Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis

Band: 32 (1910)

Heft: 23

Anhang: Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung

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: 11.08.2025

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

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen. **Nr. 6.** Juni 1910.

Das Verderben der Speisen beim Gewitter.

Es ist eine ganz bekannte Tatsache, daß Speisen und Getränke während eines Gewitters leicht verderben, oder, wie der technische Ausdruck der deutschen Sprache lautet, „umschlagen". Bier wird schal, Milch sauer, und sogar das Fleisch bisweilen ungenießbar. Zur Erklärung dieser auffallenden Wirkung des Gewitters ist viel Nachdenken aufgewandt worden. Unter anderem hat man vermutet, daß die Bildung von Ozon oder salpetriger Säure für jene Vorgänge verantwortlich zu machen sei. Es ist jedoch nicht wahrscheinlich, daß die Atmosphäre während eines Gewitters chemische Veränderungen von erheblichem Betrag erleidet. Ueberdies müßte man annehmen, daß die Gegenwart von Ozon die Verderbnis der Speisen veranlassen könnte, die davon während eines Gewitters gebildete Menge sei viel zu klein, um verhältnismäßig große Bestände von Bier und Milch sauer werden zu machen. Beim Fleisch kann die Einwirkung von Ozon, daß heißt überschüssigen Sauerstoff, den Vorgang überhaupt nicht erklären. Wahrscheinlich ist er gar nicht mit unmittelbaren chemischen Einwirkungen in Verbindung zu bringen, sondern lediglich mit der Störung des elektrischen Gleichgewichtes. Jeder Körper auf der Erde befindet sich in einem gewissen elektrischen Zustande, der durch elektrische Vorgänge in der Umgebung beeinflußt wird. Personen, die sich in der Nähe eines niedergehenden Blitzes befinden, fühlen meistens einen schweren Schlag, obgleich sie die Entladung gar nicht getroffen hat. Das sind die altbekannten Erscheinungen der elektrischen Induktion. Eine derartige elektrische Erschütterung müssen nun auch die Gegenstände erleiden, die beim Gewitter dem Verderben anheimfallen, und sie könnte als der Einfluß zu einer chemischen Umwälzung oder als ein Reiz auf die in jedem Körper vorhandenen Bakterien aufgefaßt werden, die nun ihrerseits die Veränderungen in den Stoffen herbeiführen. Obgleich letztere während eines Gewitters besonders auffällig und häufig werden, so treten sie

unzweifelhaft auch zu anderen Zeiten ein, wenn keine elektrischen Störungen wahrzunehmen sind, sogar bei völlig klarem Himmel. Elektrische Spannungen bestehen aber stets in der Luft. Gewöhnlich erreichen sie den größten Betrag einige Stunden nach Sonnenaufgang, nehmen dann fortgesetzt ab, werden einige Stunden vor Sonnenuntergang am schwächsten, steigen dann wieder bis zu einigen Stunden vor Sonnenaufgang und gelangen auf ein zweites Minimum vor Tagesanbruch. Das sind die regelmäßigen Veränderungen der elektrischen Spannung in der Luft, die während eines Gewitters nur unregelmäßiger und schneller erfolgen. Uebrigens hat das Gefühl des Unwohlseins, das bei vielen Menschen während eines Gewitters eintritt und in Kopfschmerzen, nervösem Unbehagen und in Niedergeschlagenheit besteht, in den nämlichen Einwirkungen seinen Grund wie das Verderben der Speisen.

Ein giftiger Salat?

