Zeitschrift: GZ in Kontakt : Gehörlosenzeitung für die deutschsprachige Schweiz
Herausgeber: Schweizerischer Verband für das Gehörlosenwesen
Band: 85 (1991)
Heft: 22

Rubrik: Rund ums Essen

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: 14.12.2025

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

Rund ums Essen

Weisst Du, warum aus reifen Maiskolben kleine «Haarbüschel» heraushängen? In einem alten Indianermärchen erfährst Du es

Das Geheimnis der Maismutter

Kurz nachdem die Welt erschaffen war, ging es den roten Kindern des Grossen Geistes sehr schlecht, und sie fanden nur mühsam Nahrung. Da begab es sich, dass eine alte Frau mit weissen Haaren in einem Lager erschien, aber die Männer und Frauen sagten nur: «Scher dich weg! Hier ist kein Platz für dich!» Am nächsten Tag versuchte es die Alte in einem anderen Lager, am übernächsten wieder in einem anderen – bis sie zu den Reisighütten des Alligator-Clans kam, dessen Mitglieder sehr arm waren. Als die Frauen die Alte erblickten, sagten sie: «Komm her, Alte! Hier bei uns ist Platz genug, und etwas zu essen wird sich auch noch finden lassen. Du musst einen langen Weg hinter dir haben und sehr hungrig sein!» Die alte Frau nahm dankend an, und nachdem sie gegessen hatte, legte sie sich neben das Feuer, um zu schlafen.

Am nächsten Morgen verliessen die Männer das Lager, um im Wald Hirsche zu jagen, und die Frauen machten sich wie gewöhnlich auf die Suche nach Wurzeln und Beeren. Als sie aber abends nach Hause zurückkehrten, hatten die Kinder schon gegessen und berichteten von einer köstlichen Speise, die ihnen die Alte verabreicht hätte. Von nun an versuchten Krieger und Squaws, hinter das Geheimnis der seltenen Speise zu kommen, aber alles Forschen war vergeblich. Und als die alte Frau das Lager nach einigen Wochen verliess, hatten die Bewohner des Dorfes alles schon bald vergessen. Nur ein junger Knabe dachte immerzu an die wohlschmeckende Speise, und als er zum Krieger geworden war, machte er sich auf die Suche nach der alten Frau, die in Wirklichkeit die Maismutter selbst und in ihrer armseligen Gestalt auf die Erde gekommen war. Mehrere Wochen zogen ins Land, und alles Suchen schien vergeblich, doch eines Abends stand die Alte plötzlich vor dem Krieger. «Ich kann nicht bei dir bleiben», sagte sie, «doch wenn du meinen Rat befolgst und tust, was ich dir auftrage, wirst du mich nie vermissen!» Daraufhin führte sie ihn zu einer grossen Wiese am Fluss und befahl: «Brenne das Gras ab!» Der junge Krieger tat, wie ihm geheissen wurde, und bald schon stoben die Funken himmelhoch. Als nur noch Asche übriggeblieben war, sagte die Alte: «Nimm mich bei den Haaren und schleife mich kreuz und quer über die verbrannte Erde! Überall dort, wohin du mich schleifst, wird neues Gras aus dem Boden spriessen; zwischen den Blättern aber wirst du mein Haar hervorschauen sehen. Wenn das der Fall ist, dann ist der Samen reif. Das ist das Geheimnis der Speise, derentwegen du so weit gewandert bist!»

Der Krieger machte sich sogleich an die Arbeit, und als er die Alte über die ganze Lichtung geschleift hatte, war die Frau aus seinen Händen verschwunden. Überall aber wuchs ein seltsames Gras, das ihm bis über den Kopf reichte, und zwischen den Blättern sah er das weisse Haar der alten Frau. Und da der Maiskolben bis zum heutigen Tage einen weissen Haarschopf trägt, wissen die Indianer, dass die Maismutter sie nicht vergessen hat.

Ein Märchen der Creek, nacherzählt von Thomas Jeier in «Das Western-Kochbuch», Heyne-Verlag 1973.
Illustration: Dora Wespi

Jetzt ist wieder Chicorée-Zeit

Winterthurerin gewann Kochwettbewerb 1991

gg. GZ-Mitarbeiterin sein, hat auch seine ganz schönen Seiten. Vor allem, wenn es um die Gastronomie geht. Im Januar dieses Jahres führte die Sopexa in der ganzen Schweiz Chicorée-Degustationen durch. Ziel war, den KonsumentenInnen dieses immer noch sehr häufig nur als Salat zubereitete Produkt in Gemüseform vorzustellen und sie auf die einmalige Qualität des französischen Chicorée, der «Perle du Nord», aufmerksam zu machen.

