

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 7 (1931-1932)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Neue Kochgrammatik in sechs Lektionen. V. Lektion: Das Binden  
**Autor:** Pomiane, Edouard de  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1065310>

#### **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](#)

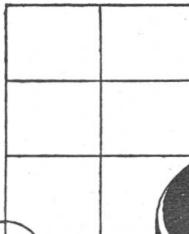
#### **Terms of use**

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:** 21.02.2026

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

# Küchen Spiegel



## NEUE KOCHGRAMMATIK IN SECHS LEKTIONEN

*Von Edouard de Pomiane*



Sie wissen nun, worin der Hauptunterschied zwischen dem Dämpfen einerseits und dem Braten und Grillieren anderseits liegt. Beim Grillieren und Braten ist es die Hauptsache, zu verhindern, dass der Saft während der Zubereitung austritt. Er muss soweit als möglich im Fleisch bleiben bis zum Moment, wo man das fertige Beefsteak oder Roastbeef mit dem Messer entzweischneidet.

Die Sauce, die beim Dämpfen entsteht, ist dünnflüssig. Manche Leute ziehen eine dikkere, etwas feste Sauce vor. Dazu muss sie auf irgendeine Art gebunden werden.

Eine Sauce oder eine andere Flüssigkeit, es kann auch eine Suppe sein, binden, heißtt, sie dicklich machen. Das erreicht man entweder mit Stärke oder mit Eigelb.

### 1. Das Binden mit Stärke

Wir haben bereits gesehen, dass das Mehl Stärke enthält und dass sich diese Stärke in eine dicke Flüssigkeit verwandelt, wenn man sie mit Wasser erwärmt. Auf diese Eigenschaft kommen wir jetzt zurück. Ge-

#### V. Lektion: Das Binden

Beim Dämpfen des Fleisches gibt es eine ausgezeichnete Sauce, die selbstverständlich mit Fleisch, dessen Säfte sie ja enthält, serviert werden muss.

Sie wissen nun, worin der Hauptunterschied zwischen dem Dämpfen einerseits und dem Braten und Grillieren anderseits liegt. Beim Grillieren und Braten ist es die Hauptsache, zu verhindern, dass der Saft während der Zubereitung austritt. Er muss soweit als möglich im Fleisch bleiben bis zum Moment, wo man das fertige Beefsteak oder Roastbeef mit dem Messer entzweischneidet.

Die Sauce, die beim Dämpfen entsteht, ist dünnflüssig. Manche Leute ziehen eine dikkere, etwas feste Sauce vor. Dazu muss sie auf irgendeine Art gebunden werden.

Eine Sauce oder eine andere Flüssigkeit, es kann auch eine Suppe sein, binden, heißtt, sie dicklich machen. Das erreicht man entweder mit Stärke oder mit Eigelb.

ben Sie in ein wenig Wasser etwas Mehl, und erwärmen Sie es auf dem Feuer, indem Sie mit dem Schneebesen tüchtig darin umrühren. Es wird eine durchsichtige, geleeartige Masse entstehen.

Verwende ich viel Mehl und wenig Wasser, so erhält das Gemisch eine teigartige Konsistenz. Mit wenig Mehl und viel Wasser hingegen bekomme ich nur eine schleimige Flüssigkeit. Zwischen diesen zwei Extremen sind viele Zwischenstadien möglich.

« Gut », sagen Sie nun. « Das ist ja sehr einfach ! Um eine Sauce oder irgendwelche Suppe zu binden, muss ich einfach Mehl verwenden. »

Richtig. Aber ganz so einfach ist es doch nicht, da eine ganz bestimmte Technik nötig ist.

Wenn Sie in irgendwelche siedende Flüssigkeit Mehl geben, so wird es grössere und kleinere Klümpchen bilden, bevor Sie Zeit gehabt haben, das Mehl in der Brühe gleichmässig zu verteilen. Um das rechte Resultat zu erhalten, müssen wir das Mehl in kaltes Wasser geben und die Temperatur langsam steigen lassen, indem wir die Masse ununterbrochen mit einem Schneebesen rühren.

Das wäre eine Methode, aber es ist nicht die beste. Man kann es auf diese Weise nur machen, wenn ganz reines Stärkemehl verwendet wird. In der Praxis aber geht man ganz anders vor, wenn eine Sauce zu binden

## 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.*

Ich suche für meine Freundin, 27 jähriges Fräulein mit fröhlichem, sonnigen Gemüt, flotte Erscheinung und tüchtig in allem, einen lieben, charaktervollen

### Lebenskameraden

Bin zu jeder näheren Auskunft jederzeit gerne bereit. Offerten unter Chiffre A. E. an den Schweizer-Spiegel.

Die Ehe wird meistens ein Leidens-Duett,  
Wo Einigkeit fehlt - und ein **Rofhaar-Bett!**



ist, denn auf die eben beschriebene Art erhält die gebundene Flüssigkeit einen unangenehmen, etwas teigartigen Geschmack.

Wollen wir die Sache gut machen, so rösten wir vorerst das Mehl in etwas Butter braun und löschen dann unter tüchtigem Umrühren mit kaltem Wasser ab. Unter dem Einfluss der Wärme wird diese Flüssigkeit dick werden. Diesen Vorgang wollen wir uns nun etwas näher ansehen.

