

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF  
**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)  
**Band:** 26 (1984)  
**Heft:** 5: Aktivitäten im Freien

**Artikel:** Von der Lust im Freien...  
**Autor:** Suttner, Wolfgang  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-156948>

### **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:** 18.04.2026

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

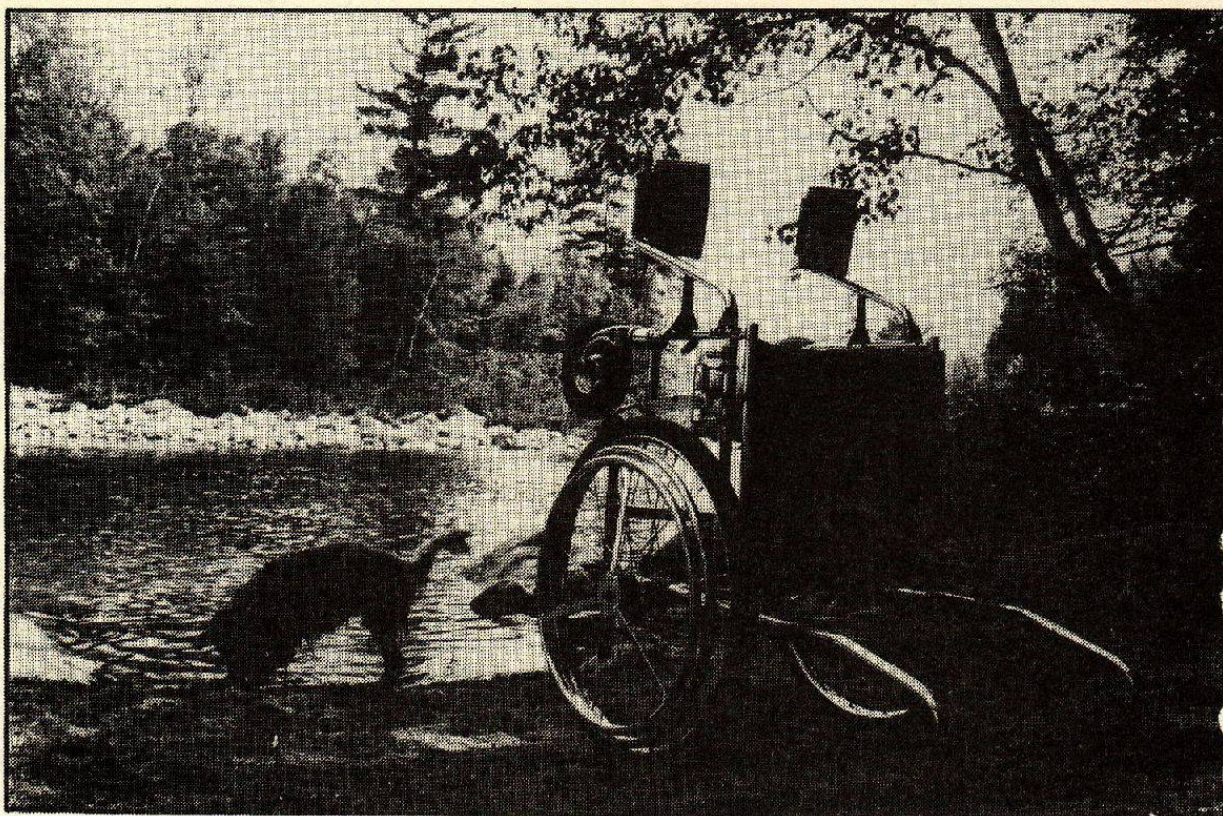


Foto: Christian Iseli

## Von der lust im freien . . .

. . . zu speisen:

Zur selben zeit, in der der naturphilosoph Jean Jacques Rousseau und die dichter der romantik die tugenden des einfachen lebens und die schönheiten der natur besangen, entdeckten die engländer, genau wie die franzosen und die deutschen – die schweizer wohl auch – eine neue liebe zu ihrer heimat, besonders für deren unberührte landschaft. Gleichzeitig entwickelten sie einen appetit auf das essen im freien.

'**Picknick**' – der eigentliche ursprung des wortes ist unklar, denn die beiden seltsam zueinander passenden silben hatten zunächst ganz verschiedene, wenn auch allesamt hochmodische bedeutungen. In der 'Times' vom 18. märz 1802 war zu lesen, dass ein picknick «aus einer vielzahl von gerichten besteht. Die teilnehmer an demselben stellen eine speisekarte zusammen, auf der jedes gericht eine nummer bekommt. Dann werden lose gezogen, und jeder/jede muss das gericht herbeischaffen, dessen nummer sie/er gezogen hat. Er/sie bringen es in einer kutsche mit oder lassen es von ihrem diener anliefern.»

