

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 4 (1928-1929)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Der kulinarische Völkerbund. 6. Rezepte aus Chile

### **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:** 15.01.2026

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

# KÜCHEN-SPÍEGEL

## DER KULINARISCHE VÖLKERBUND

### 6. Rezepte aus Chile

#### Cazuela chilena

(sprich: Kassuela. Chilenische Nationalsuppe)

Man zerlegt ein Huhn und bratet die Stücke in Oel oder Schmalz. Dann zerschneidet man Gemüse, wie Kartoffeln, Rüben, Blumenkohl und reifen Kürbis in grössere Stücke und schmort alles mit dem Fleisch zusammen. Nun giesst man kochendes Wasser darüber (soviel man für die Suppe benötigt) und lässt alles langsam kochen, bis Huhn und Gemüse weich sind. Zuletzt legiert man die Suppe mit einem Ei und gibt Suppenkräuter, wie gehacktes Peterli, Majoran, Thymian und Basilika dazu, und falls bekömmlich, auch eine Messerspitze spanischen Pfeffer. — Anstatt Huhn, kann man für die gleiche Suppe auch Hammelfleisch verwenden.

#### Fisch nach chilenischer Art

Man gibt gereinigten Fisch (gleich welcher Sorte) ganz in eine Bratenschüssel, giesst Oel darüber und gibt Suppenkräuter: Sellerie, Karotten, Zwiebeln, Kartoffeln und Tomaten dazu. Dann würzt man mit Salz, Muskat und spanischem Pfeffer und bäckt den Fisch im Bratofen. Wenn er gar ist, giesst man über das Ganze etwas Rahm und lässt es noch einige Minuten im Ofen.

#### Picadillo (Pikadijo)

Man verwendet dieses Gericht als Füllung für Pasteten. Man braucht dazu gehacktes, gekochtes oder gebratenes Hammelfleisch. Zwei fein zerschnittene Zwiebeln werden geröstet, dann kommen Suppengrün, einige Rosinen, Salz und Zucker dazu, und zuletzt noch das Fleisch und genügend Bouillon, so dass die Farce nicht zu trocken ist. Dann gibt man kleingeschnittene hartgekochte Eier und Oliven (eingemachte) bei.

#### Pastel de Papas (Kartoffel-Auflauf)

Die Kartoffeln werden gekocht, durch die Maschine getrieben und mit einem Stück Butter und Eigelb verrührt. Unterdessen hat man eine Fleischfarce (Picadillo) fertiggemacht, legt diese in eine Auflaufform, die Kartoffelmasse obenauf und lässt den Auflauf im Ofen anbräunen. Mit Käse überstreut wird das Gericht serviert.

#### Pastel de Arroz (Pastel de Arroos) (Reis-Auflauf)

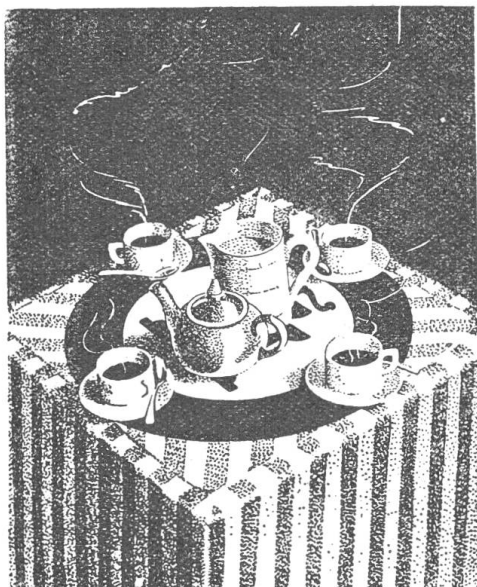
Auch hier wird unten in die Auflaufform eine Fleischfarce (Picadillo) gegeben. Obenauf kommt dann eine Schicht in Bouillon, oder Wasser und Butter gekochten Reis. Ist der Auflauf angebräunt, so bestreut man das Ganze mit reichlich Käse und serviert.

