

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 142 (2016)
Heft: 5

Illustration: Was darfst du bei einer Paläo-Diät essen?
Autor: Kriki [Gross, Christian]

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: 17.04.2026

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

sprechliche «Strangolapreti» oder «Pici mit Wildschwein-Ragout». Oh Pasta mia!

Quiche Lorraine: In der gewöhnlichen Beiz bekannt als «Chäs-Chüechli» für 4 Fr., im Gourmet-Tempel als: «Obergärer Bergkäse vom Schweizer Hausrind, auf frischem Mai-Heu gereift, ummantelt von einer einheimischen Gerstenkruste mit eingearbeiteten Mager-speck-Bollen und angereichert mit Guérande-Salz.» 19.50 Fr., dafür ein Drittel kleiner.

Restaurant-Tester ist nun wirklich kein Traumberuf: Denn die täglichen Mehrgang-Spitzen-Menüs stumpfen die Geschmacksnerven komplett ab. So malträtiert sind sie vielleicht noch zu begeistern durch eine «Brodwurscht» am OLMA-Stand.

Schweizer Gourmet-Esser fahren gerne ins Ausland: auch hier ist Geiz geil.

TV-Kochshows: Früher hiess es: «Wer nichts wird, wird Wirt», heute: «Wer als Moderator k.o. ist, kocht».

Unbehagen: Wenn Sie in einem Nobelschuppen partout die Speisekarte nicht verstehen, flüchten Sie unter einem Vorwand und gehen Sie ins «Rössli». Dort gibt es immer den besten Beinschinken.

Veganer sind der Albtraum für jeden Küchenchef: Wegen ihrer eintönigen Nahrung gibt es Kreativität nur im Preis.

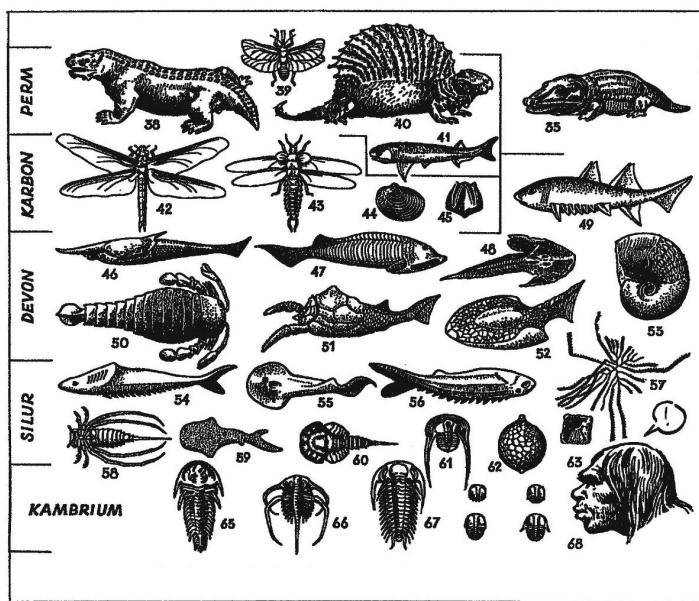
Wasser gibt es in Frankreich gesetzlich kostenlos zu jeder Mahlzeit, bei uns kostet es so viel wie dort der Wein.

Xfür ein U vormachen: Sterne-Küche soll besser schmecken als die Rezepte vom Grosi.

Yoga hilft auch, das Essen besser zu vertragen: Sie erhalten eine innere Balance, höhere Energie zum Verdauen und einen starken Rücken, mit dem Sie auch noch beim 6. Gang gerade sitzen können.

Zum Schluss: Essen muss Freude bereiten, es muss natürlich sowie nachvollziehbar sein, bezahlbar bleiben und gut schmecken. Also: Wieder öfters zur Mama!

Was darfst du bei einer Paläo-Diät essen?



KRIKI (CHRISTIAN GROSS)

KRIKI

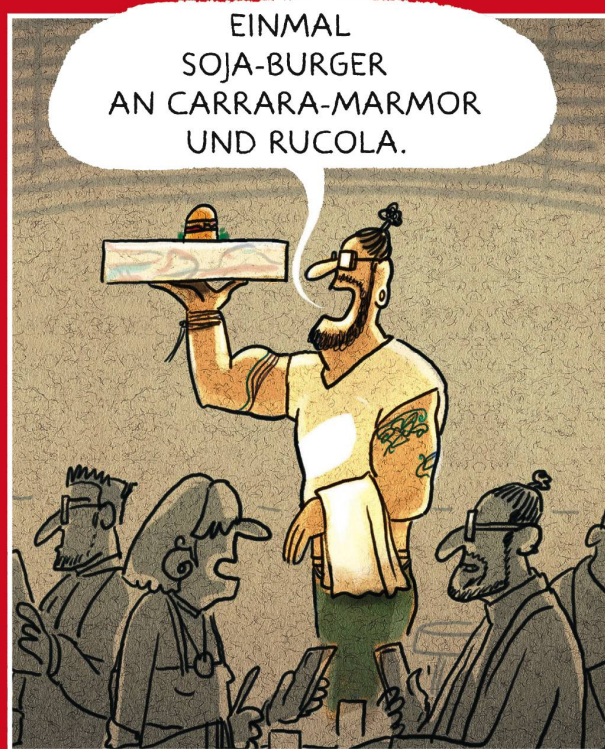


après cuisine normale



après haute cuisine

JONAS BRÜHWILER



MARKUS CROLIK