Verbunden war die Kampagne mit einem Kochwettbewerb. Von all den eingetroffenen, raffinierten Rezepten wurden die zehn besten ausgewählt und deren «Erfinder» – Hausfrauen wie Hobbyköche – ans Finale ins Hotel Zürich eingeladen. Und bei dieser Gelegenheit machte ich erstmals Bekanntschaft mit dem zarten Gemüse, das viel Wasser und wenig Kohlehydrate enthält, also sehr kalorienarm ist. Die Chicorée (auch Endive genannt) eignet sich als Beilage zu proteinreichen Gerichten wie Fleisch und Fisch und ist dank ihrer Zellulose gesund für die Verdauung. Sie wurde bis Mitte des vorigen Jahrhunderts vor allem in Belgien als Medizinpflanze kultiviert, deren bittere Extrakte sich heilsam auf Leber, Galle und Magen auswirken. Nur durch Zufall entdeckten die Belgier die aromatischen Sprösslinge, die im Dunkeln eines Kellers aus weggeworfenen Zichorienwurzeln sprossen. Als «Witloof» (weisses Blatt) kamen die weissen Zapfen in Brüssel erstmals 1873 auf den Gemüsemarkt.

Das preisgekrönte Rezept

Von den jährlich 380 000 Tonnen produziert Frankreich mit 220 000 Tonnrn am meisten. Aber lassen wir die Produktionszahlen. Verraten sei nur noch das mit dem ersten Preis gekrönte Gericht von Elisabeth Dialer aus Winterthur. Wer ihre bekömmliche «Chicorée im Brioche» – eine Vorspeise für vier bis fünf Personen, nachahmen möchte, der nehme:

Briocheteig

250 g Mehl, 125 g Butter, 2 Eier, 10 g Hefe, ½ TL Salz, ½ TL Zucker, 70 mg lauwarme Milch

Füllung

200 g Schinkenwürfeli, ca. 5 Stk. Chicorée, 1,8 dl saurer Halbrahm, frisch gehackte Peterli

Teig

Das Mehl in eine Schüssel sieben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe mit der warmen Milch und dem Zucker verrühren, in die Mehlmitte giessen und mit Mehl zu einem Teiglein mengen. Diesen Vorteig aufgehen lassen. Auf den Mehlrand die Butter bröckeln und die Eier aufschlagen. Den Teig von innen nach aussen durcharbeiten. Wieder aufgehen lassen, nochmals kneten und in das gefettete runde Wähenblech drücken. 30 Minuten gehen lassen. Mit Eigelb bestreichen und bei 175° C ca. 30 bis 40 Minuten backen. Etwas auskühlen lassen und den Deckel vorsichtig abschneiden. Unterer Teil etwas aushöhlen damit die Füllung gut verteilt werden kann (die Kinder essen das Ausgehöhlte gerne).

Füllung

Die Schinkenwürfeli in der Teflonpfanne etwas anbraten. Den kleingeschnittenen Chicorée dazugeben und dämpfen, bis er zusammengefallen ist. Würzen und den sauren Halbrahm dazugeben. Den gehackten Peterli daruntermischen. Nun die Füllung auf den Briocheboden verteilen, den Deckel wieder aufsetzen und im Ofen nochmals kurz aufwärmen.

Impressum
Gehörlosen-Zeitung
Erscheint je am 1. und 15. des Monats (am 1. Juli/August und am Jahresende als Doppelnummer)

Herausgeber:
Schweiz. Verband für das Gehörlosenwesen (SVG)
Zentralsekretariat
Sonneggstrasse 31, 8033 Zürich
Telefon 01 262 57 62
Telefax 01 262 57 65

Redaktionsadresse:
Gehörlosen-Zeitung
Obstgartenstrasse 66
8105 Regensdorf
Schreibtelefon 01 840 19 83
Telefax 01 840 59 25
(24-Std.-Betrieb)

Redaktion:
Regine Kober

Verwaltung, Abonnemente, Adressänderungen, Druck und Spedition:
KASIMIR MEYER AG
Grafischer Betrieb, Kapellstr. 5
5610 Wohlen
Telefon 057 22 27 55
Telefax 057 22 92 36