**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber
**Band:** 8 (1932-1933)
**Heft:** 3

**Artikel:** Warum immer so Hausbacken? : Winke eines Konditors
**Autor:** Salzgeber, Karl
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-1064905

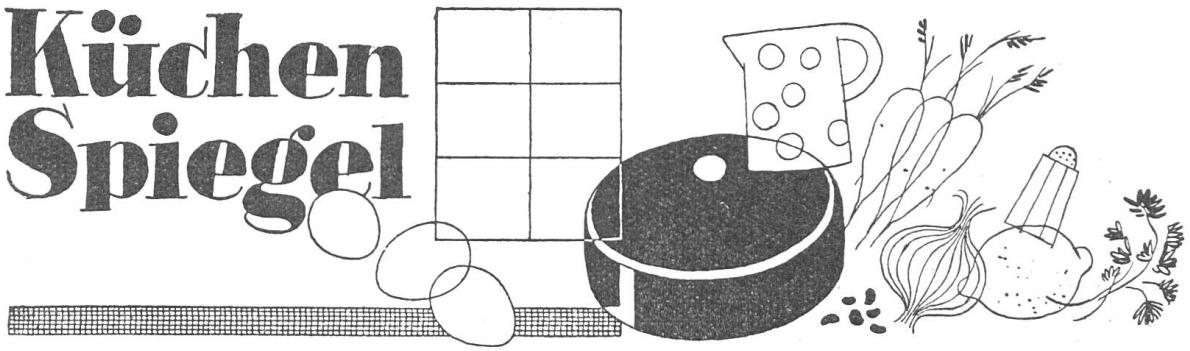
**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern.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

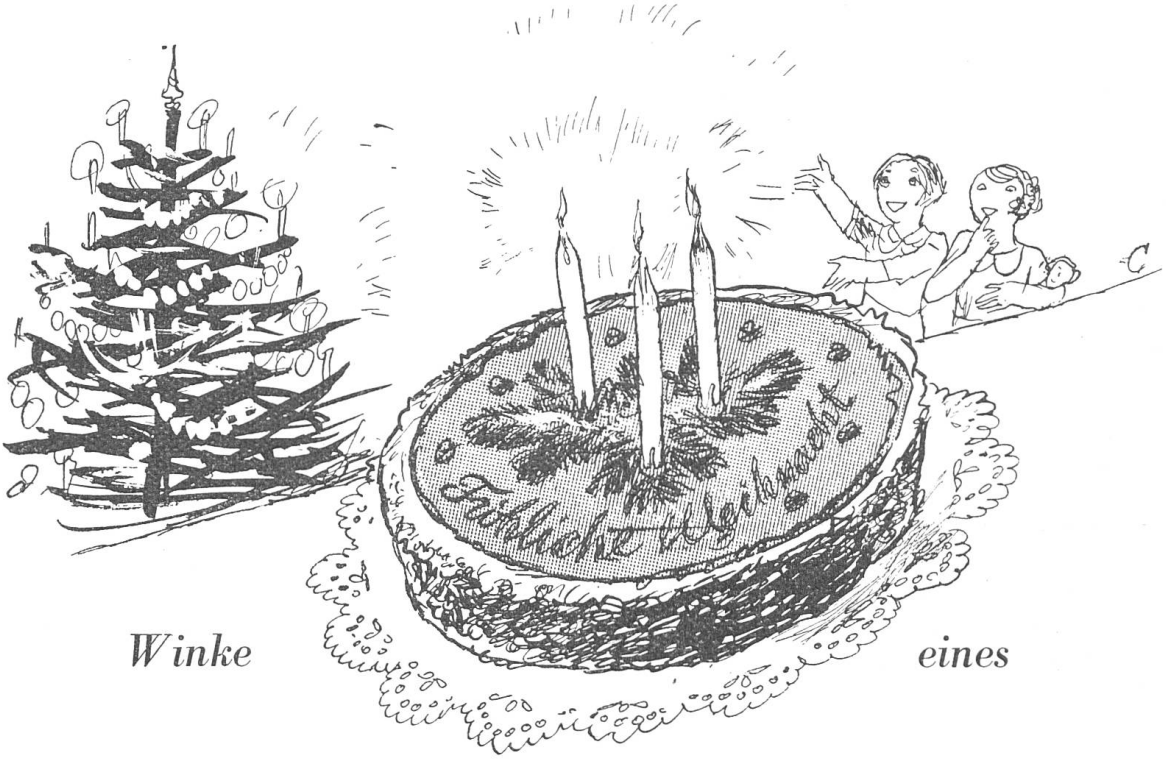
**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 10.08.2025

