

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 83 (1957)  
**Heft:** 23  
  
**Artikel:** Vegetarisches Restaurant  
**Autor:** Steenken, E.H.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-496734>

### **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](#)

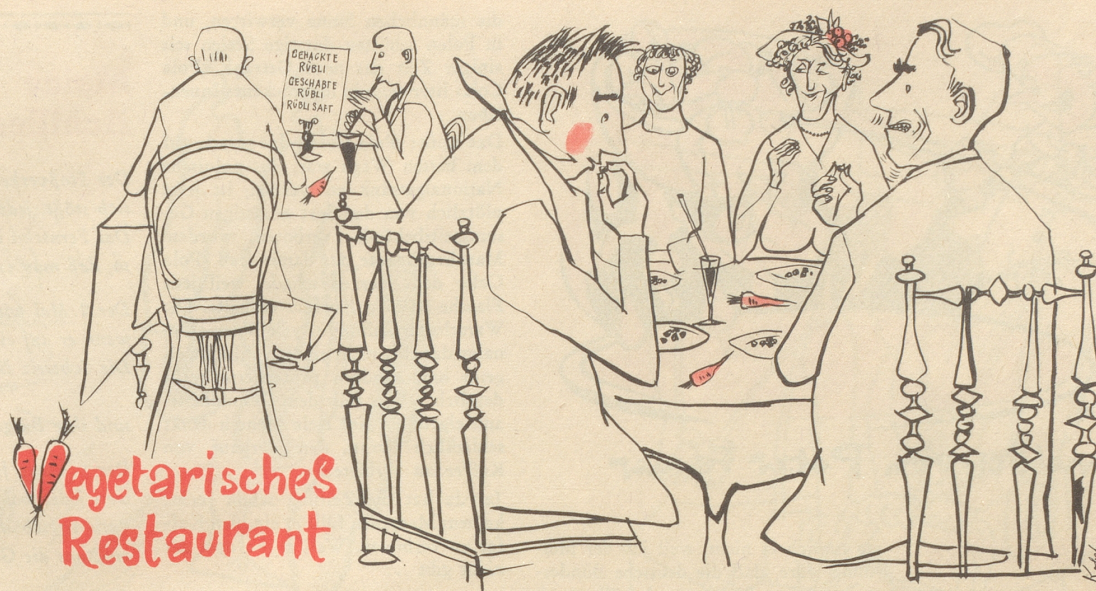
### **Terms of use**

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:** 09.01.2026

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





Weisse, kleine, doch ein wenig wackelige Tische, Blumen, ein leicht altmodisches Buffet noch mit gedrechselten Säulchen und doch wird man all diese Details nicht bemerken, wenn man mittags gegen 12 ein Viertel im Restaurant zur Goldenen Kresse erscheint, dann ist es voll besetzt, hauptsächlich von Damen und diese Damen bringen soviel Gegenwart hinein, daß das Dekor des Raumes hinfällig wird.

Auch ich erschien hier einige Male, reuig mit meinen Fleischsünden zu brechen, namentlich auf die Vorstellungen meines Arztes hin.

Ich geriet an den «Stammtisch», wo einige Matronen saßen, gerade daran, riesige Rohkostplatten aufzupicken. Mein allzukräftiges Gesichtsrot erregte im Anfang Mißtrauen, doch empfing ich schon am zweiten Tage liebevolle Belehrungen. Wenn Sie einmal drei Tage lang mit Karottensaft, Niesbrot und Sauerampfer durchhalten, werden Sie staunen, wie prächtig Sie sich fühlen, sagte Frau Hulda .. und ihr ganzer Anhang nickte dazu. Und wenn ich allzu großen Hunger dabei empfinden würde?

Sie sah mich liebevoll an: Dann *denken* Sie einfach nicht daran. Hunger kommt zum großen Teil von einem korruptierten Magen her.

Ich war richtig gelandet; an den andern Tischen aß man Gebackenes, Gesottenes gar, nur hier herrschte die Elite mit Rohkost. Es war namentlich ein Herr in den Fünfigern, der nach Abzug der Frau Hulda uns kostenlos Belehrungen erteilte. Eigentlich könnte man vom März ab von den Erzeugnissen einer Wiese leben, sagte er, und wenn er Zeit hätte, würde er das tun. Leider zwänge ihn sein Amt als Experte ....

