

Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim
Herausgeber: Heimverband Schweiz
Band: 65 (1994)
Heft: 4

Rubrik: Bouquet garni : Seite 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: 29.01.2026

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

SUPPEN SIND SUPER*

Ohne Topf keine Suppe. Was heute so banal klingt, markierte vor 5000 bis 7000 Jahren einen Wendepunkt in der menschlichen Zivilisation. Mit der Erfahrung des Tonbrennens und der Möglichkeit, Gefäße herzustellen, schlug auch die Geburtsstunde der Suppe. Zwischen dem einstmals eintönigen Gebräu aus Kraut und Rüben und all den heutigen Suppen und Süppchen voller Finessen und Raffinessen liegen Welten.

«Die Suppe ist zu einem Eckpfeiler der modernen Küche geworden», meint Roland Jeanmaire, Leiter der Abteilung für Ernährung, Nestlé Schweiz. «Sie kann, wie kaum ein anderes Gericht, je nach Zutaten auf die unterschiedlichsten Bedürfnisse und Geschmacksvorlieben abgestimmt werden.»

In der ausgewogenen Ernährung wird nicht mehr alles in einen Topf geworfen. Die Suppe hat abgespeckt, das Pauschalurteil als Dickmacher ist überholt, vom Beigeschmack des «Wochenrückblicks» fehlt jede Spur. Jeanmaire: «Als Hauptmahlzeit ist eine raffinierte und originelle Suppe geradezu salonfähig geworden.» Sie stillt den Hunger, schmeichelt dem Magen, regt die Verdauung an und hebt die Stimmung.

Jedem sein eigenes Süppchen

Jede Suppe hat ihr eigenes Gesicht: Frische Saisongemüse, bunte Hülsenfrüchte, wie Linsen, Bohnen oder Erbsen, sowie Mais, Gersten oder Teigwaren geben einem Eintopf Farbe, Geschmack und Gehalt. Für zusätzlichen Biss und Gout sorgen magere Fleisch-, Fisch- und Geflügelstücke oder leichte Klösschen. Das Auge isst bekanntlich mit. Für eine Party beispielsweise präsentiert sich die Suppe in einem essbaren Töpfchen aus Brot besonders originell.

Gelegenheit schafft Suppen. Man schlürft sie zwischendurch als Muntermacher aus der Tasse, löffelt sie als Magenbalsam aus dem Teller, tankt bei einem Mitternachtsbuffet neue Kräfte, vertreibt damit den Kater oder lädt zu einem ungezwungenen Eintopf ein.

Unübertreffliche Dauerbrenner

Ohne Suppe läuft die Welt nicht richtig rund, will man verschiedenen Überlieferungen glauben. Der römische Feldherr und Feinschmecker Lucullus jedenfalls

fühlte sich nach einem suppenlosen Tag nur als «halber Mensch». Der grosse Küchenchef Antoine Carême mochte auf diese «Geliebte des Magens» nicht verzichten. Und der Schweizer Enzyklopädist Joseph Favre hielt sie gar für «lebensnotwendig» und monierte 1891 in seinem «Dictionnaire de Cuisine», es wäre mindestens ebenso nützlich, den Mädchen beizubringen, eine gute Suppe zu kochen, wie sie in Kunst und Wissenschaft zu unterrichten.

Spinatcrèmesuppe mit Quarkklösschen (für 4 Personen)

Zutaten: Klösschen (eventuell am Vortag zubereiten): 1 dl Milch; 20 g Butter; 100 g Weismehl; 1 Ei; 150 g Hirz-Magerquark, gut abgetropft; Salz, Pfeffer, Muskatnuss; 2 l Salzwasser zum Pochieren der Klösschen.

Suppe: 200 g Spinat, gehackt (evtl. tiefgekühlt); 1 Lauchstengel, fein geschnitten; 300 g Kartoffeln, geschält, in kleine Würfel geschnitten; 1,5 l Maggi-Gemüsebouquet; 3 EL Halbrahm; Salz und Pfeffer; 4 Kerbelzweiglein.

Zubereitung: Klösschenmasse: Die Milch mit der Butter aufkochen, das Mehl im Sturz zugeben und 3 Minuten auf kleinem Feuer kräftig rühren. Die Pfanne vom Herd nehmen, das Ei dazurühren und ausköhlen lassen. Den Quark zugeben, würzen und gut mischen. Die Masse abdecken und mindestens eine Stunde oder über Nacht in den Kühlenschrank stellen. (Die Klösschen lassen sich dann besser formen.)

Suppe: Spinat, Lauch und Kartoffeln im Gemüsebouquet 20 Minuten kochen lassen, pürieren und durch ein Sieb streichen. Die Suppe aufkochen, mit dem Rahm verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In vorgewärmte Suppenteller anrichten.

