

**Zeitschrift:** Schweizer Monatshefte : Zeitschrift für Politik, Wirtschaft, Kultur  
**Herausgeber:** Gesellschaft Schweizer Monatshefte  
**Band:** 45 (1965-1966)  
**Heft:** 6

## **Werbung**

### **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:** 09.02.2026

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



## **Senf – ein kostbares Körnlein zum Würzen und Heilen**

Es ist geladen mit guten Kräften, das unscheinbare hellgelbe Samenkörnlein der Senfpflanze. Zum Würzen verwendet, macht es so manches Gericht erst richtig schmackhaft, aber auch seine natürliche, große Heilkraft ist seit jeher geschätzt worden.

Die Senfpflanze gedeiht ursprünglich vor allem im Mittelmeergebiet und im Vorderen Orient. Heute ist sie aber in ganz Europa und auch in andern Kontinenten heimisch. Sie wird bis zu einem Meter hoch, und ihre Schotenfrüchte bergen 8—10 Samen oder Senfkörner.

Wir begegnen dem Senfkorn zum erstenmal bei den alten Ägyptern, also einige Jahrtausende vor Christus. Damals schon wurde es an der üppigen Tafel der Reichen und auch in den einfachen Hütten zum Würzen gebraucht. Und dies ist bis heute sein Merkmal geblieben: Der Senf erfreut und entzückt arm und reich gleichermaßen.

Während die alten Griechen vor allem die Heilkräfte des Senfes schätzten, diente er den Römern dazu, allzu fettes Schweinefleisch besser zu verdauen. Das Senfkorn wurde zu feinem Mehl verrieben und den Speisen beigegeben.

Senf in der uns heute bekannten Saucenform, durch andere Gewürze ergänzt und abgerundet, wurde erst im frühen Mittelalter zu-

bereitet, erstmals durch den Römer Palladius. Das Senfrezept des Palladius wurde die Grundlage zu einem Industriezweig, der heute immer größeres Ausmaß annimmt.

Im 13. Jahrhundert begann ein Bürger von Dijon im Burgunderland, Senfsaucen in großen Quantitäten herzustellen und zu verkaufen. Andere taten es ihm gleich, und jeder Hersteller erfand neue, eigene Rezepte.

In Dijon, später in Paris und andern Großstädten Frankreichs, wurde der Senf auf der Straße feilgeboten. Es war so allgemein üblich, die köstliche Sauce täglich frisch zu kaufen, daß der Feierabend bezeichnet wurde mit: «Wann die Kinder den Senf holen.»

Die Senfrezepte haben im Laufe der Jahrhunderte natürlich viele Änderungen erfahren. Frankreichs Senf wird aber immer noch in Dijon oder mindestens nach den Rezepten von Dijon hergestellt.

In der Schweiz ist der Senf zu einem der beliebtesten «Nationalgewürze» geworden. Um jedem Geschmack und jeder Anwendungsart zu entsprechen, hat Thomy vier ganz verschiedene Senfsorten entwickelt: den milden Tafelsenf in der blauen Tube, den rezenten Thomy Meerrettich-Senf in der roten Tube, Thomy Senf extra-pikant in der gelben Tube und für die salzlose Küche den Thomy Diät-Senf in der grünen Tube.

# **THOMI + FRANCK AG BASEL**

Seit über 100 Jahren im Dienste der Tischkultur

**Buchhandlung und Antiquariat Herbert Lang Bern  
Schweiz**

**Wir  
kaufen...**

**Buchhandlung und Antiquariat Herbert Lang Bern  
Münzgraben/Amthausgasse Tel. 21712 und 21708**

# **Herbert Lang Bern**

**Ganze  
wissenschaftliche  
Bibliotheken**

**Ganze  
Zeitschriftenreihen**

**Bedeutende  
Standartwerke  
aller Gebiete**

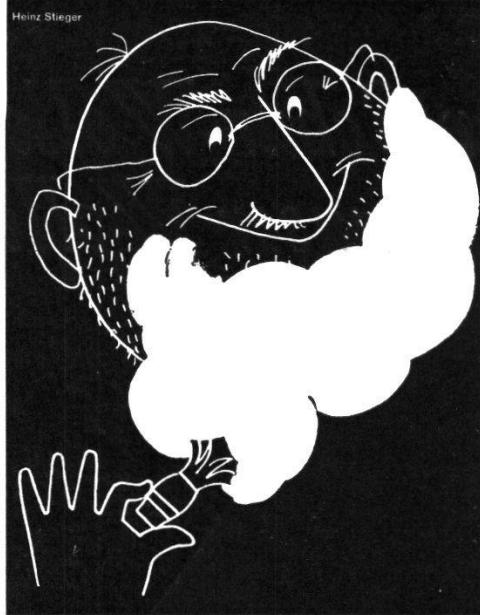
Heute suchen wir besonders:

ganze Reihen der SCHWEIZER MONATSHEFTE

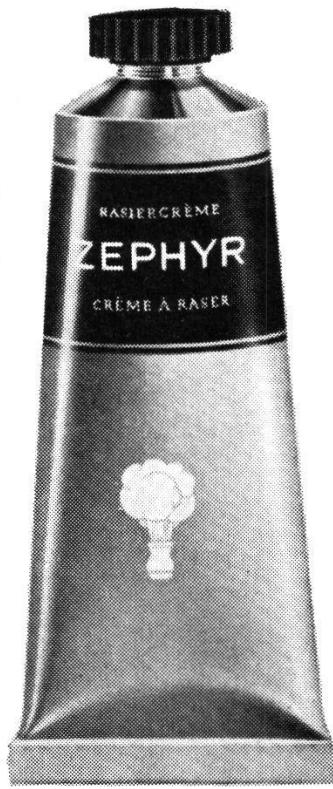
Unser Antiquar besucht Sie  
jederzeit gerne  
Bitte berichten oder telefonieren  
Sie uns

# **Herbert Lang Bern**

Heinz Stieger



Zum Rasieren  
Zephyr-Schaum,  
und die Klinge  
spürst Du kaum!



Zephyr-Rasierseife Fr. 1.—  
Zephyr-Rasiercrème Fr. 1.60  
mit je 4 Silva-Punkten!

Friedrich Steinfels, Zürich



Ovomaltine spendet Kraft, auch  
jenem, welcher geistig schafft.

**OVOMALTINE**

stärkt auch Sie

*Am wohlsten in reiner Schur-Wolle  
in Schaffhauser Wolle*

