK
2 ESSL. ZUCKER
SALZ



Netze gehen, wird heute in den Spezialitätenrestaurants entlang dem Zugersee den Gästen offeriert, und für die private Küche braucht es schon Glück – oder Beziehungen –, um bei einem Fischer Rötél zu erhalten. Dementsprechend sind auch die Preise; für ein Heim wäre also ein Rötelschmaus auch aus finanziellen Gründen nicht möglich.

Damit aber die wunderbaren, alten Rötélrezepte auch bei uns im Büel nicht in Vergessenheit geraten, gibt es zweimal im Jahr Forellen, die wir – sie gehören ja zu derselben Fischart – nach diesen Rezepten zubereiten:

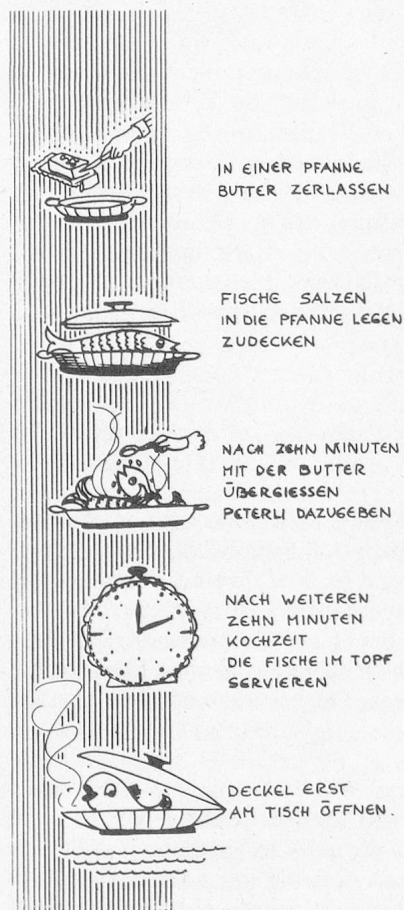
Zuerst das Rezept vom Kapuzinerklösterli: In 60 g Butter röstet man 40–50 g Mehl sorgfältig braun, löscht dann mit ½ Liter gutem Rotwein ab, gibt ein Löffelchen Salz, eine gute Messerspitze Paprika, eine gespickte Zwiebel, ein Rübchen und 1–2 Löffel Tomatenpüree bei und lässt die Sauce 1½–2 Stunden kochen. Sie soll gut zur Hälfte einkochen. Kocht sie stärker ein, so gibt man je nach Schärfe halb Rotwein und halb Wasser dazu. Fett und Schaum müssen fleissig abgenommen werden. Kurz vor dem Anrichten reibt man die gereinigten Fische mit etwas Pfeffer und Salz ein, gibt sie in die schwach kochende Sauce, zieht die Pfanne vom Herd und lässt die Fische 8–10 Minuten ziehen. Beim Anrichten passiert und entfettet man die Sauce und gibt sie recht heiss über die Fische.

Nach dieser recht zeitraubenden und anspruchsvollen Zubereitungsart – in den Klöstern hat man eben noch Zeit fürs Essen und seine Zubereitung – vermittele ich Ihnen

Walchwiler Fischer den Ertrag dieses Fanges alljährlich ins Klösterlein des heiligen Zeno in Arth, wo sie dann von der Geistlichkeit aufs beste bewirtet werden. Es soll vorgekommen sein, dass die Fischer auf dem Rückweg mehr «geladen» hatten, als auf dem Hinweg! Was ist das eigentlich für ein Fisch, dieser Rötél? Die Zoologen ordnen den Rötél, oder wie sie sagen: «Salmo alpinus» der Familie der Forellen zu. Zu dieser gehört ja auch der Lachs. Und wie der Lachs im hohen Norden heimisch ist, soll auch der Rötél ursprünglich aus diesen Breitengraden stammen. Ende der letzten Eiszeit, als beim Rückzug der Gletscher gewaltige Schmelzwassermengen frei wurden und den Meeren zuströmten, bot sich diesen Fischen Gelegenheit, über Tausende von Stromschnellen den Ur-Rhein bis hinauf in unsere Gegenden zu gelangen. Diesen alljährlichen strapaziösen Wanderungen waren aber nur die stärksten Fischarten gewachsen. So blieb der Lachs bei seinen jährlichen Wanderungen vom Meer die Ströme hinauf zu seinen Laichplätzen (wo ihm der Mensch mit Kraftwerksbauten nicht schon längst den Weg verbaut hat), während die andern schwächeren Arten sich allmählich in unseren Gewässern heimisch fühlten.

