Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 4 (1928-1929)
Heft: 11

Artikel: Mehr Abwechslung in den Getränken : wenig bekannte Rezepte
Autor: Guggenbühl, Helen
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1065085

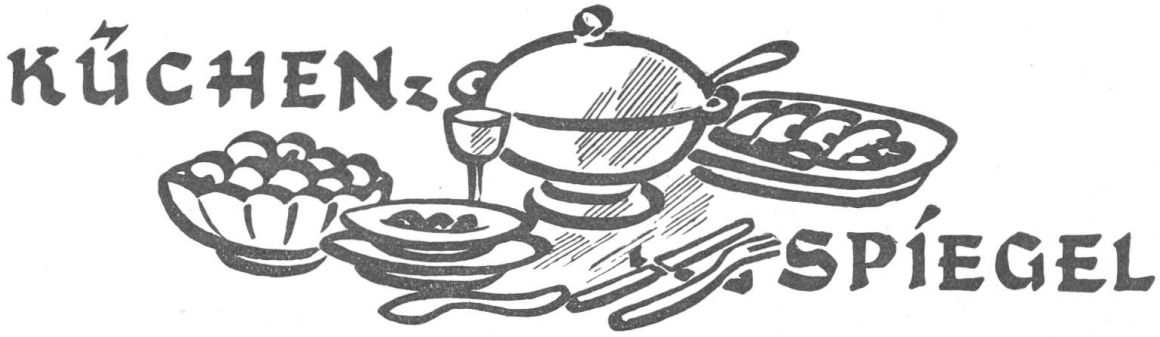
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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



MEHR ABWECHSLUNG IN DEN GETRÄNKEN

Wenig bekannte Rezepte. Von Helen Guggenbühl

Fruchtgetränk

Nimm von Erdbeeren, Stachelbeeren und roten Johannisbeeren je ½ Pfund, säubere sie, und zerdrücke die Früchte mit einer silbernen Gabel. Gib ¼ Pfund Zucker darüber und den Saft von zwei Zitronen. Giesse 1½—2 Liter kochendes Wasser darauf, rühre gut um, und lasse die Mischung mindestens 12 Stunden lang stehen. Dann giesse die Flüssigkeit durch ein Haarsieb, und serviere sie so kalt als möglich.

Zitronenmilch

Eine Zitrone wird ausgepresst und unter ständigem Rühren zirka 1 Liter Milch hinzugegossen. Durch den Zitronensaft scheidet die Milch. Wichtig ist, während dem Einrühren tüchtig umzurühren, da damit verhindert wird, dass die Milch in grossen Brokken scheidet, was nicht gut schmecken würde. Die Zitronenmilch wirkt ausserordentlich erfrischend, da sie sehr leicht verdaulich ist. Sie wird häufig mit Zucker getrunken.

Traubensaft

Zur Traubenzeit ist der Traubensaft ein ausserordentlich gutes Getränk. Es ist aber besser, ihn nicht zum Essen zu trinken; am besten ist er am Morgen oder abends.

Die Trauben werden einfach mit der Fruchtpresse ausgedrückt. Falls die Trauben sauer sind, macht man ein ganz leichtes Zuckerwasser (auf einen Liter Wasser 200 g Zucker) dazu. Mit diesem Sirup verdünnt man den Traubensaft nach Belieben. Um zu verhindern, dass der Traubensaft zum Gären kommt, gibt man ganz wenig Weinsteinsäure ins Wasser. Aber Vorsicht, ja nicht zuviel, auf einen Liter höchstens 2 Gramm, und zwar direkt in den Saft. Durch diese Säure wird der Traubensaft ganz klar und hält sich einige Tage gut.

Gerstenwasser

Es ist dies das Rezept des echten englischen Barley-waters. Dieses Getränk ist nicht nur kühlend und wohlschmeckend, sondern auch nahrhaft.

