

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 5 (1929-1930)
Heft: 2

Rubrik: Der kulinarische Völkerbund. 8. Baltische Rezepte

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: 15.02.2026

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

KÜCHENz SPIEGEL



DER KULINARISCHE VÖLKERBUND

8. Baltische Rezepte

Graupensuppe mit Aepfeln

Man kocht aus Schweinefleisch (oder auch Gänse- oder Entenabfall) mit Suppengemüse und Zwiebel eine kräftige Suppe. In einer zweiten Kasserolle bringt man vorher eingeweichte Rollgerste (etwa $\frac{3}{4}$ Tassen voll) zum Kochen, füllt nach und nach die Schweinesuppe, durch ein Sieb gelassen, hinzu und fügt zwei grosse saure, in Stücke zerschnittene Aepfel, sowie ein paar kleine Kartoffeln zur Suppe. Beim Anrichten verröhrt man in der Suppe 1 bis 2 Löffel sauren Rahm.

Baltische Leberpastete

Die Pastete kann aus 1 Pfd. Kalbsleber allein, aber auch aus dieser mit etwa vorhandener Geflügelleber vermischt bereitet werden. Die in Stücke geschnittene Leber wird mit einigen Scheibchen durchzogenem Speck, 1 Sellerie, 1 Rübli, Salz, 1 Zwiebel und, in ein sauberes Läppchen gebunden, einigen Körnern Pfeffer und 1 bis 2 Lorbeerblättern in einer Kasserolle in Bouillon gedämpft, ungefähr $\frac{3}{4}$ Stunden. Nach Entfernung der Gewürze und Abkühlen der Leber lässt man alles miteinander zweimal durch die Fleischhackmaschine. Wenn vorhanden, fügt man nun noch 1—2 Löffel Schweine- oder Gänsebratenfischmalz hinzu, sonst aber ebensoviel Butter, sowie nach Geschmack $\frac{1}{2}$ bis 1 Glas Weisswein, und schäumt die Masse mit einem Holzlöffel, bis sie cremeartig ist. Muss recht kalt serviert werden.

Fricandellen mit Hering

Man bereitet aus $\frac{1}{2}$ Pfd. Rind-, $\frac{1}{2}$ Pfd. Schweinefleisch eine Farce wie zu Hackbraten, fügt aber noch einige gekochte ge-

riebene Kartoffeln und 1 gereinigten fein gehackten Hering hinzu. Nun formt man runde Klösse, kehrt sie in Mehl um und lässt sie $\frac{1}{4}$ Stunde in soviel kochendem Wasser, dass sie gerade bedeckt sind mit Salz, etwas schwarzem und weissem Pfeffer, Zwiebel und Lorbeerblatt kochen. Dann bereitet man in einer zweiten Kasserolle von 1 Löffel Butter und 1 Löffel Mehl mit dem Wasser von den Klösse eine weisse Sauce, die man mit Salz, etwas Essig, Kapern und 1 Löffel saurem Rahm abschmeckt. In dieser Sauce müssen die Klösse noch einmal aufkochen und werden mit Kartoffeln serviert.

Nektar und Ambrosia

Von 8 Tage altem russischem Schwarzbrot reibt man 1 tiefen Teller voll, vermischt es mit 3 Löffeln Zucker und der abgeriebenen Schale einer Zitrone. Darauf breitet man das Brot auf einer flachen Schüssel aus, verteilt darüber Konfitüre (Erdbeeren oder Himbeeren) und deckt das Ganze mit einer Schicht geschlagenen Rahms, dem 2 bis 3 Löffel Zucker und etwas Vanille zugeführt werden.

Gries-Schaum

Man kocht 5 Tassen Wasser mit der Schale von 2 Zitronen auf, entfernt dann die Schalen, schüttelt $1\frac{1}{2}$ Tassen Zucker, 7 Löffel Weizengries und den Zitronensaft hinein und lässt dies unter beständigem Rühren 5 bis 6 Minuten kochen. Nachdem der Gries etwas abgekühlt ist, schäumt man ihn, bis er ganz schaumig und locker ist. Man kann eine Fruchtsauce, aber auch Milch dazu geben. *Frau Olga Vögeli, früher wohnhaft in Estland.*