Die Zuger- und Ägeri-Rötél, der Emeli vom Thunersee, der Hamel vom Brienersee und der Bissling vom Bodensee gehören, wie auch die Bach-, die See- und die Regenbogenforelle, zur grossen Familie der Salmoniden.

Der Rötél, der nur in den Monaten November und Dezember gefangen wird, geht leider von Jahr zu Jahr zurück. Der grösste Teil der Rötél, die den Fischern in die



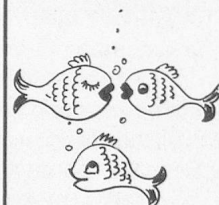
IN EINER PFANNE
BUTTER ZERLASSEN

FISCHE SALZEN
IN DIE PFANNE LEGEN
ZUDECKEN

NACH ZEHN MINUTEN
MIT DER BUTTER
ÜBERGIESSEN
PETERLI DAZUGEBEN

NACH WEITEREN
ZEHN MINUTEN
KOCHZEIT
DIE FISCHE IM TOPF
SERVIEREN

DECKEL ERST
AM TISCH ÖFFNEN.



Zuger Rötél

ZUTATEN

4 FRISCHE RÖTEL
100 g BUTTER
1 BÜSCHELI PETERLI
SALZ
AROMAT



100 Jahre Stutz + Co. AG

In Wädenswil begehrt die Buchdruckerei Stutz & Co. AG, in welcher das Fachblatt VSA «Schweizer Heimwesen» hergestellt wird, das Jubiläum ihres hundertjährigen Bestehens. Die Firma, die heute von Max Möhr, Schwiegersohn des früheren, 1967 verstorbenen Firmenchefs Dr. Adolf Stutz, geleitet wird, ist eine der bedeutendsten Unternehmungen in der grossen Gemeinde am linken Ufer des Zürichsees und verfügt in der graphischen Branche über einen geachteten Namen weit über die Grenzen des Kantons Zürich hinaus. Im Haus zur Gerbe wurde die Diversifikation praktiziert, lange bevor dieses Wort als Schlüsselwort für modernes Management in Mode gekommen ist. Trotzdem sind in der Offizin Stutz die schönen Traditionen eines soliden, kundenorientierten Gewerbebetriebes bis heute erhalten geblieben, selbst wenn die zum Teil revolutionär anmutenden Neuerungen in Satzherstellung und Druck, die sich in den letzten Jahren auf der ganzen Linie durchgesetzt haben, auch an diesem Betrieb nicht vorübergegangen sind. In einer interessanten, schöngestalteten Jubiläumsschrift wird die Geschichte der erst vor kurzem in eine Aktiengesellschaft umgewandelten Firma, zu der neben der Druckerei und dem Zeitschriftenverlag auch eine Papeterie, eine Buchhandlung und eine Boutique gehören, von der Gründung im Juni 1883 bis zur Gegenwart nachgezeichnet. Der VSA, Verein für Schweizerisches Heimwesen, und das jubelnde Wädenswiler Unternehmen sind über das Fachblatt «Schweizer Heimwesen» einander seit Jahrzehnten in gutem Einvernehmen verbunden, wobei sich die angenehmen Geschäftsbeziehungen nicht allein auf die Leitung, sondern auch auf die Mitarbeiter der Firma erstrecken. Die Redaktion des Fachblattes zögert deshalb nicht, im Namen des Vorstandes, der Redaktionskommission und der Geschäftsstelle VSA der Druckerei Stutz & Co. AG im Hinblick auf die Jubiläumsfeier vom 4. November einen herzlichen Glückwunsch zu entbieten, und zugleich den geziemenden Dank für die erspriessliche Zusammenarbeit abzustatten.

H. B.

noch ein Rezept für all jene, die den Fisch als solchen auf der Zunge spüren wollen: 4 frische Röteli, 100 g Butter, 1 Büschel Peterli, Salz und Aromat. In einer Pfanne Butter zerlassen. Fische salzen und in die Pfanne legen, zudecken. Nach 10 Minuten mit der Butter übergiessen, 1 Büschel Peterli dazulegen. Nach weiteren 10 Minuten Kochzeit die Fische im Topf servieren. Deckel wenn möglich erst am Tisch öffnen.