Der hohe Wert der Brunnenkresse für verschiedene Leiden, speziell als Blutreinigungsmittel, der von unseren Vorfahren mehr als jetzt gewürdigt wurde, veranlaßt alljährlich, besonders im Frühjahr, viele Personen Brunnenkresse zu suchen oder suchen zu lassen. Fast alljährlich hört man dann auch von Vergiftungen, die nach dem Genuß von Brunnenkresse vorkommen. Wie kommt dies? Brunnenkresse ist nicht giftig, im Gegenteil, von sehr hohem, gesundheitlichem Wert und ein schmackhaftes Nahrungsmittel. Vorgekommene Vergiftungen sind meistens auf die von der echten Brunnenkresse kaum zu unterscheidende, aber giftige Bitterkresse (Cardamine L.) zurückzuführen, welche mit der wilden Brunnenkresse gemeinsam vorkommt. Auch Brunnenkresse aus stark verunreinigten Gewässern und Sümpfen kann zuweilen gesundheitsschädlich wirken. Es ist also Vorsicht am Platze, ob man wirklich echte und reine Ware erhält. In Deutschland und Frankreich wird schon lange Brunnenkresse an eigens dazu erstellten Anlagen gezüchtet, und auch in der Schweiz hat ein Handelsgärtner (Motzet, Wynau) diese Kultur eingeführt. Neben dem Vorzug der absoluten Reinheit ist diese Kresse auch viel milder und zarter. Da der aus dem Süden importierte Salat, der uns in der kalten Jahreszeit zur Verfügung steht, durch den Transport ꝛc., punkto Frische, Reinheit und Geschmack sehr leidet, so dürfte Brunnenkresse als Abwechslung mehr gebraucht werden.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Kerbelsuppe. Aus einem Stück Butter und zwei Löffeln Mehl bereitet man eine hellgelbe Schwitze, welche man nach und nach mit Brühe aus Maggis Bouillonwürfeln verdünnt und tüchtig verkocht. Ein Suppenteller voll Kerbelkraut wird gewaschen, fein gewiegt und in der Flüssigkeit aufgekocht. 1—2 Eigelb verrührt man mit etwas kalter Milch oder Wasser und schüttet die heiße Suppe unter fortwährendem Quirlen hinein. Will man die Suppe noch verfeinern, so bereitet man Klößchen auf folgende Art und kocht sie in der Suppe gar. Rohes und gekochtes Rind- oder Schweinefleisch wird fein gewiegt, desgleichen Schnittlauch oder eine Zwiebel, mit einem Ei, 10 Tropfen Maggi-Würze, Semmelbröseln zu einem Teig verarbeitet, aus dem man die Klößchen in beliebiger Größe formt.

*

Boeuf à la mode. 1—2 Kilo Huft oder Schwanzfeder wird geklopft und mit 3 cm langen und 1 cm dicken Speckstückchen, die man in Salz, Pfeffer, feingehacktem Grün, ebensolchen Zwiebeln, umwendet, gespickt, d. h. in das Fleisch werden mit der Messerspitze Einschnitte gemacht, diese mit dem Finger etwas vertieft und die Speckstückchen so hinein gelegt, daß sich der Einschnitt darüber zusammenschließt. Nun wird das so gespickte Fleischstück mit Salz und Pfeffer eingerieben und mit der Bratengarnitur in heißer Butter allseitig schön angebraten, 1 bis 2 Gläser Rotwein dazu gegossen, zugedeckt, und unter Wenden und Begießen in 2 Stunden gar gekocht. In einer andern Pfanne wird indessen etwas Mehl schön bräunlich geröstet, mit Brühe oder Wasser zur Sauce aufgekocht und zum Fleisch gegeben. Nach Belieben fügt man etwas Tomatenpurée oder sauren Rahm bei. Nachdem die Sauce entfettet und wenn nötig passiert worden, wird sie nochmals aufgekocht und zuletzt mit einem Güßchen „Maggi-Würze" abgeschmeckt und über den angerichteten Braten gegeben.

