

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 110 (1984)
Heft: 18

Artikel: Bon appétit mit Sato babates und gefülltem Herz
Autor: Simmen, René
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-607365>

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: 21.01.2026

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



Bon appétit mit Sato babates und gefülltem Herz

Sowenig die Hexen krummnasig, bucklig und trüfäugig denkbar sind, sowenig sind Hexenspeisen ein Geköch aus Kröten, Schlangen, Schierlingskraut, Russ und Fliegenpilzen. Hexen können recht attraktiv sein. Dies ist auch ihre Küche, die an sich sehr einfach ist. Bevorzugte Gerichte der Hexenküche sind Eierspeisen, Innereien, Geflügel, Hülsenfrüchte, Wald- und Feldkräuter sowie Pilze. Die nachstehenden Rezepte sind dem Buch von René Simmen «Geheimnisse der Hexenküche» entnommen (erschienen im Wenzinger-Verlag, München).

LINSENSALAT MIT KANINCHEN- ODER GEFLÜGELLEBER

Für 6 Personen:
250 Gramm Linsen, über Nacht eingeweicht und dann in Salzwasser weichgekocht
500 Gramm Kaninchen- oder Geflügelleber
Butter, Salz

Für die Salatsauce:
½ Esslöffel Honig
1½ Esslöffel Sherryessig
4 Esslöffel Nussöl
2 Schalotten, feingehackt
weisser Pfeffer, Chilipfeffer

Bereite die Salatsauce zu und mische etwa ¾ davon unter die ausgekühlten Linsen. Lasse eine halbe Stunde ziehen. Schneide unterdessen die Leber in Streifen, brate sie in heisser, schäumender Butter und würze sie sparsam mit Salz und Pfeffer. Verteile den Salat auf die Teller. Belege den Salat mit den Leberstreifen, beträufle diese mit dem Rest der Sauce.

Anstelle von Leber kannst du Kaninchenfleisch verwenden. Das Kaninchenfleisch wird in einer Gemüsebouillon gekocht und, ohne Knochen, über den Salat verteilt. Es wird ebenfalls mit etwas Salatsauce übergossen.

INGWER-HUHN IM GEMÜSEBETT

1 Huhn von gut 1 Kilo Gewicht
1 Bündel Suppengrün
Salz, 8 Pfefferkörner
1 grosse Zwiebel
2 Rüebli
2 Zucchini
4 kleine weisse Rüben (Navets)
oder/und 1 Lauch (das Weisses)
2 Eigelb, zerklopft
4 Esslöffel Frischkäse
1 Stück frischer Ingwer, fein gerieben
1 Esslöffel gehackter Korb

Bringe 2 Liter Wasser zum Kochen, gib Salz, Pfefferkörner, Gemüsebündel, Zwiebel und dann das Huhn hinzu. Lasse 50 Minuten köcheln ● Schneide inzwischen die Zucchini, Rüebli und Navets in feine kleine Stengeln, den Lauch schneide in feine Streifen ● Nimm das Huhn aus dem Sud und stelle es warm ● Vom Sud giesse eine grosse Tasse voll durch ein feuchtes Tuch in eine kleine Kasserolle. Rühre die Eigelb hinzu und erhitzte auf kleinem Feuer so lange, bis sich die Sauce bindet. Salze und pfeffere, gib unter Rühren den Ingwer und den Frischkäse hinzu. Halte die Sauce im Wasserbad warm ● Lasse in der restlichen Bouillon das zerschnittene Gemüse einige Minuten köcheln ● Entferne unterdessen vom Huhn Haut und Knochen. Schneide das Fleisch in Stücke. Richte es mit dem Gemüse auf einer Platte an. Giesse die Sauce über das Fleisch. Gamiere mit Korb.

EIER IN SCHNITT-LAUCHSAUCE

8 Eier
2 mittelgrosse Zwiebeln, fein gehackt
2 Esslöffel Butter
½–1 Esslöffel Mehl
2½ Deziliter helles Bier
Streuwürze, weisser Pfeffer
½ Deziliter Rahm
4 Esslöffel feingehackter Schnittlauch

Die Eier 9 bis 10 Minuten kochen, abschrecken, schälen, in heissem Wasser warm halten. ● Dünste in der Butter die Zwiebeln glasig. Bestäube sie unter Rühren mit Mehl, giesse unter Rühren das Bier bei, lasse alles zugedeckt gute 10 Minuten köcheln ● Streiche die Sauce dann durch ein Sieb, koche sie nochmals kurz auf und würze sie. Schlage den Rahm darunter, gib den Schnittlauch bei ● Halbiere die Eier und verteile sie auf einer vorgewärmten Platte. Giesse die Sauce darüber.

KALBSHERZ, GEFÜLLT

1 Kalbsherz
je 100 Gramm Kalb- und Schweinefleisch
50 Gramm frischer Speck
1 Brötchen, eingeweicht
1 kleine Zwiebel, klein gehackt
je 1 Esslöffel gehackte Petersilie, Korb oder Fenchelkraut
1 Ei
Salz, Muskatnuss
Frühstückspeck
2 Esslöffel Butter
100 Gramm Champignons
½ Zwiebel
1 Glas Rotwein
½ Liter Bouillon
1 Teelöffel Maizena
Pfeffer und Salz

Drehe das Fleisch und den frischen Speck mit dem gut ausgedrückten Brötchen durch die Hackmaschine ● Schwitze die Zwiebel und die Kräuter in etwas Butter an und mische sie mit dem Ei unter das Fleisch, würze mit Salz und Muskatnuss. Die Farce in das gereinigte Herz geben, dieses zunähen und mit dem Frühstückspeck umwickeln ● Brate das Herz in der Butter an, lass dabei die Pilze und die halbe Zwiebel mitbraten. Lösche den Bratensatz mit Rotwein ab, fülle mit heisser Bouillon auf ● Lass alles geruhsam eine knappe Stunde auf kleinem Feuer schmoren. Legiere dann die Sauce mit etwas Maizena, schmecke mit Pfeffer und Salz ab.

KUTTELN MIT LAUCH

Soto babates (Indonesien)

800 Gramm Kutteln, vorgekocht
4 Esslöffel Fett oder Öl
½ Liter Bouillon
5–6 Lauchstengel, halbiert
1 Karotte und ½ Sellerie, gewürfelt
1–2 Knoblauch (nach Belieben)
2 Gewürznelken
1 Stück frisch geriebene Ingwerwurzel
Sambal olez oder Chilipulver nach Belieben
1 Esslöffel Essig
½–1 Tasse Sauermilch
Salz und Pfeffer

Brate die in Streifen geschnittenen Kutteln in Fett/Öl an, lösche mit ½ Liter Wasser oder Bouillon ab, gib Lauch, Karotten, Sellerie und Ingwer dazu. Lasse 1 gute Stunde köcheln ● Würze dann mit Essig, Salz und Pfeffer, rühre die Sauermilch darunter.