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




# WARUM IMMER SO HAUSBACKEN?




## *Winke eines Konditors*

*Von Karl Salzgeber*

*Illustriert von A. Carigiet*

Hausfrauen stehen den Ratschlägen eines Fachmannes oft sehr skeptisch gegenüber, und mit Recht. Nur zu oft vergisst der Berufsmann die engbegrenzten Arbeitsmöglichkeiten in einer Privatküche. Ein Fachmann, der den Hausfrauen Ratschläge erteilen will, sollte selbst schon in einer Privatküche gearbeitet haben. Wie viele tüchtige Konditoren habe ich gekannt, die in einer Privatküche sich einfach nicht zu helfen wussten. Es fehlte ihnen dies, es fehlte ihnen das, es fehlte ihnen alles. Darnach fielen auch ihre Leistungen aus. Was ihnen in einer berufsmässig ausgerüsteten Backstube leicht von den Händen ging, bereitete ihnen in einer Privatküche unendliches Kopfzerbrechen. Aus diesem Grunde fällt es einer Hausfrau auch immer schwer,

**gute, warme Wolldecken, haltbar und sehr preiswert, bodenständiges Schweizerfabrikat für die Eltern — und die zärtlich mollige, weiche und hygienisch saubere, weisse Bébédecke für das Kleine — alle mit dem roten Schaf im Goldsiegel.**

**Wählen Sie so, dann sind Sie sicher, für Ihr Geld nichts Besseres finden zu können; aber verlangen Sie ausdrücklich den Vertrauensartikel, Schafroth-Decken mit dem Goldsiegel.**

Schafroth

**Hat die Frisur keinen Halt, verdirbt sie die ganze Gestalt**

L. Seilaz, Paradeplatz 2, Zürich

**Heimkino-Besitzer!**

Eine reiche Auswahl von 16 mm Leih-Filmen steht zu billigsten Mietpreisen zur Verfügung Verlangen Sie die Filmliste.

**Peka-Film,** Theaterplatz 6, **Bern**

*Die Auskunftszentrale des «Schweizer-Spiegel» beantwortet nicht nur Fragen, die Mode und Kosmetik betreffen, sie gibt auch an Abonnenten gern unentgeltliche Auskunft über Fragen aus dem Gebiete der Kochkunst und insbesondere der neuzeitlichen Ernährung.*

einen Fachmann zu bewegen, in ihrem kulinarischen Reiche seine Künste zu zeigen. Der Fachmann fürchtet, sich dort zu blamieren. Viel ungefährlicher hingegen ist es, bloss Ratschläge zu erteilen.

Mir selber ist die Privatküche kein unbekanntes Land. Seit der Zeit, da ich meiner Mutter in der Küche half, sind schon viele Jahre vergangen und ich bin seither mit den Einrichtungen von Privatküchen mancher Länder vertraut geworden, und die vielen Schwierigkeiten, mit denen eine Hausfrau in der Zubereitung von Gebäck und Süßspeisen zu kämpfen hat, sind mir wohlbekannt.

Nach meiner Ansicht ist in erster Linie der Ofen ein Stein des Anstosses. Vom altväterlichen, holzgefeuerten bis zum modernen, eleganten elektrischen Ofen haben sie alle individuelle Besonderheiten. Keiner gleicht dem andern. Keine zwei backen genau gleich. Bevor deshalb die Hausfrau daran denken kann, etwas «Süsses» zu bereiten, muss sie die Eigenheiten ihres Ofens ganz genau kennenlernen. Dann erst kann sie mit Gewissheit ein gutes Resultat erwarten.