*

Ratschläge zum Kochen alter Hühner. Bei alten Hühnern, die man jetzt so gern zu Potage und Frikasse verwendet, kommt es häufig vor, daß sie trotz stundenlangen Kochens durchaus nicht weich werden wollen und daß das Fleisch eine unzerstörbare „Anhänglichkeit" an das Knochengerüst hegt, was beim Tranchieren und auch beim Essen sehr unangenehm ist. Dem hilft ein einfaches Mittel ab. Man stecke in das Innere der Henne einen runden Glasstöpsel von einer Flasche mit eingeschliffenem Stöpsel und nähe die Bauchhaut zu. Während des

Kochens schlägt nun dieser Glasstöpsel fortwährend an das Knochengerüst des Huhnes und erzeugt auch die kurzen Wellen des kochenden Wassers, die das Fleisch mürbe machen. Sehr gut ist es auch, dem Wasser einen Eßlöffel voll Branntwein zuzusetzen, doch muß dies unbedingt beim ersten Aufwallen des Wassers mit dem Huhn geschehen. Um das Fleisch alter Hühner saftiger zu gestalten, fülle man alles Fett des Huhnes in die Bauchhöhle; das teilt sich dann nicht nur der Brühe, sondern in erster Linie dem Fleische mit. Beim Tranchieren des Huhnes beschöpfe man das Fleisch mit dem abgeschöpften Suppenfett.

*

Hühner-Frikassee mit gemengtem Fleisch. Man zerschneidet die gekochten und erkalteten Hühner in saubere Stücke, dämpft, geschnittene Kalbsmilch oder Kalbsgehirn, kocht geschnittene Kalbsherzen und Zungen, geschnittenen und ausgekochten Rindergaumen weich, sodann dämpft man sauber geputzte Champignons in Butter mit Citronensaft, kocht Morcheln möglichst in Fleischbrühe, kocht Krebse, denen man die Schwänze und Scheeren ausbricht, die Krebsnasen füllt man mit einer Fisch- oder Krebsfarce, aus der man auch Fischklößchen bereitet. Die Schalen zerstößt man und bereitet Krebsbutter daraus. Nun schichte man in einem Kasseroll die Hühner mit all diesen genannten Zutaten, gießt etwas Hühnerbrühe darüber und setzt das Kasseroll in ein Bainmarie, um den Inhalt warm zu halten. Die übrige Hühnerbrühe oder auch gute Fleischbrühe von Liebigs Fleischextrakt verkocht man mit in Butter gelb geschwitztem Mehl, 1/2 Flasche Weißwein unter beständigem Rühren zu einer gehörig dicken, sämigen Sauce, zieht sie mit Eidotter ab, fügt etwas Zitronensaft dazu und gießt sie über die Fleischstücke, von denen man vorher die Hühnerbrühe abgegossen hat; dieses Frikassee wird mit Halbmonden von Blätterteig verziert.

*

Schwarzsauer. Durchzogenes Schweinefleisch, am besten magere Brust und Hals, wird in viereckige Stücke geschnitten, und einen Tag in einer Essigbeize mariniert, dann wird das Fleisch mit halb Beize, halb Wasser nebst dem nötigen Gewürz auf das Feuer gestellt und nicht zu weich gekocht. Von der Brühe, mit Essig verrührtem Schweineblut, Schweineschmalz und etwas Mehl wird eine ganz glatte, glänzende Sauce angerührt, das Fleisch sauber ausgelesen, mit derselben vermischt und recht heiß, mit Klösen garniert, angerichtet.

*

Champignons in Kalbsbratenjus. Eingemachte Champignons gießt man ab. Von dem Jus eines saftigen Kalbsbratens nimmt man in genügender Menge, würzt sie mit etwas Pfeffer und Fleisch-

extrakt, läßt es mit etwas Fleischbrühe heiß werden, tut die Champignons hinein, gießt das ganze in Becher und läßt den Inhalt erstarren.

