

**Zeitschrift:** Historischer Kalender, oder, Der hinkende Bot  
**Band:** 225 (1952)

## **Werbung**

### **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:** 07.01.2026

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

# Warum Ovomaltine nicht gekocht werden soll

Durch das Kochen werden die Gewebe unserer festen Nahrungsmittel (Gemüse, Fleisch, Stärkeprodukte usw.) aufgelockert und damit der Verdauung leichter zugänglich gemacht. Das sind die Vorteile des Kochens, denen aber leider auch bedeutende Nachteile gegenüberstehen. Auf die Verdaulichkeit der Fette hat zwar das Kochen wenig Einfluß. Andere wichtige Nährstoffe aber wie Eiweiß, Lecithin und Lipide werden durch zu langes Kochen im Nährwert geschädigt. Und nun kommt die Forschung der letzten 20–30 Jahre und beweist, daß auch die so lebenswichtigen Vitamine beim Kochen, wenn nicht ganz, so doch teilweise zerstört werden können.

Wir befinden uns da wirklich in einer Zwischenmühle: Wird die Nahrung nicht gekocht, so kann sie von unserm Organismus nur teilweise ausgenützt werden, kochen wir sie, so besteht die Gefahr, wichtige Bestandteile ganz oder teilweise zu zerstören. Das Kochen ist ein gewaltsamer Eingriff in die organische Struktur, d. h. in die Beschaffenheit der Nährstoffe, wie die lebende Natur sie uns bietet. Anderseits sind viele Substanzen im rohen, ungekochten Zustand für den Menschen nur von beschränktem Wert.

Das Eigentümliche der Ovomaltine besteht nun darin, daß der ganze Herstellungsprozeß nur bei niedrigen Temperaturen vor sich geht. Das Ziel der Hersteller war: auf schonendstem Wege die wertvollen Bestandteile hochwertiger Nahrungsmittel zu gewinnen und in haltbare, leichtverdauliche und angenehm schmeckende Trockenform zu bringen.

Der Verzicht auf jeden groben Eingriff erhält so wertvolle, aber empfindliche Substanzen wirksam. Trotzdem gestattet das außerordentlich scho-

nende Herstellungsverfahren, der Ovomaltine die leichte Verdaulichkeit gekochter Nahrung zu verleihen. Gleichzeitig wird das so hergestellte Präparat dauernd haltbar und behält zudem seinen charakteristischen, natürlichen Wohlgeschmack.

Wie schade ist es nun, wenn die so sorgsam hergestellte Ovomaltine in kochende Milch eingesprengt oder sogar mit der Milch zusammen gekocht wird! Dadurch wird der hohe Wert des Präparates unbewußt herabgemindert und aller Aufwand, den die Hersteller bei der Fabrikation verwendet haben, größtenteils zunichte gemacht.

Wer also die in der Ovomaltine enthaltenen Kräfte voll und ganz ausschöpfen will, denke immer daran: nie kochen, sondern nur in trinkwarmer Milch oder auch in Kaffee oder Tee einstreuen, nach Belieben Zucker beifügen, umrühren, und schon ist das energiespendende Nährgetränk genüßbereit.

Ovo Sport ist Ovomaltine mit erhöhtem Milchgehalt plus Zucker. Ob roh gegessen, ob in bloßem Wasser aufgelöst — kalt oder warm, je nach Jahreszeit —, immer führt Ovo Sport dem Körper innert kürzester Zeit die erforderlichen Aufbaustoffe zu und schafft wertvolle Kraftreserven.

Choc Ovo ist gezuckerte Ovomaltine, mit feinstter Schokolade überzogen. Ovomaltine ist — schon rein gewichtsmäßig — der Hauptbestandteil dieses Präparates, was ihm einen ansehnlich hohen Nährwert verleiht. Choc Ovo ist ein Leckerbissen von besonderer Güte. Des Schokolademantels wegen kann Choc Ovo nicht in Wasser aufgelöst werden. Choc Ovo — zum Knabbern für klein und groß, zum Znuni und Zvieri, während der Arbeit und auf Touren.

Dr. A. Wunder AG., Bern