Im Sommer und Herbst, wenn die Früchte billig sind, ist der Fruchtkuchen ein beliebtes Gebäck. Aber welcher Teig eignet sich wohl am besten dazu? Er darf nicht zu hart, aber auch nicht zu bröcklig sein, da er sonst während des Backens von den ausscheidenden Fruchtsäften völlig durchweicht wird. Damit er nicht hart wird, muss der Kuchenteig den nötigen Prozentsatz von Fettgehalt aufweisen. Hier können wir nichts Besseres tun, als dem Beispiel der englischen Hausfrau zu folgen. Diese ist immer besorgt, jedes Tröpfchen Fett, das von dem «Roastbeef», den «Beefsteaks«, den «Chops» und «Chumps» und den Koteletten übrigbleibt, sorgfältig zu sammeln und in ihrem «Tripping-Pot» aufzubewahren. Beim Anmachen des Kuchenteiges fügt sie dann immer ein wenig von diesem «Tripping» zur Butter und dadurch wird der Teig fest und doch knusperig. Folgendes Rezept gibt sehr gute Resultate:

1 Pfund Mehl, 200 g Butter, 50 g Fett («Tripping»), 120 g Zucker, 1 Ei, 1 Prise Salz, 1 Viertelstasse Milch, saure, wenn solche gerade vorhanden, ist besser als süsse. Mehl und Butter werden gut miteinander verrieben, dann in der Mitte eine Vertiefung gemacht und Salz, Zucker, Fett,

Ei und Milch darin verrührt und alles leicht vermischt. Der Teig darf weder fettig glänzen, noch zäh oder lederig sein. Ist die Butter zu weich, so ist es besser, sie mit dem Fett und den übrigen Zutaten zu verarbeiten, bevor man sie unter das Mehl mengt. Der Kuchen wird aber viel schöner, wenn die Butter hart ist und mit dem Mehl ganz fein verrieben werden kann, ohne dass sich fettige Klumpen bilden.

Man stelle den Teig während einigen Stunden an einen kühlen Ort und lasse ihn « ruhen », bevor man ihn ausrollt. Die Kuchen werden bei mittlerer Hitze (110° R) gebacken. Bei besonders saftziehenden Früchten wird auf dem Boden des Kuchens zerstossenes Brot gestreut und die Früchte darauf gelegt. Dadurch wird verhütet, dass sich allzu viel Saft bildet, der über den Kuchenrand hinausläuft und ihn unansehnlich macht. Werden Erdbeeren oder Trauben verwendet, so ist es besser, die Kuchenschale ohne die Früchte zu backen. In diesem Falle belege man den Teig mit Pergamentpapier und fülle den Kuchen bis oben hinaus mit rohen Reiskörnern, die man ein wenig gegen den Rand hin drückt, damit sie während des Backens nicht herunterfallen. Diese gebackenen Kuchenschalen lassen sich sehr gut aufbewahren, und im gegebenen Moment braucht die Hausfrau nur noch die Früchte darauf zu legen, mit gekochter Fruchtsauce oder Gelee zu überstreichen und mit etwas Rahm auszugarnieren. Da die Kuchen auf diese Art sehr schnell zubereitet sind, helfen sie der Hausfrau bei unvorhergesehenen Besuchen aus der Verlegenheit. Der Reis kann aufbewahrt und immer wieder zu diesem Zwecke verwendet werden.

### Biskuittorte

Wie manches Mal sagt sich wohl eine Hausfrau, wenn sie eine besonders gute Torte vom Konditor bezogen hat: « Ach, könnte ich doch auch so etwas machen! » Nichts ist leichter. Denn die Hauptsache für die Hausfrau ist doch der Inhalt und nicht die Verzierung. Folgendes Rezept gibt eine gute Tortenmasse, aus der sich vielerlei Torten durch blosse Beigabe von verschiedenen Füllungen und Aromas erzielen lassen:

½ Pfund Zucker, ½ Pfund Mehl, 7 ganze Eier, 2 Eigelb, 60 g Butter, Zitronengeschmack.

Zucker und Eier werden in einem Gefäss im Wasserbad warm aufgeschlagen. Keine


Anita Page, ein Filmstar in Hollywood

verwendet auch

Lux Toilet Soap

Ein tadelloser Teint, rein, weich und zart, ist Bedingung für jeden Filmstar, denn die gewaltige Lichtfülle der Scheinwerfer macht auch den geringsten Fehler im Teint sofort offenbar und die Camera hält ihn auf dem Filme fest.

So sprechen die Filmstars in Hollywood, aber sie wissen sich auch zu helfen, denn

ANITA PAGE: Ich verwende immer Lux Toilet Soap. Sie erhält meine Haut so wunderbar zart, was bei den unerlässlichen Nahaufnahmen der neuen Tonfilme von grosser Bedeutung ist.