*

Sauce à la Bercy. Bereitungszeit 25 Minuten. Für 6 Personen. Zutaten: 1/4 Liter Bordeaux oder roter Burgunder, 20 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, 300 Gramm Butter, 5 Schalotten, Cayenne-Pfeffer, Salz, Zitronensaft. — 5 mittlere Schalotten werden fein gewiegt und in Butter weiß gedämpft, dann kommt 1/4 Liter guter Rotwein dazu, der ganz kurz eingekocht wird, ebenso der Fleischextrakt. Wenn es zergangen ist, arbeitet man unter fortwährendem Rühren mit einem Schneebesen allmählich 300 Gramm Butter unter, aber ja nicht zu heiß, da die Sauce sonst leicht rinnt. Als Gewürz etwas Cayenne-Pfeffer, das nötige Salz und ein paar Tropfen Zitronensaft. Nun richtet man die recht heißen Fischfilets auf einer Schüssel trocken an, sauciert mit der Sauce und streut etwas gehackte Petersilie darüber.

*

Sauce (von unreifen grünen Tomaten). Schneide einen Korb voll grüne Tomaten in dünne Scheiben und streue eine Handvoll Salz darüber (über Nacht so lassen). Am Morgen gieße den Saft ab, gebe die Tomaten in einen Kessel mit soviel Essig, daß er die Tomaten eben deckt. 5—6 in Scheiben geschnittene rote Pfefferschoten, vier große, in Scheiben geschnittene Zwiebeln, eine Tasse voll geriebenen Meerrettig, eine Tasse Zucker, ein kleiner Eßlöffel voll Nelkenpulver, ebensoviel Zimmet und Pfeffer, koche das alles auf starkem Feuer eine Stunde. Wird in Häfen angerichtet und zu warmem oder kaltem Fleisch serviert.

*

Reisauflauf. 125 Gramm Reis wird gewaschen und mit einer Tasse kaltem Wasser nebst einer Prise Salz auf das Feuer getan. Wenn das Wasser eingekocht ist, schüttet man 1/2 Liter Milch daran, fügt ein Stück süße Butter bei und kocht den Reis weich und ziemlich dick. Hernach rührt man 2 Löffel Staubzucker, geriebene Zitronenrinde, nach Belieben Weinbeeren oder geriebene Mandeln darunter. Ferner mischt man 5 Eigelb und das zu Schnee geschwungene Eiweiß bei. Bestreicht eine Form oder feuerfeste Schüssel mit Butter, füllt die Masse ein und backt sie im Ofen ungefähr 3/4 Stunden.

*

Maccaroni mit Morcheln. Bereitungszeit 1 Stunde. Für 5 Personen. Zutaten: 125 Gramm getrocknete Morcheln, 2 Liter Wasser, 60 Gr. Butter, 400 Gr. Mehl, 1/4 Liter süßen Rahm, 1 Zwiebel, 1 Prise Pfeffer und Salz, 20 Gr. Liebigs Fleisch-Extrakt. — Die getrockneten Morcheln werden zerschnitten, in warmem, oft gewechselten Wasser tüchtig gewaschen, danach 12 Stunden in 1 1/2 Liter Wasser geweicht und

dann in 50 Minuten in demselben Wasser gar gekocht. Ein Theelöffel gehackte Zwiebel wird in 60 Gramm Butter gelb geröstet, 40 Gramm Mehl hinzugerührt, danach den süßen Rahm und 1/4 Liter Morchelbrühe, in welcher Liebigs Fleischextrakt aufgelöst ist, hinzugetan und die Morcheln in dieser seimigen Sauce noch einmal aufgekocht und mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt. Die Maccaroni kommen in die Mitte einer Schüssel und werden mit den Morcheln und der Sauce umgeben.

*

Polenta. Ein Liter halb Milch halb Wasser gibt man aufs Feuer mit etwas Salz und einem Stückchen süßer Butter. Wenn es kocht, so wird 300 Gramm Polentamehl hineingerührt und unter langsamem Kochen unausgesetzt während 3/4 Stunden gerührt. Die Masse sieht zuletzt aus wie ein „Ankebälleli", soll ganz trocken sein. Dann wird sie auf eine heiße Platte angerichtet und zu Saucenfleisch serviert. Oder man schneidet die Polenta in kleine Tranchen, bestreut sie lagenweise mit geriebenem Käse und übergießt das Ganze mit heißer Butter.

