

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 63 (1937)  
**Heft:** 29

**Artikel:** Wie esse ich mich billig...  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-471586>

#### 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:** 14.01.2026

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



## Wie esse ich mich billig ...

Und es begab sich, dass der bekannte Rohköstler Gottfried Läuchli vom Rohköstlerbund der Nachbarstadt eingeladen wurde, ein Referat zu halten: «Wie esse ich mich billig, roh und gesund durchs Leben.»

Und es geschah zur selben Zeit, dass Fritz Hühnerwadel als Sekretär der Metzgermeisterinnung in die gleiche Stadt berufen wurde zu einem Vortrag, der lautete: «Die rationelle Verwertung der Fleischresten.»

Der Zug des Herrn Läuchli hatte sich etwas verspätet und so betrat er in grosser Eile — ohne sich lange umzusehen — den gutbesetzten Saal im ersten Stock, wo man ihn bereits zu erwarten schien. Wenigstens dauerte es nicht lange, bis ihn der Präsident aufforderte: «... und so erteile ich nach erfreulich kurzen Traktanden unserm verehrten Herrn Referenten das Wort zu seinem uns lebhaft interessierenden Vortrag.»

Gottfried Läuchli verneigte sich dankend gegen den Präsidenten und strebte mit seiner Aktentasche dem Podium zu. Sein wohlwollender, milder Blick glitt über die Versammlung hin, wo er fast lauter volle, biedere, gutgenährte und rosige Gesichter sah. Dann begann er mit dem Vortrag:

«Meine lieben Rohköstler!»

Er hielt einen Augenblick inne, um sich der Wirkung seiner Anrede zu vergewissern. Sonderbar! In den hin-

tern und mittlern Reihen erhob sich ein lebhaftes Gemurmel und irgendwo ertönte sogar ein halb unterdrücktes Lachen. Etwas unsicher tastete er nach Kragen und Kravatte. Alles in Ordnung! Und so fuhr er mit unbekümmertem Lächeln weiter:

«Wenn ich Ihre zufriedenen und gutaussehenden Gesichter betrachte, so darf ich alle diejenigen Lügen strafen, die vom Rohkösteln als einem Dahnvegetieren und Abserbeln sprechen.»

Er machte eine Atempause, und da stellte er zu seinem Erstaunen fest, dass die Unruhe im Saal noch grösser war als vorhin; in der hintersten Saalreihe wand sich sogar ein Zuhörer in Lachkrämpfen auf dem Stuhl. Dem Referenten wurde etwas schwül, dennoch bewahrte er seine überzeugte Haltung wie auch sein unbeirrbares, *Keep smiling*.

«Ausgezeichnet, dieser Witz» — lachte der Präsident dröhrend in den Saal, «der Herr Referent hat sich durch seinen trefflichen Humor glänzend bei uns eingeführt. Indessen bitte ich Sie, Ihre ungeteilte Aufmerksamkeit dem Herrn Vortragenden entgegenzubringen.»

Befriedigt fuhr Gottfr. Läuchli fort:

«Schon im Altertum hat man im Fleischgenuss die Ursache zahlreicher Uebel und Krankheiten erkannt. So ist es durchaus begreiflich, wenn der Ruf: Iss roh, was du kannst und bleibe gesund und glücklich!, sich immer mehr verbreitet. Die Rohkost ....» Weiter kam er nicht. Das Klingeln des Präsidenten schrillte durch den Saal: «Ich muss den Herrn Referenten nun aber doch bitten, nicht vom Thema abzuschweifen und auf das Ziel unserer Bestrebungen einzugehen.» Die Stimme des Gewaltigen hatte einen ziemlich ungeduldigen Unterton angenommen; auch die übrigen Vorstandsmitglieder sassan mit betre-

tenen Mienen und steifer, ablehnender Haltung wie Schwertschlucker auf ihren Sesseln.