9 von 10 Hollywood-Filmstars verwenden

LUX TOILET SOAP

LTS 66a-0312 SG

65 Cts. per Stück

Sunlight A.G. Zürich

10 Minuten, keine Viertelstunde, keine 20 Minuten, wie es in den Kochbüchern so oft heisst, denn bei dieser Arbeit kann die Zeit überhaupt nicht genau angegeben werden, aus dem einfachen Grunde, weil nicht zwei Personen gleich geübt sind im Aufschlagen. Die Eier und der Zucker müssen so lange aufgeschlagen werden, bis sich mit dem Besen von der herabfliessenden Masse ein Buchstabe zeichnen lässt. Ein kleiner Kniff, den die Fachleute anwenden, um die Masse in kürzester Zeit schaumig zu rühren, ist folgender: Man schlage nicht alle Eier sofort in den Zucker, sondern nur soviel, als nötig ist, um den Zucker aufzulösen. In diesem Falle drei Eier. Diese werden nun mit dem Zucker gerührt und im Nu wird die Masse schaumig weiss sein, dann wird ein weiteres Ei hineingerührt und so fort, bis alle Eier aufgebraucht sind. Erst jetzt stelle man das Gefäss in das Wasserbad. Hier muss die Masse nicht mehr gerührt, sondern aufgeschlagen werden. Hat die Mischung die richtige Konsistenz erreicht, so wird sie aus dem Wasserbad genommen und kalt geschlagen, was mit langsamen, gleichmässigen Schlägen geschehen muss. Sobald die Masse kalt ist, wird das Mehl « einmeliert », das heisst, es muss möglichst leicht mit der Masse vermengt, nicht verrührt werden. Es folgt die geschmolzene Butter, die nicht zu heiss sein darf. Manche Hausfrau wird sich nicht gern die Mühe nehmen, die zwei Eigelb abzuziehen; ob zwei ganze Eier gebraucht werden oder nur zwei Eigelb, kommt auf das Gleiche heraus, denkt sie. Dem ist aber nicht so. Die Eigelb enthalten einen sehr grossen Fettgehalt. Die zwei extra Eigelb geben der Torte eine viel feinere und geschlossenere Textur. Die Luft kann sich nicht so leicht eindrängen und das Backwerk austrocknen.

Man hüte sich, in einem zu heissen Ofen zu backen, sonst steigt die Torte zu hoch, um nachher um so tiefer zurückzufallen und käsig zu werden. Die richtige Temperatur ist 100° R.

Diese Biskuittorte lässt sich auf alle mögliche Weise fertig machen. Man kann sie mit gekochter Creme, mit Buttercreme oder auch mit Konfitüre füllen. Eine sehr gute Buttercreme, die der Schlagsahne am nächsten kommt, wird auf folgende Weise hergestellt: den zwei Eiweiss gebe man 60 g feinen Zucker hinzu, schlage alles warm auf bis sich ein dickflüssiges Me-

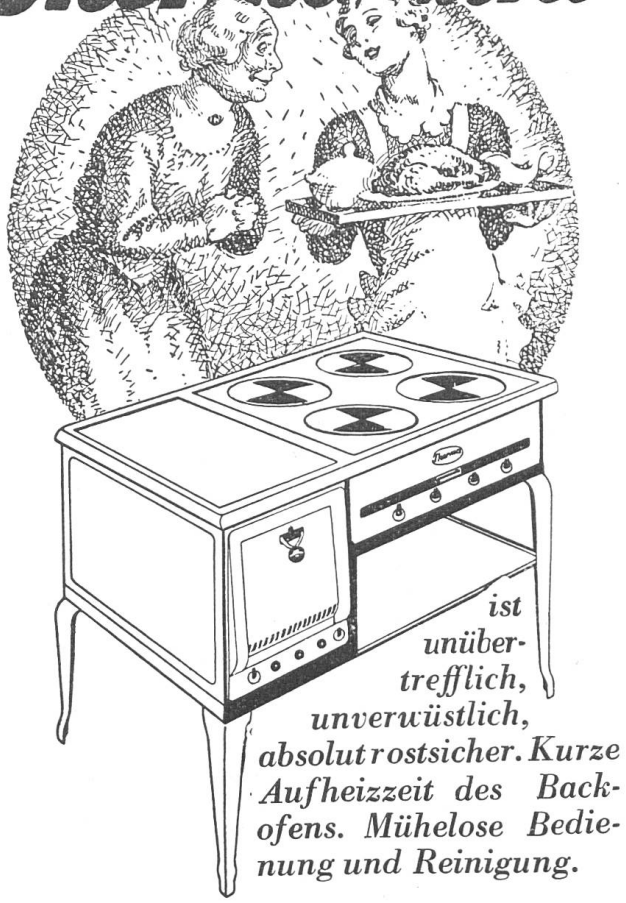
ringue bildet. ¼ Pfund gute frische Butter wird mit einem Besen leicht und schaumig gerührt, dann soviel von dem kaltgerührten Meringue beigegeben, bis man die gewünschte Süssigkeit erreicht hat. Nun noch ein wenig Vanillegeschmack und die Buttercreme ist fertig. Mit dem übriggebliebenen Meringue wird die Torte glasiert. Es können auch einige leicht geröstete Mandeln über den glasierten Kuchen gestreut werden. Nach der Glasur kommt der Kuchen noch für einige Sekunden in den Ofen.