*

Gelbe Rüben gedünstet oder gekocht. Die geschabten Karotten oder auch große frische Rüben werden nudelig geschnitten, mit reichlich fein gewiegter, grüner Petersilie, etwas Salz, Fett und einem Schöpflöffel Wasser weich gedünstet, mit einem Kochlöffel Mehl gestaubt mit fetter Fleischbrühe aufgegossen, mit wenig Zucker und einer kleinen Prise Pfeffer gewürzt. Gekochte Rüben werden ebenso vorbereitet wie die gestünsteten, mit reichlich Wasserzusatz weich gekocht, mit dünner gelblicher Einbrenne, in welcher viel gewiegte Petersilie eingerührt wurde, vergossen, etwas fette Fleischbrühe kommt ebenfalls dazu, nebst Salz, wenig Zucker und Pfeffer. Recht weich kochen lassen.

*

Warmer Gurkensalat. Die geschälten und gehobelten Gurken werden gesalzen, gepfeffert, dann zerläßt man in einem Tigel würfelig geschnittenen Speck, gibt heißen Essig dazu und gießt dies über die geschnittenen Gurkenscheiben. Delikater ist jedoch der kalt angemachte Salat, weil die Gurke dann nichts von ihrem eigentümlichen Geschmack verliert und erfrischender schmeckt.

*

Salzburger Nockerl. Man rührt eigroß Butter mit genügend gestoßenem Zucker ab und einer Prise Salz, gibt erst das Gelbe von einem Ei darein, ist dasselbe tüchtig verrührt, so nimmt man ein zweites Eigelb, nach tüchtigem Verrühren kommt löffelweise feines Mehl hinzu, welches stets gut gerührt wird. Dies wird so lange gemacht, bis der Teig Blasen wirft und sich leicht vom Löffel und der Schüssel löst. Zuletzt kommt noch der Eierschnee dazu. Inzwischen hat man auf zirka

2 Eier 1 Liter Milch mit einem Stückchen Vanille und genügend Zucker zum Feuer gegeben. Wenn diese kocht, so sticht man mit einem Theelöffel Klöschen in die Milch, deckt fest zu und läßt sie auf schwachem Feuer etwa 1/2 bis 3/4 Stunden langsam kochen. Während dieser Zeit darf nie abgedeckt werden. — Sind die Klößchen fertig, schöpft man sie auf eine Platte, streut Zucker darüber und serviert die noch übrige Milch extra. Diese billige und bei Groß und Klein sehr beliebte Mehlspeise ist sehr zu empfehlen.

*

Erdbeer-Omelette. Man bestreue ein paar Stunden vor dem Gebrauche die Erdbeeren mit Zucker und lasse sie so stehen. Dann, kurz vor dem Servieren, verklopfe man 6 Eier, rühre 3 Eßlöffel süßen Rahm und 1 Eßlöffel Zucker daran, gebe 90 Gramm frische Butter in eine flache Pfanne und backe die Omelette auf der unteren Seite schön gelb, glitsche sie nun auf die Schüssel, belege eine Hälfte mit den Erdbeeren, schlage die andere darüber und serviere gleich.

*

Kastanienkompot. Schöne, große, geröstete Kastanien werden geschält und in eine ofenfeste Kompotschale geschichtet. Mit 1/6 Liter feinstem Rhum begossen, bestreut man die Kastanien (Maronen) mit fein gestoßenem und gesiebtem Zucker und stellt sie zugedeckt an eine heiße Stelle des Herdes oder in den mäßig warmen Bratofen. Im Augenblick des Servierens zündet man den Rhum mit einem Schwefelholz oder langen Fidibus an. Man gibt sie zu Hasen-, Schweine- oder Gänsebraten. Die Speise ist ganz besonders bei Herren beliebt.