Herr Läuchli konnte sich diese plötzliche Opposition seiner sonst immer dankbaren und unvoreingenommenen Zuhörerschaft nicht erklären. Mit umso überzeugender Eindringlichkeit fuhr er daher weiter:

«Wie billig, einfach, zeitsparend und gesund ist doch das Rohkösteln! Wenn Sie nichts mehr in der Küche haben, halten Sie nur Umschau im Garten und Keller und ganz gewiss werden Sie Rüben, Randen, Salat, Rettich, Zwiebeln, Knoblauch und dergleichen finden, mit dem sich allerhand machen lässt. Hingegen, wenn ich nur schon an die unverschämten hohen Fleischpreise der Metzgerschaft denke, ...» Er kam nicht weiter. Mit zornentbranntem Gesicht schlug der Präsident auf den Tisch: «Mein Herr, halten Sie uns eigentlich zum Narren! Worüber reden Sie denn eigentlich?» — Eine vierschrötige Gestalt nickte zustimmend.

Sehr gekränkt zog der arme Gottfried Läuchli seine schriftliche Einladung aus der Tasche. «Wie esse ich mich roh, gesund und billig durchs Leben», lasen die Nächststehenden sehr verblüfft. Dann aber bekam der dicke Präsident beinahe einen Anfall. Mit fast überschnappender Stimme rief er: «Der Vortrag ist ja im Saal gegenüber!», worauf die Metzgermeistersversammlung sich vor Schadenfreude und Lachen kaum zu erholen wusste. Schliesslich vernahm man noch die Stimme des Vierschrötigen:



**Die gute Küche**  
am Zürcher Bahnhofplatz:  
**Braustube**  
HÜRLIMANN

«Ich zieh aber doch vor, weiter durchs Leben zu wursteln!»

Dann klopften einige an die gegenüberliegende Türe. Sie kamen gerade noch zur rechten Zeit, um Fritz Hühnerwadel vor den tätlichen Angriffen der erbosten Vegetarier zu schützen. Und das kam so: Gottfried Läuchli hatte eben seinen Vortrag begonnen, da erschien im Sturmschritt, d. h. so schnell es sein «Embonpoint» gestattete, Fritz Hühnerwadel, der Sekretär des Metzgermeister-Verbandes. Auch er hatte sich verspätet. Seine brillenbewaffneten Aeuglein schweiften von einer Tür zur andern und da er stark kurzsichtig war, verwechselte er richtig Zimmer 18 mit Zimmer 13, trat in den Saal der Rohköstler und steuerte dem Podium zu. Ein lebhaf tes Raunen begleitete ihn, als seine wohlgenährte, rosig aussehende Gestalt quecksilbrig durch den Saal schritt. Er wurde vom spindeldürren Vizepräsidenten herzlich und mit wohlwollendem Erstaunen begrüßt und quetschte dessen fischblütig sich anfühlenden Hände mit der Intensität eines Schwerathleten und begab sich dann hinter das Pult. Der Vizepräsident erhob sich und stellte Fritz

Hühnerwadel mit folgenden Worten der Versammlung vor:

«Verehrte Versammelte!

Wir freuen uns, Ihnen unsern Referenten vorstellen zu dürfen. Obwohl wir ihn nicht persönlich zu kennen die Ehre haben, geht ihm der Ruf eines prominenten Redners und Kenner der Materie voraus. Ich erteile ihm somit das Wort!»

«Hochverehrte Anwesende!» begann Fritz Hühnerwadel mit der schmalzigen Stimme des routinierten Sekretärs. «Unser Thema fällt in die Zeit der Kälber- und Schweineverknappung, sodass allgemein die Preise stark im Steigen begriffen sind. So kann es nicht verwundern, dass es Leute gibt, die aus lauter ‚Täubi‘ zu Vegetarien werden.»

Er hielt inne, um für seinen Witz, den er für gut hielt, den entsprechenden Beifall einzuheimsen. Er täuschte sich nicht; ein schallendes Gelächter gab dem stets zu Scherzen aufgelegten Causseur recht. Gutgelaunt fuhr er daher weiter:

«Die wärmer werdende Jahreszeit stellt schon wieder andere Probleme, nämlich wie sich die Fleischreste und -abfälle am besten aufzubewahren und

verwerten lassen. Außerdem kennen Sie ja die Schwierigkeiten, die sich immer mehr dem lohnenden Absatz der Häute und dem Verkauf von Nieren- und Schweinefett entgegenstellen.»