#### Pastel de Choclo (Pastel de Tschoklo) (Mais-Auflauf)

Man nimmt jungen Mais, dessen Körner noch milchig sind, und reibt die Körner von den Kolben. Die Maismasse gibt man dann mit reichlich Schmalz und vielen gehackten, in Butter gerösteten Zwiebeln in eine Pfanne und lässt das Mais braten, bis es gar ist; dann gibt man Zucker daran und gibt es als obere Schicht in eine Auflaufform, worunter man vorher eine Fleischfarce (Picadillo) gegeben hat. Man lässt das Ganze im Ofen anbräunen.

#### Lentejas (Lenntechas) (Linsen auf chilenische Art)

Die Linsen werden gekocht, dann gibt man eingeweichtes Weissbrot, Thymian, Majoran, Petersilie, reichlich Käse und ein hartgekochtes, gehacktes Ei daran und ver-



## Was wäre das Leben ohne Kaffee? Was wäre der Kaffee ohne Franck?

Es geht nichts über guten Kaffee als tägliches Getränk. Aber erst mit Zusatz von Franck erreicht der Kaffee seine vollen Eigenschaften, wird er kräftig, duftend, voll, ist er ausgiebiger und bekömmlicher.

Nehmen Sie Franck Spezial in den gelben Paketen, worin die Cichorie locker und bröselig bleibt.

Achten Sie auf die Kaffeemühle, das hundert Jahre alte Wahrzeichen für Acht Franck. Mischen Sie auf 2 Teile Kaffeepulver 1 Teil Franck, das gibt den besten Kaffee.



rührt zuletzt das Ganze mit einem rohen Ei. Nach Wunsch gibt man noch etwas spanischen Pfeffer und wenig Weisswein dazu.

### Mais (Ma-iis)

Ein ganz junger Maiskolben, dessen Körner noch milchig sind, wird in drei Stücke geschnitten, eine halbe Stunde in Salzwasser gekocht und dann serviert. Gegessen wird er mit Butter bestrichen.

### Huevos Estrellados

(Huevos Estrejudos)

Ein paar Zwiebeln werden der Länge nach geschnitten und in Oel oder Schmalz geschmort, dann tut man kleine, ganze, gekochte Tomaten dazu und gibt, wenn sie schon etwas vergangen sind, rohe Eier darüber. Sowie das Eiweiss milchig wird, streut man Käse darüber, lässt ihn zerschmelzen und serviert es. Nach Wunsch fügt man noch spanischen Pfeffer und Weisswein dazu.

### Chupe (Tschupe)

Langgeschnittene Zwiebeln, etwa 2 Stück, werden in Oel oder Schmalz geschmort, bis sie braun sind; dann gibt man kleine Kartoffeln und in Stücke geschnittenen Kürbis daran (mehr Kürbis als Kartoffeln) und schmort das Ganze ohne Wasser, bis das Gemüse weich ist. Vor dem Servieren wird geriebener Parmesankäse darübergestreut.

### Zapallo Asado (Ssapajo assado)

Von einem grossen Kürbis, der innen dunkelgelb ist, werden grössere Stücke abgeschnitten; die Schale wird darangelassen und nur die Kerne entfernt. Ohne Oel oder Fett bäckt man die Stücke im Ofen, bis sie weich sind. Vor dem Servieren mit Käse bestreuen.

### Pasteles de Masa real

5 Eier, 1 Pfund Zucker, 2 Teelöffel weisser Essig, 1 Teelöffel Salz, 1 Teelöffel Zimt (gestossen), 8 Nelken (gestossen), etwas abgeriebene Zitronenschale, 1 Pfund Schmalz, 2 Pfund Mehl.