*

Quarkpudding. (Sehr nahrhaft.) 1/4 Kilo Quark, 1/2 Kilo Mehl, 100 Gramm Zucker, ein gutes Backpulver, ein an Apfelsinenschale abgeriebenes Stück Zucker, 10 Gramm Salz, 50 Gramm Fett, 15 Gramm Salz zum Abkochen. Das Mehl wird in einem Topf mit dem weißen Käse, (Quark) Zucker, Backpulver, Apfelsinenzucker und Salz mit sauberen Händen glatt verarbeitet und nun mit der Mischung von Fett und vier Eßlöffel heißem Wasser zu einem Teig geknetet, den man zu einer Kugel formt. Ein sauberes weißes Tuch streut man mit Mehl leicht aus, legt die Kugel hinein, bindet es oben lose und läßt den Pudding in einem großen Topf, in dem man Wasser nnd 15 Gramm Salz zum Kochen brachte, und auf dessen Boden man eine umgekehrte Untertasse setzt, damit das Tuch nicht ansengt, 2 Stunden langsam kochen. Beim Anrichten nimmt man das Tuch hervor und kippt den Pudding vorsichtig in die Anrichtschüssel. Man gibt weichgekochtes Backobst, warmes Pflaumenmus oder gebratenen Speck mit Zwiebelwürfeln dazu.

Orangencreme. Die Schale von 2 Orangen wird auf 375 Gr. Zucker abgerieben. 6—8 Eigelb, 3/4 Liter Milch werden mit dem Zucker auf gelindem Feuer tüchtig geschlagen, dann durchgeseiht und zum Erkalten gestellt. Vor dem Servieren mischt man 3/4 Liter geschlagenen Rahm darunter, oder man garniert die Creme mit geschlagenem Rahm und frischen Orangenschnitzchen.

*

Das Gießen der Erdbeeren mit Wasser erweist sich bei trockener Witterung als zweckmäßig, ist aber nicht zu übertreiben, denn die Erdbeere liebt nur ein mäßig feuchtes Erdreich. Am zweckmäßigsten verfährt man, wenn zwischen den Reihen der Pflanzen kleine Gräben gezogen werden und in diese das Wasser geschüttet wird. Auf solche Weise durchzieht sich der Boden allmählich und nur linde mit Feuchtigkeit und solches ist in der Regel besser, als wenn das ganze Erdbeerfeld mit Wasser begossen wird.

*

Blutflecken zu entfernen. Man rühre Weizenstärke mit wenig kaltem Wasser an, trage dieselbe dick auf den Fleck auf und lasse sie trocknen. Ist die Stärke von der linken Seite aus abgeklopft, so werden frische Flecke verschwunden sein; bei veralteten wiederholt man dieses Verfahren. Es hat den Vorteil, daß es auch bei zarten Farben und Stoffen angewendet, dieselben nicht angreift.

*

Glänzend gewordene Stellen an Kammgarnstoffen lassen sich beseitigen, indem man dieselben mit verdünntem Salmiakgeist (ein Teil Salmiak auf zehn Teile Wasser) tränkt und dann mit einer Bürste, die in warmes Wasser getaucht ist, tüchtig ausbürstet. Statt der Salmiaklösung kann man auch Gallseife verwenden. Die Flecken sind dann nochmals in reinem Wasser nachzuwaschen.

*

Aluminiumgegenstände behandelt man mit kaustischer Kalilauge, wenn sie ein mattgraues Aussehen angenommen haben. Sie werden wieder lebhaft glänzend und laufen nicht an, wenn sie an der Luft sind.

*

Ausgepreßte Zitronen werfe man nicht gleich weg, da sie noch zum Reinigen rauher Hände dienen können. Man braucht sie wie Seife, reibt die Hände gut ein, und man wird wieder eine weiche Haut bekommen. Ferner können ausgepreßte Zitronen, angefeuchtet und in feinen Sand getaucht, sehr gut zum Blankreiben von Messingpfannen verwendet werden. Es ist stets noch Säure in der ausgepreßten Frucht, daß man sie nicht sofort wegwerfen, sondern noch für solche Zwecke verwenden sollte.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.