Nicht alle Leute lieben Torten mit weicher Textur. Ein mehr knusperiges Gebäck ist die

### Engadiner Torte

Rezept: 1 Pf. Mehl, ¾ Pf. Butter, ¼ Pf. Puderzucker, Vanille-Essenz und eine Messerspitze Salz. Das Mehl wird auf den Tisch gesiebt, darin eine Vertiefung gemacht, wo Butter und Zucker gut durcheinandergearbeitet und dann mit gespreizten Fingern leicht mit dem Mehl vermengt werden. Nun reibe man den Teig mit den Handballen kräftig durch, wobei zu beachten ist, dass das warme Innere der Hand so wenig als möglich mit dem Teig in Berührung kommt. Überhaupt muss alles Material möglichst kühle Temperatur haben. Die Butter darf nicht weich oder gar geschmolzen sein. Beachtet man diese Vorsichtsmassregeln, so ist es eine Leichtigkeit, den feinen Teig fachgemäss herzustellen. Im andern Falle «verbrennt» er, und es wird unmöglich sein, ihn auszurollen. Nachdem der Teig einige Stunden kühlgestellt wurde, reibe man ihn noch einmal kurz mit den Handballen durch und rolle dann drei Böden von ungefähr 4 mm Dicke aus. Vom übriggebliebenen Teig wird kleines Teegebäck ausgestochen. Die Böden werden bei mittlerer Hitze (110° R) gebacken und dann sorgfältig vom Blech losgelöst. Für die Füllung nehme man ¼ Pf. gute, weisse, geriebene Mandeln, ¼ Pf. Zucker, ein wenig Kirsch oder Kognak, 3—4 Esslöffel gekochte Creme, rühre alles kräftig durcheinander und setze die Böden damit zusammen. Der oberste Boden wird leicht mit dieser Füllung überstrichen, mit feingeriebenen, weissen, schwach gerösteten Mandeln bestreut und das Ganze mit Puderzucker bestäubt. Die Torte ist nun fertig, isst sich aber am besten, nachdem sie ein paar Stunden an einem kühlen Orte gelagert worden


Der elektrische
Therma-Herd



ist unübertrefflich, unverwüstlich, absolut rostsicher. Kurze Aufheizzeit des Backofens. Mühelose Bedienung und Reinigung.

ERHÄLTLICH BEI JEDEM ELEKTRIZITÄTSWERK UND BEI JEDER ELEKTRO-INSTALLATIONSFIRMA

„Therma" A.-G. Schwanden Gl.

Freude — Hilfe
Führer — Freund:

Der Pestalozzi-Kalender

Die Schweiz. Lehrerzeitung schreibt: „Es ist nicht auszudenken, welchen Segen der Pestalozzi-Kalender verbreitet; — er ist ein Miterzieher erster Güte."

Schweizer Landesausstellung 1914 einziger Grosser Preis in der Abteilung Unterrichtswesen.

Der Pestalozzi-Kalender 1933 samt Schatzkästlein (532 Seiten, viele hundert Bilder) ist zu Fr. 2.90 in Buchhandlungen und Papeterien erhältlich und beim

Verlag Kaiser & Co. AG., Bern

ist, so dass die Kuchenböden die Creme etwas aufgesogen haben.

