

Zeitschrift: Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA
Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen
Band: 63 (1992)
Heft: 9

Rubrik: "Bouquet garni" - Die Seite der Küche : Küchenhygiene

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: 28.01.2026

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

Einheimische Fruchtsäfte: «Gsund und guet»

(EAV) Einheimische Fruchtsäfte sind gerade im Sommer begehrte Durstlöscher. Im Gegensatz zu herkömmlichen Süßgetränken sind sie natur rein: Ein echter Fruchtsaft darf weder Konservierungsmittel noch andere Fremdstoffe enthalten.

Apfel- und Birnensaft sind in der Schweiz die bekanntesten und preiswertesten Fruchtsäfte. Aber auch Beeren- und Traubensaft sind beliebt. Die Fruchtsäfte werden ausschliesslich auf rein physikalischem Weg haltbar gemacht (zum Beispiel Pasteurisation).

«Gsund und guet» sind Obst- und Fruchtsäfte aufgrund ihres hohen Genusswertes. Sie enthalten die wertvollen Bestandteile der entsprechenden Früchte: Vitamine, Mineralsalze, Fruchtsäuren und Fruchtzucker. Sie sättigen, bei relativ geringem Kaloriengehalt, nachhaltig und belasten die Verdauung nicht.

Das Faltblatt «Einheimische Fruchtsäfte» informiert über die einzelnen im Handel erhältlichen Fruchtsaftsorten und enthält ausserdem Rezepte für alkoholfreie Aperitifs, Bowlen und Drinks.

Bezugsadresse für Broschüre und Faltblatt:
Eidg. Alkoholverwaltung, Länggaßstrasse 31, 3000 Bern 9.

«Brandheisse Tips» zur Brandverhütung

Brandgefahren in der Küche

Von Erich Oettli

- Feuer durch kochendes Öl oder Fett breitet sich meistens schnell aus, oft verursachen Fettspritzer zudem ernsthafte Verbrennungen. Seien Sie deshalb vorsichtig, wenn Sie Öl oder Fett erhitzen.
- Verlassen Sie die Küche nicht, wenn auf einer eingeschalteten Herdplatte Fett oder Öl stehen. Kontrollieren Sie das Kochgut regelmässig, solange eine Herdplatte heiss ist.
- Lassen Sie kleine Kinder nicht allein in der Küche und überwachen Sie ihre Aktivitäten.
- Kontrollieren Sie vor dem Verlassen der Wohnung, ob alle Platten abgestellt sind.
- Kommt es trotz aller Vorsicht zu einem Brand, stellen Sie als erstes die Wärmezufuhr (Strom/Gas) ab. **Brennendes Öl niemals mit Wasser löschen (Explosionsgefahr)!** Versuchen Sie, das Feuer mittels Deckel oder Löschdecke zu ersticken.
- Sind erste Löschversuche ohne Erfolg oder breitet sich das Feuer aus, verlassen Sie den Raum, schliessen Sie die Türe hinter sich und rufen Sie die Feuerwehr (Tel. Nr. 118)!

Ihre Feuerwehr

Vorsicht beim Kleiderreinigen

Von Erich Oettli

- Wenn Sie in Ihrer Wohnung brennbare Flüssigkeiten, wie Benz in und Äther, zum Reinigen verwenden – beseitigen Sie vorher alle Zündquellen und belüften Sie die Räume gut.
- Die genannten Stoffe entwickeln unsichtbare explosive Dämpfe – eine Zigarette nach getaner Arbeit genügt zur Entzündung. Das Entfernen von Flecken deshalb nur am offenen Fenster oder besser noch auf dem Balkon vornehmen.
- Kleiderreinigung in einem ofenbeheizten Raum oder in der Nähe eines Gasdurchlauferhitzers grenzt an Selbstmord. Der beste Brandschutz besteht darin, dass Sie geeignete, ungefährliche Reinigungsmittel verwenden – fragen Sie doch den Fachmann (Drogist/Apotheker)!

Ihre Feuerwehr

Presse-Information der Eidg. Alkoholverwaltung:

Schweizer Zwetschgen: beliebt und gesund

(EAV) Ungefähr 700 000 traditionelle hochstämmige Zwetschgenbäume stehen in den einheimischen Landwirtschaftsbetrieben. Die Reifezeit dieser beliebten Steinfrucht beginnt bei den frühen Sorten Ende Juli, bei den späten dauert sie bis in den Oktober.

Die Zwetschgenproduktion ist am grössten in den klimatisch begünstigten Seengegenden, das heisst hauptsächlich im Bodensee- und Genferseegebiet, zudem auch in der Nordwestschweiz. Mit ihrem festen Fruchtfleisch eignen sich die Zwetschgen gut für den Transport und die Belieferung des Grosshandels. Die botanisch verwandten Pflaumen, Mirabellen und Reineclauden werden hauptsächlich für die Selbstversorgung und zum Teil für die lokale Vermarktung angebaut.

Zwetschgen schmecken am besten frisch, als Kuchen oder als Kompott. Tiefgekühlt oder eingemacht bereichern sie auch im Winter den Speisenzettel. Die Eidg. Alkoholverwaltung fördert, gemäss ihrem volksgesundheitlichen Hauptziel, auch beim Steinobst den Frischkonsum. Die Früchte sollen möglichst nicht gebrannt werden. Aus diesem Grund gibt sie unter anderem Broschüren mit Zwetschgenrezepten heraus.

Zwetschgen sind reich an Nährstoffen. Sie enthalten Kalzium, Eisen und die Vitamine A, B₁, B₂ und C. 100 Gramm reife Zwetschgen liefern zirka 62 Kalorien.