Mich nahm er sehr aufs Korn. Technik des Essens, sagte er. Sie *kauen* nicht rich-

tig. Eigentlich sollten Sie überhaupt nicht kauen, sondern *fletschern*.

Wie? sagte ich.

Fletschern, wiederholte er. Und dann machte er mir's vor.

Ich fletscherte am dritten Tag und am vierten, am fünften aber hatte ich regelrecht Hunger und versuchte mich im Trubel des Mittags verstohlen an einem jener anderen Tische niederzulassen, wo man leckere Plättchen, zum Beispiel Karotten in Milchsauce, und dergleichen aß. Ah, ich hätte das nie tun sollen, denn nun wurde ich mit mitleidvollen Blicken vom Stammtisch her völlig eingekreist. Frau Hulda erwischte mich geschickt bei der Tür und zischelte mir zu: –

So – und schon auf dem Rückzug! Ah .. wenn Sie einmal wüßten, wie *wohl* es einem ist, wenn man, die ersten fünf Reinigungstage hinter sich, nur noch von Rohkost lebt. Wir haben heute Monotropa hypopitys, Fichtenspargel, gehabt, ein Gedicht, sage ich Ihnen und dabei eine wahre Nervenahrung!

Ich kam reumütig zurück und begriff jetzt, daß mich das Schicksal in diesen erlauchten Kreis geführt haben mußte. Ich begann den Kampf mit dem Hunger. Unterstützt wurde ich in diesem von Herrn Milchsahm, dem Besitzer der «Goldenen Kresse».

Ein infam kräftiger Mann, von blühender Gesichtsfarbe. Und lebt *nur* von Salaten und Mohnsamen in Milch, triumphtierte Frau Hulda.

Aber wie ist das möglich, rief ich aus. Der Experte belehrte mich: Weil er fletschert .. und damit den Hunger mit Stumpf und Stil aus sich entfernt hat, verstehen Sie?

Ich versuchte zu verstehen.

Es war am siebzehnten Tage, als ich in eine Art Ohnmacht fiel. Man trug mich in die Küche. Dort lag ich über eine

Stunde. Das vegetarische Restaurant leerte sich. Ich hörte Stimmen und fiel erneut in einen Dämmerzustand. Wer will es mir verargen, wenn ich von einem sättigenden Mahle, von einem goldbraunen Wiener Schnitzel, einem Glas kühlen Bieres träumte.

Es mochte zwei Uhr sein, als ich mich erhob und um mich blickte. Herr Milchsahm hatte mich offenbar vergessen. Durch die angelehnte Tür sah ich das leere Gastzimmer, eine der schneeweiß gekleideten Serviertöchter räumte auf. Dann aber blickte ich in die andere Richtung und sah Herrn Milchsahm am Fenster sitzen. Ein halbes Poulet bruzzelte vor ihm in einer Pfanne, ein Glas Wein stand neben einem gehäuften Teller herrlicher gebratener Kartoffeln.

Guten Appetit, sagte ich plötzlich.

Er fuhr zusammen, errötete, stotterte dann, wobei er sich das Aussehen eines schwer erkrankten Mannes gab: Auf ärztlichen Spruch, Sie werden verstehen.

Natürlich, rief ich ergrimmt, wo sollte Ihr gutes Aussehen auch herrühren, und dann griff ich unverzagt nach einem Stück des gebratenen Huhns.

Halt, rief Herr Milchsahm, nicht das Ganze!

Das Ganze muß es sein, replizierte ich, ich bin am Ende.

Zum guten Schluß aßen wir es zusammen. Im übrigen hat mir Herr Milchsahm den diskreten Vorschlag gemacht, von Zeit zu Zeit in den anempfohlenen mageren Wochen «vorn», womit der Infame sein Restaurant meinte, an gewissen Tagen «hinten» und nur nach 2 Uhr – «denn Ordnung muß sein» – mit ihm etwas «Zusätzliches» zu verzehren, denn für Männer ginge es nun doch nicht ewig mit Mohnsamen in Milch und nackten Roten Lieschen.

(Ganz unter uns: ich habe eingewilligt.)