

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 103 (1977)  
**Heft:** 17: A la carte

**Artikel:** Die Rassen und die Süssen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-610441>

### **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:** 26.04.2026

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

# Nina Die Rässen und die Süssen



**D**ASS es Morgen- und Abendmenschen gibt, stelle ich immer wieder fest: solche, die frühmorgens um sechs pfeifend und singend durchs Haus gumpen und die Langschläfer missmutig machen, und solche, die spätestens abends um neun Uhr von unbezwingbarem Gähnen befallen werden, so dass der Gast sich mitten im angeregten Gespräch mit andern erhebt und verabschiedet. Doch dem Beruf oder der Familie zuliebe müssen gerade die Nachtmenschen oft ihre liebsten Gewohnheiten aufgeben. Auch mir erging es nicht anders. Indessen, kaum sind die Ferien da, stellt sich ganz von selbst der ursprüngliche Rhythmus wieder ein: Ich lese bis zwei Uhr nachts und stehe um zehn Uhr auf, fühle mich wohl dabei und zähle immer noch die späten Abendstunden zu meinen wachsten und besten.

Was das mit dem Essen zu tun habe, möchten Sie wissen? Viel, sehr viel. Ein Nachtmensch wird mittags meist wenig essen und seine Hauptmahlzeit auf den Abend verlegen. Weil er ohnehin spät zu Bett geht, sind dadurch weder sein Wohlbefinden noch seine Verdauung beeinträchtigt. Wenn ich sage Hauptmahlzeit, dann verstehe ich darunter ein warmes Essen, vielleicht mit einem kleinen Entrée oder einer Suppe, gefolgt von Fleisch, Gemüse oder Salat. Danach nehme ich am liebsten ein Stückchen Käse, und mein Zuckerbedarf wird mit frischem Obst genügend gestillt.

Doch hier scheiden sich wiederum die Geister, beziehungsweise die Gaumen. Die einen mögen's räss, was nicht unbedingt gesalzen heissen muss, andern dagegen kann man mit Süssspeisen und Bergen von Nidle die grösste Freude machen. Gottfried Keller sagt, am Geschmack einer Speise – und er meint vor allem daran, wie sie gewürzt ist – lasse sich weitgehend die Eigenart der Frau erkennen, welche sie zubereitet habe. Es gibt sowohl Männer wie Frauen, die sich an einem Pfeffersteak oder einem scharfen Paprikagulasch erlaben, und ich kenne auch Menschen beiderlei Geschlechts, die ein Birchermüesli oder eine Haferrgrütze mit Zucker und Zimt vorziehen. Ich kann mich nur mit Schaudern an süsse Nachtessen erinnern; meistens waren sie auch weich und pfluderig, und dazu trank man einen Kräutertee, wenn's hoch kam, einen schwachen Milchkaffee.

Meine Mutter hat in der französischen Schweiz kochen gelernt, und sie verstand es, auch weniger teure Fleischsorten sehr wohlschmeckend zuzubereiten. Nirgends sonst habe ich

Kutteln au gratin oder Fleischchügeli an Weissweinsauce je wieder so genossen. Und ihre Gerstensuppe war kräftig und wohltuend für Leib und Seele. Ein Glas Wein zum Essen und ein schwarzer Kaffee danach sind mir auch schon recht früh zur lieben Selbstverständlichkeit geworden. Mag sein, Gewohnheit und Erziehung machen viel. Doch noch heute wird mir in der Verwandtschaft nachgesagt, bereits kurz nach dem Redenlernen hätte ich mit Ueberzeugung festgestellt: «Fleisch hett e gueti Chuscht!» Auf die Schulreise habe ich immer ein Paar rässe Landjäger mitgenommen, und an Schabziger habe ich mich derart überessen, dass ich ihn seither nicht mehr mag.

Essen und Trinken gehören zum persönlichen Lebensstil, zur Kultur eines Menschen. Leute, die sich nichts draus machen, kann ich zwar achten, aber im stillen bedaure ich sie ein wenig; denn nie werden sie eine Speise- oder eine Weinkarte lesen können wie ein Gedicht. Jedes einzelne Gericht hat



**Nach einem guten Essen könnte man jedem vergeben, selbst seinen eigenen Verwandten. Oscar Wilde**



seinen Duft und besonderen Geschmack; Neben- und Durcheinander von Räss und Süss können einem die Freude am Essen verderben. «Stil» bedeutet für mich nicht, Milchreis aus Meissener Porzellan mit Silberbesteck oder Surchabis bei Kerzenschimmer auf Reinleinen zu verzehren, sondern zum Beispiel Gschwellti mit Käse aus Kachelgeschirr auf einem Holztisch mit einem gemütlichen bauchigen Weinglas daneben.

Wer süsse Desserts und üppige Torten mag, soll nicht drauf verzichten. Ich aber bleibe bei den Rässen und beim Rässen. Gottfried Keller hat ganz recht: Nicht nur der Gaumen, auch die Zunge wird mit der Zeit ein wenig scharf davon.

**tiho**

**Frühling!  
DAS TESSIN LÄDT EIN:**

- ZUM AUSRUHEN UND SONNEN
- ZUM BUMMELN UND WANDERN
- IN HEIMELIGE GROTTI
- ZUM CAFE AUF DER PIAZZA

- ZUR AZALEENSCHAU AUF DER BRISSAGOINSEL (APRIL/MITTE MAI)
- ZUM BLUMENFEST NACH LOCARNO (ENDE MAI)

**GRATISPROSPEKTE BEI ETT 6501 BELLINZONA 1**

**Die Menschen sind Bestien. Darum ist es höchst wichtig, die Kerle gut zu füttern. Oscar Wilde**