Wir geben in eine Bratpfanne ein nussgrosses Stück Butter und stellen die Pfanne aufs Feuer. In die geschmolzene Butter kommen zwei gute Esslöffel voll Mehl. Während man tüchtig umröhrt, bildet sich zuerst ganz schwach gebranntes Mehl. Wartet man etwas länger, so wird das Mehl gelb; röhrt man weiter, wird es immer dunkler bis braun. Geben Sie zum hellgebrannten Mehl irgendwelche Flüssigkeit, so erhalten wir eine weisse Grundsauce. Mit dunklerem gebrannten Mehl wird die Sauce braun.

Um das Mehl dunkel zu brennen, erhitzt man die Butter bis sie leicht braun wird. Dann gibt man eine feingeschnittene Zwiebel dazu. Sobald diese Zwiebel sich bräunt, gibt man Mehl bei, welches sehr schnell braun wird. Jetzt erst wird eine Flüssigkeit hinzugeschüttet.

Wie soll das geschehen? Giesst man heißes Wasser dazu, so bekommt man gekochtes Mehl; es ist also eine schlechte Methode. Das Wasser soll deshalb kalt sein und allmählich unter tüchtigem Röhren dazugegossen werden. Dadurch wird die Masse nach und nach dick. Man gibt langsam soviel Wasser hinzu, bis im Moment des Siedens die gewünschte Dicke da ist. Ist die richtige Konsistenz erreicht, wird die Sauce eine Viertelstunde lang gekocht. Da die Flüssigkeit während dem Kochen noch etwas dicker wird, kann sie kurz vor dem Servieren ganz wenig verdünnt werden.

Folgendermassen muss also eine Flüssigkeit gebunden werden: Man röstet Mehl mehr oder weniger braun, gibt die kalte Flüssigkeit nach und nach hinzu und lässt das Ganze eine Viertelstunde lang kochen. Statt Wasser kann irgendeine Suppe, eine

Fleisch- oder eine andere Sauce verwendet werden.

Um die Sauce eines Voessens zu binden, macht man es ein wenig anders. Sobald das Fleisch im Fett oder in der Butter mit Zwiebeln angebraten ist, streut man Mehl darüber und mengt alles gut durcheinander, bis das Mehl braun ist. Jetzt gibt man kaltes Wasser oder kalte Bouillon hinzu, bringt das Voessen zum Kochen und kocht bei kleinem Feuer weiter.

Es gibt noch eine andere Methode, um irgendeine Sauce oder Flüssigkeit zu binden. Sie wird besonders dann angewandt, wenn diese letztere selbst nicht sehr fett ist. Man verröhrt Butter tüchtig mit ein wenig Mehl, so dass eine dicke Creme entsteht. Statt Butter lässt sich auch Rahm verwenden, nur muss dann etwas mehr Mehl dazu kommen. Um die Sauce nun zu binden, gibt man in die siedende Flüssigkeit Stück um Stück der mit Mehl verröhrt Butter oder Löffel um Löffel des mit Mehl verröhrt Rahms. Man lässt schnell aufkochen und serviert.

Das wären die Regeln, wie man eine Bindung mit Mehl, d. h. also mit Stärke, macht.

## 2. Das Binden mit Eigelb

Mehl ist nicht die einzige Substanz, die mit einer Flüssigkeit zusammen diese unter Einwirkung von Wärme dick macht. Wir wissen, dass das Eigelb beim Kochen dick, ja sogar hart wird. Daraus folgt, dass durch Zugabe eines Eigelbes zu einer Flüssigkeit diese unter steter Erwärmung dick wird. Es ist einfach, etwas mit Mehl zu binden. Die Bindung mit Ei hingegen ist viel schwieriger. Man darf nämlich nur solang erhitzen, bis das Eigelb fest, aber nicht ganz hart ist. Man muss also die Flüssigkeit, zu der man Eigelb gegeben hat, nicht kochen lassen, denn sonst gerinnt das Eigelb und damit auch die Sauce. Darauf ist sorgfältig zu achten, wenn man die Bindungen mit Eigelb mit gutem Erfolg durchführen will. Die Flüssigkeit muss stets beobachtet und ununterbrochen mit einem Schneebesen umgerührt werden. Dann bemerkt man das Dickwerden sehr wohl durch den stärker werdenen Widerstand, den man beim Führen des Schneebesens in der Hand fühlt.

Ich  
kuche selbst im  
Zürcher  
Unfthaus  
Zimmerleuten  
Rathausquai 10  
Ch. H. Michel  
Telephon 24.236

Eine herrliche  
Erfrischung  
im Sommer



**Elchino**  
mit etwas Wasser

In Apoth. Orig.-Fl. Fr. 3.75  
Orig.-Doppel-Fl. Fr. 6.25

Die dauernde Beglückung, die demjenigen zu teil wird, der die Bücher von Bô Yin Râ auf sein praktisches Verhalten wirken lässt, ist keine verschwommene Stimmung, sondern ein den ganzen Menschen erfassendes, sicheres Bewusstsein eigener Kraft. Sein neuestes Werk heisst „Der Weg meiner Schüler“ und ist in jeder guten Buchhandlung erhältlich. Ladenpreis Fr. 7.50. Kobersche Verlagsbuchhandlung (gegr. 1816) Basel-Leipzig



OPAL  
mild und fein  
des Rauchers Ideal