Wasche die Gerste, und gebe sie in kochendes Wasser. Lasse solange kochen, bis die Flüssigkeit wie dickliche Sahne ist. Giesse sie ab, und stelle sie beiseite (¼ Pfd. Gerste auf gut 3 Liter Wasser). Wische 3 bis 4 Zitronen mit einem sauberen Tuch ab, und schäle sie fein. Zerschneide die Stücke — dies ist nötig, damit das aromatische Oel frei wird — gebe sie in eine Terrine und giesse ungefähr ¼ Pfund Zucker darüber. Füge den ausgepressten Saft der Zitrone dazu und etwa ½ Liter kochendes Wasser darüber. Decke die Terrine zu, und lasse sie bis zur Erkaltung stehen. Giesse die Flüssigkeit durch ein Haarsieb, ebenso das Gerstenwasser. Ist die Mischung, die möglichst kalt zu stellen ist, nicht süss genug, so süsse nach.

Mandelmilch

Man wäscht ein halbes Pfund süsse Mandeln mehrmals in frischem Wasser, mahlt sie, gibt sie in ein Porzellangefäss und übergiesst sie mit 2 Liter kochendem Wasser. Man lässt sie einige Stunden stehen, giesst durch eine Serviette, presst die Flüssigkeit gut aus und rührt gesiebten Zucker nach Belieben darunter.

Empfehlenswerte Pensionen, Pensionate und Kurse

Faites suivre à votre fille un cours à
l'ÉCOLE NOUVELLE MÉNAGÈRE
JONGNY sur VEVEY

Bewegungsschule
Suzanne Perrottet & Gertrud Schoop
Freiestrasse 56, Zürich 7

Mütter, die ihre Jugend gesund bewahren wollen, Töchter, die ihr Selbstgefühl stärken und ihre Hemmungen verlieren wollen, Kinder, die harmonisch werden sollen... sie alle bedürfen der rhythmischen Körperbildung. Wir erteilen Einzel- und Gruppenunterricht für Frauen, Töchter und Kinder in Volks- und Privatkursen. (Die Volkskurse werden im Sommer im Strandbad abgehalten.) Preis von Fr. 5.— bis Fr. 25.— pro Monat.

Anmeldungen und Auskunft jederzeit und unverbindlich durch das Sekretariat, Telephon L. 25.28

Ferien . . .

Wer mehr Stärkung der Gesundheit als Vergnügen sucht, verlange Prospekt

Kuranstalt Sennrüti
Degersheim

F. Danzeisen-Grauer, Dr. med. v. Segesser.

Ruhige, herrliche
Ferien am Luganersee
Badegelegenheit, Garten und gemütliche Zimmer bei guter Verpflegung in schönem Privatheim finden Sie in
Villa Libertas Tel. 82 **Melide**

Mädchenpensionat Chopard
Lausanne, 3 Av. de Florimont
Intimes Familienleben. — Gründliche Erlernung der französischen Sprache. Sport und Musik. — Grosser Garten.
Verlangen Sie bitte ausführlichen Prospekt
Mme et Mr J. CHOPARD

HEIRATS-GESUCHE

Wir behalten uns vor, Inserate in dieser Rubrik, die auf uns den Eindruck der Unseriösität machen, zurückzuweisen. Das Wort in dieser Rubrik kostet Fr. —.30

Grosse, blonde, protest. Zürcherin, 30 Jahre, berufstätig, ohne Barvermögen, des Alleinseins müde, sucht

Lebensgefährten

Angaben unter Chiffre S S an den Verlag des „Schweizer-Spiegel".

Geologe

in Indien tätig, wünscht sich zu verheiraten mit gebildeter, häuslicher, vor allem aber frohmütiger Schweizerin. Gute Familie ist wichtig, finanzielle Verhältnisse dagegen nebensächlich. Der Betreffende ist für mehrere Monate in der Schweiz in den Ferien und ergreift den Weg des Inserates, da er fast keine Verbindungen mehr in der Schweiz besitzt. Briefe unter Chiffre E. E. an den Verlag des Schweizer-Spiegels.