«Brrr!», tönte es irgendwo schaudernd, halb unterdrückt, aus einer Ecke. Das Publikum wurde mit einem Male unruhig; überall steckten sie die Köpfe zusammen und tauschten mit betroffenen Mienen ihre Ansichten über die ihnen sehr seltsam und unverständlich scheinenden Aeusserungen des Referenten aus. Es kam aber noch krasser. Stark kurzsichtig, wie er war, gewahrte Fritz Hühnerwadel dies nicht, während er das Geraune und Geflüster auf das Konto seiner Sachkenntnis und seiner Beredsamkeit buchte.

Beinahe pathetisch fuhr er fort: «Es gilt, in den Schaufenstern mit ausgestellten Schweinefettplastiken aller Art den Leuten das Verlangen nach dem Schweinefett neu zu wecken und zu steigern. In Broschüren und Vorträgen ist die einfache, schmackhafte und gesunde Fleischküche zu empfehlen und energisch den unser Ge-

(Fortsetzung auf Seite 14)

WORINGER BERN

Warum auf die letzten Tage verschieben, was man heute noch in aller Ruhe tun kann? Warum in den letzten Tagen riskieren, kein Los mehr zu erhalten, wenn doch heute ein — wenn auch begrenzter — Vorrat noch vorhanden ist?

1 Los Fr. 10.-, eine 10-Los-Serie, mit sicherem Treffer, Fr. 100.- plus 40 Rp. Porto auf Postcheck III 10026. — Adresse: Seva-Lotterie, Bern.

S E V A 5

DIE GROSSE VOLKSTÜMLICHE LOTTERIE

Losverkauf nur in und nach den Kantonen Bern und Solothurn gestattet.



Aus der Serie: Die Schweiz bietet jedem, was er sucht!

„— — und wie heest denn jener Berch?“  
 „Das ischt der Pilatus!“  
 „Pilatus? Pilatus?? Komisch, wieso denn Pilatus?“  
 „Ach, das kommt wellenweg vom Hotel, wo darauf oben ischt,  
 selbiges heisst nämlig Pilatus!“

(Fortsetzung von Seite 11)

werbe schädigenden Vegetariern entgegenzutreten und sie als einseitige und fanatische Querköpfe, Tomatenapostel und Kabisstorzenvertilger zu brandmarken.» — —

Er hielt plötzlich inne; denn der Tumult, den er durch seine letzten Worte jäh entfesselt hatte, war ungeheuer.

«Pfui!» «Abscheulich!» «Empörend!» «Was unterstehn Sie sich denn eigentlich?» prasselte es von allen Seiten auf ihn ein, während einige «Toma-

tenapostel» mit zornentbrannten Gesichtern drohend auf ihn zuschritten. Mut und Stärke waren nicht die Charakterzüge von Fritz Hühnerwadel, und so klemmte er eiligst seine Aktentasche unter den Arm und entwischte noch rascher dem Saale, als er gekommen war, begleitet von Pfif-

fen und Entrüstungsrufen. Der nahen Tür zustrebend, stob er einigen Metzgermeistern in die schützenden Arme. Schmunzelnd wurde er von ihnen in Empfang genommen; verständnislos blickten die Rohköstler auf die lachende Gruppe. Erst als Gottfried Läuchli mit seiner Aktentasche eintrat, ging ihnen ein Licht auf. Nachdem die beiden Vortragenden in aller Heiterkeit ausgetauscht wurden, fanden die beiden Referate eine gutgelaunte, aufmerksame Zuhörerschaft und nahmen einen glänzenden Verlauf.  
R. L.

Ein Sprung ins **Büffet**  
 Ein gutes Plättli im **Bern**  
 S. Scheldegger