Beim Backen von Kleingebäck muss, entgegengesetzt vielen anderslautenden Anleitungen, das Backpulver immer zuerst gut mit dem Mehl in trockenem Zustande vermengt werden, bevor es mit irgendeiner Flüssigkeit in Berührung kommt. Am besten ist es, wenn man sich zur Gewohnheit macht, Mehl und Backpulver durch ein Sieb zu stäuben. Auf diese Weise werden jene rätselhaften, unansehnlichen Löcher in der Textur des Gebäckes vermieden.

Schnelles Backen bei mittlerer Hitze (110° R) ist bei allem Kleingebäck angezeigt. Eine Ausnahme bilden natürlich leichte Sachen, bei denen viel aufgeschlagenes Eiweiss verwendet wird, und alle Makronensorten. Nach dem Backen muss das Gebäck sofort vom Blech oder von der Platte losgelöst werden, weil es sonst beim Kaltwerden verbröckelt. Hat es sich aber schon festgesetzt, so schiebe man die Platte wieder für einige Minuten in den Ofen zurück, worauf sich das Gebäck leicht entfernen lässt. Kleingebäck kann am besten in Glas- und Porzellangefässen mit festschliessenden Deckeln luftdicht aufbewahrt bleiben. Wo Blechbüchsen verwendet werden, müssen diese von Zeit zu Zeit mit heissem Wasser ausgewaschen, gut getrocknet und ausgelüftet werden. Altes Gebäck lässt sich oft wieder auffrischen, wenn man es einige Minuten im Ofen aufwärmt.

## Makronen

450 g geriebene Mandeln, 900 g Zucker, 85 g Reismehl, ungefähr 11 Eiweiss, Zitronengeschmack.

Mandeln, Zucker und Reismehl sind gut miteinander zu vermengen, dann mit den Eiweiss tüchtig durchzuarbeiten. Am besten ist es, man reibt die Masse auf dem Tisch mit der Hand fest durch, dann schlage man sie in einem Gefäss mit einem Holzlöffel auf. Das gute Durcharbeiten der Masse ist äusserst wichtig, um schöne Makronen zu bekommen. Nun werden die Makronen mit Sack und Tülle (oder auch mit einem Löffel) auf Pergamentpapier dressiert und bei schwacher Hitze (ungefähr 95° R) kurze Zeit gebacken. Da viele Backofen eine grosse Bodenhitze entwickeln, ist es gut, einige Zeitungen unter das Pergamentpapier zu legen. Sobald sich die Makronen nicht mehr leicht eindrücken lassen, sind sie gebacken. Um sie dann vom Papier zu lösen, lege man das Papier während einigen Minuten auf ein feuchtes Tuch, worauf sich die Makronen leicht abheben lassen.

Vor dem Backen der Makronen ist es immer besser, eine Probe zu backen, und zwar aus folgenden Gründen: Gehen die Makronen nicht richtig auf und haben sie eine geschlossene Oberfläche, so ist das ein Zeichen, dass das Material, im besondern die Mandeln, nicht von reiner oder guter Qualität waren. In diesem Falle muss mehr Eiweiss hinzugefügt werden. Sollten die Makronen zuviel fliessen, so ist das ein Zeichen, dass die Mandeln ölig gerieben wurden. Oelige Mandeln zerstören den Bindungsprozess des Eiweiss. In diesem Falle braucht die Mischung weniger Zucker und Eiweiss, man arbeite noch etwas mehr Mandeln hinein. Wegen dem grossen Zuckergehalt sind die Makronen immer bei sehr mässiger Hitze zu backen.

Gibt man obigem Makronenrezept noch 8 g Zimmt, etwas Nelken und Muskat hinzu, so erhält man die «Gewürzmakronen».

Noch ein gutes Schokoladenmakronen-Rezept: 430 g geriebene Mandeln, 450 g Zucker, 100 g geschmolzene Schokolade, 6 Eiweiss, Vanille-Essenz.

Die Zubereitung ist genau gleich wie bei dem vorhergehenden Rezept.