Aber so 'fürnehm' muss es ja nicht bei jedem picknick zu- und hergehen. Jeder hat doch seine eigene vorstellung vom picknick, oder 'mickpick', wie Jael Lohri, die vierjährige sagt. «Ein picknick muss ein wenig von der mühsal des lebens enthalten und den unternehmungsgeist anstacheln, weil man holz sammeln, feuer machen, den kessel aufsetzen, kartoffeln kaufen oder klauen muss.», schreibt ein angefressener picknicker um 1860.

### **Ein paar tips** für das packen der picknick-körbe:

Legen sie das tischtuch und das besteck **oben** auf in den korb, der als erster ausgepackt wird. Kühle speisen lassen sich gut in kohlblätter verpacken, die ausserdem einen hübschen farbkontrast zu den weissen servietten abgeben. Es ist vielleicht besser, schinken bereits geschnitten mitzunehmen. Hummer, das fleisch ausgelöst und in der eigenen schale befördert, die zugehörige mayonnaise und der salat jedoch separat verpackt. Finden sie hummer zu teuer!? Dann weichen sie halt auf andere fischgerichte aus, aal in aspik ist auch angenehm kühl. Kalte gebratene enten sind immer beliebt, und angemachte grüne erbsen werden dazu auch nicht verachtet. Einen gutgemachten salat wird jeder schätzen, und auf eine gurke kann mann/frau einfach nicht verzichten. Ein picknick wäre ohne sie einfach kein picknick!

### **'Sandwich'**

1762 wurde zum erstenmal eine füllung zwischen zwei dünne scheiben gepresst. Anlass war eine 24-stündige glücksspielpartie, in deren verlauf John Montagu, vierter Earl of Sandwich, entdeckte, dass dies eine saubere und praktische essensart war, bei der man die karten nicht beschmutzte. Und saubere hände sind gerade beim glücksspiel wichtig.

Für feinschmecker mag das sandwich ein horror sein, aber schon das abweichen vom üblichen kastenweissbrot bringt würze ins sandwich. Jede art von brot kann verwendung finden: vollkorn- und roggenbrot, burebrot und pumpernickel, knusprige mutschli, semmeli und sogar weiche milchbrötchen (wie sie in Deutschlands norden in und aus dem ofen kommen) eignen sich bestens; auch toastbrot, sesambrotchen, bagettes, bis hin zu indischem und griechischem fladenbrot.

Wie man abwechslungs in die ziemlich einfältige normal-sandwich-füllung (schinken, käse oder käse/schinken) bringt, das kann ich hier nicht länger ausführen. Aber ich kann euch ein buch empfehlen, aus dem ich das meiste bisher geschriebene geklaut habe. Das buch heisst «von der lust im freien zu speisen», autorin: Claudia Roden, verlag papyrus, Hamburg. Da findet ihr dann im kapitel «tee auf dem rasen» wichtige hinweise über die sandwich-füllungen.