Klösschen pochieren: 2 l Salzwasser aufkochen, mit 2 Löffeln Klösschen formen und 4 Minuten in knapp kochendem Wasser pochieren, mit der Schaumkelle herausnehmen, gut abtropfen und auf die Spinatsuppe anrichten, mit den Kerbelzweiglein garnieren.

Tip: Eignet sich gut für die essbaren Suppentassen.

Essbare Suppentassen Bauernbrotteig für 4 Suppentassen oder einen Suppentopf

500 g Halbweismehl; 2 KL Salz; 20 g Hefe; 3 dl Milch.

Zubereitung: Hefeteig zubereiten, 1 Stunde aufgehen lassen.

Etwas Teig für die Verzierungen beiseite legen. Aus dem restlichen Teig 4 Kugeln formen. Suppentassengriffe und Deckelgarnituren mit Wasser aufkleben, gut andrücken. In den kalten Ofen schieben und 30 Minuten bei 200 °C backen. Die Suppentassen können am Vortag zubereitet werden.

Mit dem Brotmesser einen grosszügigen Deckel wegschneiden, die Suppentassen aushöhlen (das Ausgehöhlte für einen Hackbraten verwenden), mit Suppe füllen, den Deckel aufsetzen und servieren.

Maissuppe mit Kräutern und Erbsen (für 4 Personen)

Zutaten: 2 Esslöffel Olivenöl; 1 Schalotte; 60 g Maisgrissi, fein; 20 g Mehl; 1 l Maggi-Rindsbouillon; 4 dl Milch; 100 g Findus-Erbsen, tiefgekühlt; 1 Messerspitze Ingwer, Salz, weißer Pfeffer; 100 g Ricotta; 2 EL Milch; 4 EL Kräuter, gehackt (ohne Stiel), zum Beispiel Kerbel, Dill, Petersilie, Liebstöckel, Koreander.

Zubereitung: Das Öl erwärmen, Schalotte, Maisgrissi und Mehl kurz dünnen, mit Bouillon und Milch ablöschen und 30 Minuten auf kleinem Feuer kochen lassen. Die Erbsen die letzten 10 Minuten mitkochen. Die Suppe mit den Gewürzen abschmecken. Ricotta und Milch in der Suppenschüssel mischen, die Kräuter zugeben und die Suppe unter Rühren darübergiessen.

Gelberbssuppe mit Pouletstreifen (für 4 Personen)

Zutaten: 1,3 l Wasser; 2 dl Weismilch; 250 g gelbe getrocknete Erbsen; 100 g Gemüse (Sellerie, Karotte, Lauch), klein geschnitten; 2 Knoblauchzehen, gepresst; 2 Lorbeerblätter; 200 g Pouletbrust, in feine Streifen geschnitten; Salz, Pfeffer, Maggiwürze flüssig, Muskatnuss; 1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten; 2 EL Dill.

Zubereitung: Alle Zutaten außer dem Poulet kalt aufsetzen und 40 Minuten auf kleiner Stufe kochen lassen (im Dampfkochtopf 15 Minuten). Die Lorbeerblätter entfernen, die Suppe pürieren, abschmecken und kurz aufkochen. Die Pouletstreifen zugeben, 3 Minuten auf kleiner Stufe ziehen lassen, anrichten und mit dem Schnittlauch und Dill bestreuen.

* Pressedienst nutrition, Flühgasse 17, 8008 Zürich, Nestlé Schweiz.

Nudelsuppe mit Siedfleisch

(für 4 Personen)

Zutaten: 2 l Wasser; 400 g Siedfleisch, mager; 1 Zwiebel, halbiert, angebraten (auf der mit Alufolie abgedeckten Herdplatte); 1 Bund Petersilie; 150 g Gemüse (Wirz, Karotte, Sellerieblätter), in Stücke geschnitten; 1 Knoblauchzehe, halbiert; 2 Gewürznelken; 2 Lorbeerblätter; 6 Pfefferkörner, zerdrückt; 2 KL Salz; 100 g Nudeln, in Stücke gebrochen; 1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten; 2 Karotten, fein geraffelt.

Zubereitung: Fleisch, Gemüse und Gewürze im kalten Wasser aufsetzen und 1½ Stunden kochen lassen (im Dampfkochtopf 30 Minuten). Das Fleisch herausnehmen und in Würfel schneiden. Die Bouillon absieben, in die Pfanne zurückgiessen und die Fleischwürfel befügen. Die Nudeln separat al dente kochen und zur Suppe geben.

Rote Linsensuppe (für 4 Personen)

Zutaten: 200 g rote Linsen; 1 Zwiebel; 1 Knoblauchzehe, gepresst; 200 g Gemüse (Fenchel, Karotten, Wirz), klein geschnitten; 1,4 l Maggi-Rindsbouillon; 2 Lorbeerblätter; 1 Becher Hirz-Sauer-Halbrahm, rezeptiert; Salz, Pfeffer; 1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten.