Man schlägt die Eier mit dem Zucker, gibt das Salz, das in dem Essig aufgelöst wurde, hinein, fügt dann alles andere hinzu, zuletzt das Schmalz und das Mehl. Dann glättet man die Masse mit der Hand (sie darf nicht



# SELBST EIN HAUSTYRANN

*wird mild gestimmt durch den Genuss  
der Plättli aus den*

## Schweizer Küchen- SPEZIALITÄTEN

*Rezepte aus allen Kantonen  
Von Helen Guggenbühl  
Mit einem Vorwort von Meinrad Lienert*

**Preis Fr. 5.80**

**Eine Fundgrube  
für jede Hausfrau**

**SCHWEIZER-SPIEGEL-VERLAG, STORCHENGASSE 16, ZÜRICH**

# Wunder wirkt

täglich  
eine Sonnendusche

in den  
sonnenarmen Wintertagen  
mit der

## kleinen künstlichen Höhensonne

Original Hanau

## Morgens eine Sonnendusche

von 5—10 Minuten Dauer

macht Geist und Körper frisch  
erhöht die Schaffensfreude  
die geistige und körperliche Elastizität  
die Konzentrationskraft  
den Appetit und die Verdauung  
macht blasse Menschen blühend u. sonnengebräunt

## Abends eine Sonnendusche

gibt ruhigen, traumlosen Schlaf  
erhält die Schönheit und Jugend  
fördert den Stoffwechsel  
entfernt die Körperschlacken  
verhütet Alterskrankheiten

## sie wirkt Wunder

Verlangen Sie Prospekte durch Abteilung 2  
Lassen Sie sich den Apparat vorführen (unverbindlich)

Sanitätsgeschäft  
**Hausmann**  
Zürich - St. Gallen -  
Basel - Davos - Lausanne.

ausgerollt werden), lässt sie  $1\frac{1}{2}$  cm dick und schneidet davon runde Formen mit einer Tasse. Nun werden die Kuchen im Ofen gebacken, sie dürfen aber nicht braun werden. — Man macht einen Sirup von 5 Eiweiss und 1 Pfund Zucker, bestreicht damit die Plättchen, und gibt sie noch schnell in den Ofen zum Trocknen.

### Hojuelas (Ochuelas)

Man nimmt  $\frac{1}{2}$  Pfund Mehl, streut es aufs Teigbrett und macht in die Mitte eine Vertiefung, in die man 4-5 ganze Eier schlägt, und verrührt die Masse schnell mit einer Gabel. Daraus wird nun der Teig gemacht, indem man ihn mit der rechten Hand reibt, bis er ganz weich und glatt ist. Man schneidet dann mit einem Messer (nachdem der Teig so dünn wie ein Papier ausgewallt ist) lange Streifen und zerschneidet diese wieder in verschobene Vierecke, die in Schmalz gebacken werden und nachher in Sirup (aus braunem, geschmolzenem Zucker) getaucht werden. Die Kuchen werden heiss serviert.

### Mote (Mohte)

Man gibt zirka ein Pfund Asche von Holzkohle in eine grössere Pfanne, füllt sie mit Wasser und kocht darin zwei Stunden lang ungefähr ein Pfund ganzen Weizen, bis kleine gelbe Stücke sich vom Weizen lösen und obenauf schwimmen. Dann wird der Weizen sehr gut gewaschen und so serviert. Dazu gibt man gekochte, getrocknete Pfirsiche mit sehr viel Saft, die beim Servieren für jeden über den Weizen gegossen werden.

*Sämtliche Rezepte sind von Frau Maita Schoop, früher wohnhaft in Valparaiso, Chile.*

---

Sie sehen, dass im «kulinarischen Völkerbund» Rezepte aus allen Ländern Europas erscheinen. Vielleicht haben Sie eine Schwester in China, die chinesische Rezepte kennt, oder Sie brachten selber einmal von einer Auslandsreise ein Spezialitätenrezept nach Hause. Wollen Sie diese Rezepte bei uns auf ihre Verwendbarkeit für den «Schweizer-Spiegel» prüfen lassen?

Ich werde sie ausprobieren und, falls sie geeignet sind, im «Schweizer-Spiegel» abdrucken.  
Helen Guggenbühl.

---