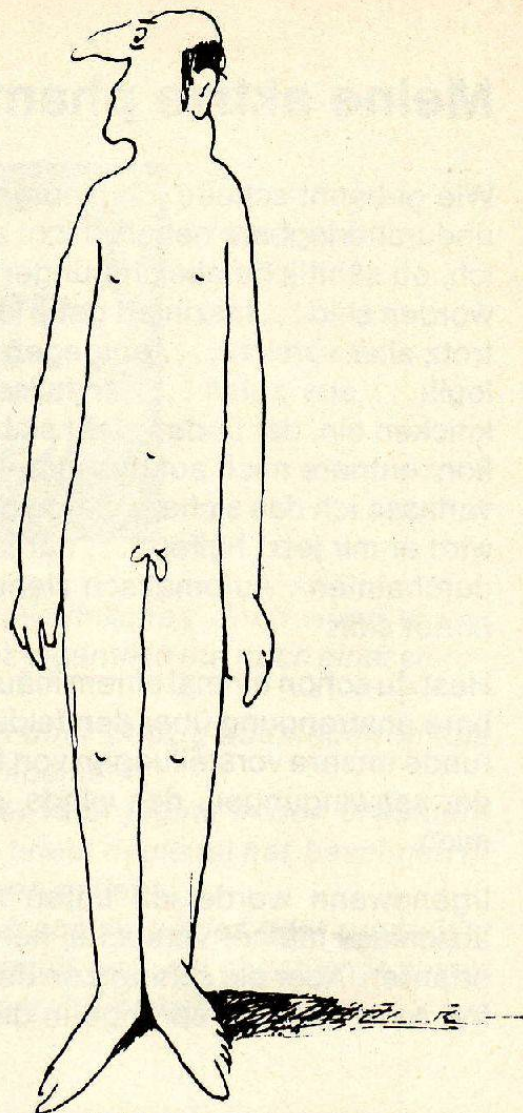
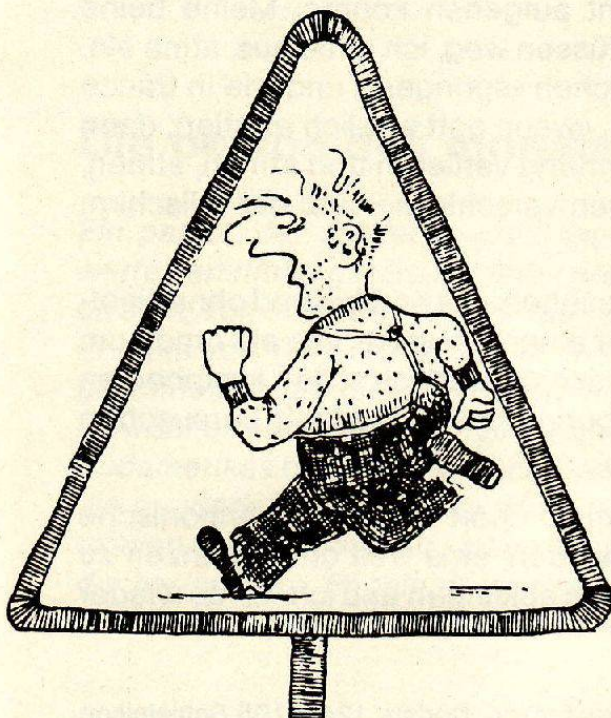
### **'Drinks'**

Im freien versucht man, völlig natürlich, die dinge zu vereinfachen. Die meisten sind daher zufrieden. Pasteten, kalte braten, salat, gemüse und dessert mit ein und demselben wein hinunterzuspülen. Für die engagierten trinker aber, die Brillat-Savarins meinung teilen, nach drei oder vier gläsern eines weines stumpfe der gauen ab, sollte man dennoch zwei sorten anbieten: einen erfrischenden weissen, der im bach oder flusslauf gekühlt wird, und einen kräftigen roten, dem die reise nichts anhaben kann, oder aber einen kalten rosé, den man ebenfalls im kalten bach zum kühlen abstellt. Aber seid vorsichtig – ich habe schon manche flasche davonschwimmen sehen!

Die lust im freien zu speisen weckt natürlich andere lüste: zum beispiel kann die lust aufkommen, einfach auf den boden hingestreckt, ein nickerchen zu tun. Und wem wollte es jemand verübeln, nach dem mittagsschläfchen im freien auch noch ein freies bad zu nehmen: im nahen bergbach, im fluss oder am see. Die lust, nackt zu baden, ist in letzter zeit stark aufgekommen – und es ist tatsächlich ein schönes

Achtung: Nackte!

---



gefühl, sich ohne badkleider (die ja sowieso kaum mehr kleider sind!) im wasser und in der sonne zu bewegen.

Aber halt, da habe ich vor kurzem gelesen, dass mann/frau – zumindest in Luzern – dieser lust des nacktbadens nicht mehr fröhnen darf. «Gestützt auf artikel 203 des strafgesetzbuches hat der luzerner stadtrat auf dem seeparkareal am Alpenquai hinter dem bahnhof folgende

**Freizeitaktivitäten amtlich verboten:**

- Nacktbaden und nacktgehen
- Nachtbaden, feuermachen und campieren ...»

Ich las dann den artikel 203 des strafgesetzbuches nach und hatte ziemlich mühe, meine lust am freien baden in der natur mit dem zusammenzubringen, was da geschrieben steht:

«Wer öffentlich eine unzüchtige handlung begeht, wird mit gefängnis oder busse bestraft.» – sonst stand da nichts zu lesen.

Die herren und damen (gibt es solche im luzerner stadtrat?) haben offenbar überhaupt keine lüste mehr, sonst würden sie nicht solche verbote aussprechen. Da fällt mir allerdings ein, dass paradiesisches schon seit urzeiten in einem engen zusammenhang mit verboten stand. Adam und Eva könnten davon ein liedlein singen.

Wolfgang Suttner, Brunnental, 8915 Hausen