Für die grossen Feiertage, wie Weihnachten, Ostern usw., fehlen bei uns traditionelle Menüs. Es ist ja bei uns nicht so, wie in Amerika, wo der gefüllte Truthahn von Ost bis West auf jedem Weihnachtstisch steht. Auch das traditionelle Ostergetz vom Tessin ist bei uns nicht Brauch. Und

weil wir an diesen Tagen jeweils recht viele Gäste haben, lassen wir den Küchenchef in seinen Rezepten und Phantasien kramen und – vor allem – uns überraschen.

Nach dem Schwelgen in den Genüssen vergangener und gegenwärtiger Zeiten werden mich viele – wenigstens in Gedanken – daran erinnern, dass es bei der Menügestaltung nicht nur darum geht, auf Jahreszeiten, Feste und Bräuche Rücksicht zu nehmen. Wir wissen, dass mit der verminderten körperlichen Aktivität des alten Menschen auch sein Energiebedarf sinkt. Der Kalorienanspruch liegt deshalb beträchtlich unter demjenigen des jüngeren, das heisst bei rund 2000 pro Tag. Dabei ist es ja um so wichtiger, dass dieser Bedarf nicht mit leeren Kalorien, wie sie beispielsweise oft in Süßigkeiten enthalten sind, sondern mit vollwertigen gedeckt wird. Dies heisst, dass wir dafür sorgen müssen, dass die Fett-, Zucker- und Weissemehlzufuhr reduziert wird, dafür aber viel Kartoffeln, dunkle Brotsorten, Gemüse und Früchte auf den Tisch kommen. Ein eher erhöhter Bedarf an Vitaminen ist nötig, und genügend rohes Obst und Salate müssen die für die Verdauung wichtigen Ballaststoffe liefern.

Um einerseits diesen wichtigen gesundheitlichen Forderungen Rechnung zu tragen, und andererseits mit den alten, meist kalorien- und fettreichen Gerichten den berechtigten Wünschen unserer Pensionäre entgegenzukommen – dadurch schafft man ja wirkliche «Heim»-Atmosphäre –, servieren wir nur zweimal in der Woche – am Mittwoch und Sonntag – Kaffee und Dessert nach dem Mittagessen. Auch achten wir darauf, dass so schwere und mastige Gerichte nicht zu oft auf dem Speisezettel stehen – vielleicht ist dies mit ein Grund, dass jedesmal Feststimmung herrscht und diese speziellen Mahlzeiten noch lange Gesprächsthema Nr. 1 sind. Und eben aus solchen Gesprächen schöpfen wir wieder neue Anregungen, nach den Worten ... «Mini Muetter hed a Wienachte immer falsche Lachs und z'Oschttere falschi Tuube ufstellt ...» Das Rezept für den falschen Lachs konnte ich herausfinden – aber ich behalte es für mich, im Falle Sie einmal bei uns im Büel zu Gast sind – nach demjenigen für «falsche Tauben» bin ich noch auf der Suche – falls Sie es wissen, hätte ich Freude, wenn Sie sich nachher bei mir melden.

Ich habe zu Ihnen über Feste, Bräuche und Sitten beim Essen gesprochen. Gestatten Sie mir dazu eine Bemerkung, die vielleicht in eine andere Richtung geht und als nicht ganz zur Thematik passend angesehen wird. Wenn ich aber beim Wort «Bräuche» nicht nur an das überlieferte in Beziehung mit der Mahlzeit setze, so tue ich dies, weil ich Atmosphäre und Umgangston im Speisesaal als etwas vom wichtigsten für den Essensgenuss ansehe. Wenn man hört «Wänd er nochli Brot» – Ihr sind meini au ständig zspot – usw., dann erinnert dies eben doch an die vergangene (Gott sei Dank) Armenhauszeit. Ich würde mir diesen Ton und diese Anrede verbitten, und was mir recht ist, ist meines Erachtens jedem andern billig, stamme er nun aus den sogenannten gehobenen Kreisen oder sei er ein ehemaliger Knecht.

Bemühen wir uns doch, dass auch im Heim «Essen» wieder zur «Kultur» wird; dass es immer etwas ist, auf das wir uns freuen können. Versinken wir nicht im Alltagstrott und – wenn es auch oft schwerfällt – probieren wir immer wieder mit traditionellen und neuen Menüs Abwechslung in unser tägliches Leben zu bringen.