Zubereitung: Alles bis und mit Lorbeerblätter kalt aufsetzen und 30 Minuten auf kleinem Feuer kochen lassen. Die Lorbeerblätter herausnehmen, die Suppe mit einem Schwingbesen kräftig rühren, Sauren Halbrahm beigeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Schnittlauch bestreuen.

Selleriecrème mit Crevetten und Croûtons (für 4 Personen)

Zutaten: 500 g Selleriekolle, geschält, klein geschnitten; 2 EL Erdnussöl; 1,2 l

Maggi-Gemüsebouquet; 3 dl Milch; 1 Zwiebel, geschält; 2 Gewürznelken; ½ KL Salz; 20 g Mehl; 1 dl Milch, kalt; 150 g Crevetten; 3 EL Rahm; Cayennepfeffer, Salz; einige Sellerieblätter, gehackt; 4 Scheiben Toastbrot, in Würfel geschnitten, geröstet (Croûtons).

Zubereitung: Den Sellerie im Erdnussöl dünsten, mit dem Gemüsebouquet und der Milch ablöschen, die Gewürznelken in die Zwiebel stecken. Zwiebel und Salz zugeben. Auf kleinem Feuer 40 Minuten kochen lassen.

Die Zwiebel herausnehmen, die Suppe pürieren und durch ein Sieb streichen. Das Mehl mit der Milch anrühren und durch ein Sieb in die Suppe geben. Unter Röhren aufkochen und 5 Minuten auf kleiner Stufe kochen lassen.

Die Crevetten und den Rahm beifügen und mit Cayennepfeffer und Salz abschmecken. Die Suppe über die Sellerieblätter und die Croûtons anrichten. ■

Spital-Gastronomie

PACOSSIEREN: ZERKLEINERN, PÜRIEREN, MOUSSIEREN

Pacossieren: der Pacojet ist nicht einfach ein neues Küchengerät, sondern eine neue Verarbeitungsart.

Pacossieren heisst, Lebensmittel jeglicher Art zerkleinern, pürieren und moussieren in tiefgefrorenem Zustand bei –20 Grad. Und dies ohne vorheriges Auftauen in einem Arbeitsgang. Je nach Rezept entstehen innerhalb von wenigen Sekunden servierbereite Eismischungen und Sorbets, Moussen, Farcen und Füllungen, Aufstriche, Saucen, Suppenkonzentrate, Desserts und vieles mehr. Pacossieren eignet sich für Vor-, Haupt- und Nachspeisen, für Fisch, Fleisch, Geflügel, Obst oder Gemüse.

Die tiefgefrorenen Lebensmittel in den praktischen Portionenbechern lassen sich dosierbar verarbeiten. Beim Pacossieren bleiben die Nährstoffe erhalten. Unnötiges Auftauen verhindert einen Volumenverlust, die Speisen weisen keine Konservierungsmittel auf und nur wenig Zucker. Das gesunde Essen eignet sich auch für Diabetiker.

Ein spezielles Gerät

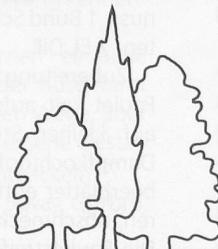
Der Pacojet ist ein speziell entwickeltes Gerät, bedienerfreundlich und mit einem geringen Reinigungsaufwand. Das Gerät ist ein Schweizer Produkt mit hohen

Sicherheitsnormen. Die Speisenzubereitung kann auch durch Hilfspersonal erfolgen. Durch die Vereinfachung im Arbeitsablauf und den höheren Nutzungsgrad der Lebensmittel ergibt sich innert weniger Monate eine Rentabilität.

Hygiene gross geschrieben

Wichtige Gesichtspunkte bei der Herstellung von Eis- und Sorbetprodukten sind die Hygiene und die Abwendung von gesundheitlichen Schäden durch Lebensmittelvergiftungen. Beim Pacossieren entfallen die strengen Hygienebestimmungen, da die Kühlkette nicht unterbrochen wird.

ALTERSARBEIT IM WANDEL



SEN T I V O

Rufen Sie uns an!

Sentivo AG
Dienstleistungen für das Alter
Stauffacherstrasse 106, 8004 Zürich
Telefon 01/291 51 21

Ein Unternehmen des SV-Service

Die Diät- und Vollwertküche erhält mit dem Pacossieren eine neue Note. Frisch gefrorene Lebensmittel und Gewürze werden so fein pacossiert, dass Aromastoffe in nie dagewesener Intensität freigelegt und somit in Diätgerichten verwendet werden können, die bisher tabu waren. So können frische Kräuter wie Petersilie bei Magen- und Darmkost verwendet werden. Eine weitere Anwendung der Pacossier-Methode liegt in der postoperativen Ernährung im Spital oder bei der Verpflegung in Alters- und Pflegeheimen. Die Konsistenz der pacossierten Lebensmittel eignet sich laut Untersuchungen von Ärzte teams ideal, um problemlos zu schlucken, um das Schlucken

wieder zu erlernen oder falsches Schlucken zu verhindern. Zum Beispiel:

Kartoffelköpfli mit Basilikum (als Beilage)

Zutaten: 450 g gekochte, geschälte Kartoffeln; 5 g Basilikum; 100 g Quark; 1 Ei-gelb; Pfeffer.

Zubereitung: Zutaten im Pacojetbecher tiefkühlen. Bei Bedarf pacossieren, in Förmchen abfüllen und im Ofen pochieren. Dazu empfiehlt Diätkoch Serge Muheim eine Gemüsegarnitur aus Spinat mit Reiskörnern, Rüeblijulienne und geschnetzeltes Rindfleisch mit Tomaten-sauce (alles ohne Salz zubereitet).

Diabetes-Glacen aus Light-Joghurt

Brombeer-, Kirsch- oder Pfirsich-Light-Joghurt in einen Pacojetbecher abfüllen und tiefkühlen. Bei Bedarf pacossieren, ausgarnieren und servieren. Es können auch Früchte mit Nature-Joghurt verwendet werden. Sollten die Glacen über längere Zeit eine feste Konsistenz beibehalten, kann dem Joghurt vor dem Ein-frieren Gelatine beigegeben werden. Pacossierte Glacen, die mit Gelatine gebunden sind, schmelzen auch nach Stunden nicht. ■

Eröffnung des Show-Rooms Langenthal

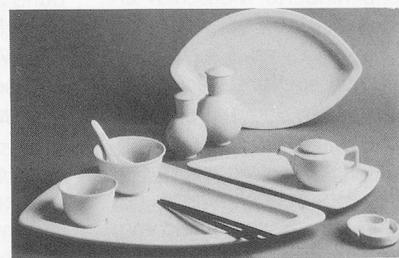
IDEENPOOL FÜR TAFELKULTUR

Laufen United Table Ware: die Gastronomieabteilung der Porzellanfabrik Langenthal eröffnet einen neuen Showroom. Ein Ideen-Pool für Profis in Langenthal.

Die Porzellanfabrik Langenthal konnte ihren neuen Schauraum für die Gastronomieabteilung Laufen United Table Ware in einer ehemaligen Ofenhalle eröffnen. In dieser originellen Umgebung findet der Gastronomiekunde Hotelporzellan, Gläser, Bestecke und Tafelgeräte auf über 300 m² präsentiert.

Mit «All you need is Laufen United

Table Ware» hat sich die Porzellanfabrik Langenthal an der Igeho in Basel erstmals als Komplett-Anbieter für den «Gedeckten Tisch» im Gastronomiebereich vorgestellt. Die neue Vertriebsorganisation bietet alle vier Geschirrmarken der Keramik Holding AG Laufen (Langenthal, Lilien, Pillivuyt, Karlovy Vary), eigene Glas- und Besteckmarken



(Laufen) sowie Tafelgeräte (Balzano for Laufen) an. Das Angebot umfasst Hotelporzellan aus vier Kulturringen mit mehr als 25 Linien und über 120 Dekoren, ausgesuchte Glaswaren, exklusive Tafelgeräte sowie Besteck. Zum Kundenkreis der Laufen United Table Ware in Langenthal zählen Hotels, Restaurants, Heime, Spitäler sowie Grossabnehmer. ■

HASCO

Die Reinigung von Alters-, Kranken- und Pflegeheimen stellt ganz besondere, spezifische Probleme. Da braucht es einen beweglichen Partner. Die HASCO.

Ein sauberes Alters-, Kranken- und Pflegeheim ist keine Kostenfrage. Schon eher eine Frage des richtigen Partners. Die HASCO hat auf diesem Gebiet in der Schweiz Pionierarbeit geleistet. Das gibt wertvolle Erfahrung, von der Sie profitieren können. Die Zusammenarbeit mit uns entlastet Sie von allen Personalproblemen, bringt Ihnen individuell auf Ihren Betrieb zugeschnittene Lösungen und klar budgetierte Reinigungskosten. Fragen Sie uns an: 064-45 11 88. Es lohnt sich.

HASCO Spitalreinigung - die saubere Lösung.
HASCO Management AG, Ausserfeldstrasse 9, 5036 Oberentfelden, Telefon 064/45 11 88
Basel, Brig, Chur, Frauenfeld, Genf, Le Lieu, Lonay, Luzern,
Neuchâtel, Schaffhausen, Schönbühl, Sion, St. Gallen, Zürich