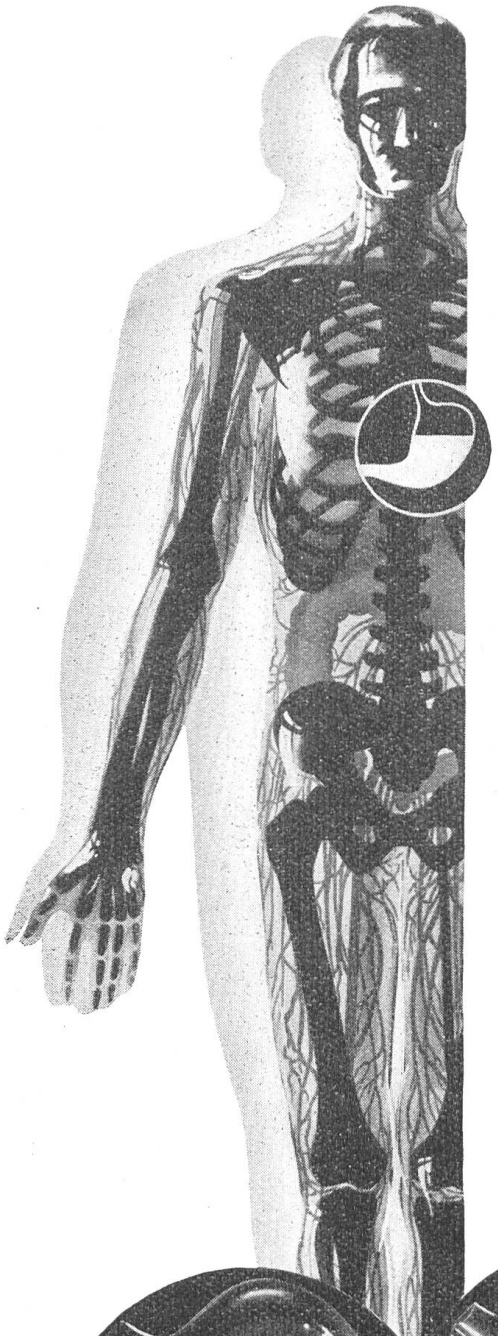
## Mailänderli

1 Pf. Mehl, ½ Pf. Zucker, ½ Pf. Butter, 3 Eier, Backpulver, Zitronengeschmack.

Das Mehl wird mit dem Backpulver auf den Tisch gesiebt, in der Mitte eine Vertiefung gemacht, Zucker und Eier darin gut verarbeitet, und dann mit der Butter vermischt. Zuletzt wird alles leicht zusammengeknetet. Man rollt den Teig zu einer Dicke von ungefähr 4 Millimeter, sticht mit einem Ausstecher die Mailänderli aus und streicht sie vor dem Backen mit zerschlagenem Ei an.

Auf die gleiche Weise werden auch die Zimmtsternli gemacht.

Rezept: 400 g Mehl, 300 g Zucker, 180 g Butter, 4 Eier, ungefähr 5 g Zimmt, Backpulver.



# Was nur wenige wissen — was aber jeder wissen sollte!

Die Dresdener Hygieneausstellung gibt darüber ganz genaue Auskunft: Der Nährwert einer Tasse Tee ist — null! und der Nährwert einer Tasse Kathreiner ist zwar nur doppelt so hoch wie der einer Tasse Kaffee (oder einer Tasse Fleischbrühe!). Zwei Tassen Kathreiner mit Milch und Zucker sind eine durstlöschende und hungerstillende Mahlzeit, die, nach Nährwerteinheiten gemessen, nahrhafter ist als ein viertelpfündiges Kalbsschnitzel!

Und wenn man die Milch „rein" trinkt? Das wäre natürlich auch sehr gut, wenn sie nur besser bekömmlich wäre! Sie wird nämlich tatsächlich von manchen Menschen ziemlich schwer verdaut. Von Erwachsenen merkwürdigerweise oft noch schwerer als von Kindern.

Natürlich hat man längst versucht, die Milch irgendwie verdaulicher zu machen. Lange ohne praktischen Erfolg. Bis es unsern Ernährungsforschern jetzt endlich doch gelungen ist — und zwar durch ein ganz einfaches Rezept. Man soll nämlich die Milch mit Kathreiners Kneipp-Malzkaffee gemischt trinken. So wird sie sehr leicht verdaut! Warum?

Wieder gibt die Hygieneausstellung erschöpfende Auskunft: In ganz klaren Darstellungen sieht man, wie die reine Milch im Magen zu käsigen Klumpen verkleistert, die natürlich den Verdauungssäften schwere Arbeit machen. Es dauert ziemlich lange, bis der mit Käseklümpchen gefüllte Magen wieder leer ist, und so entsteht das bekannte unangenehme, ungesunde Gefühl des stundenlangen Vollseins nach dem Milchtrinken (siehe Bild 1).

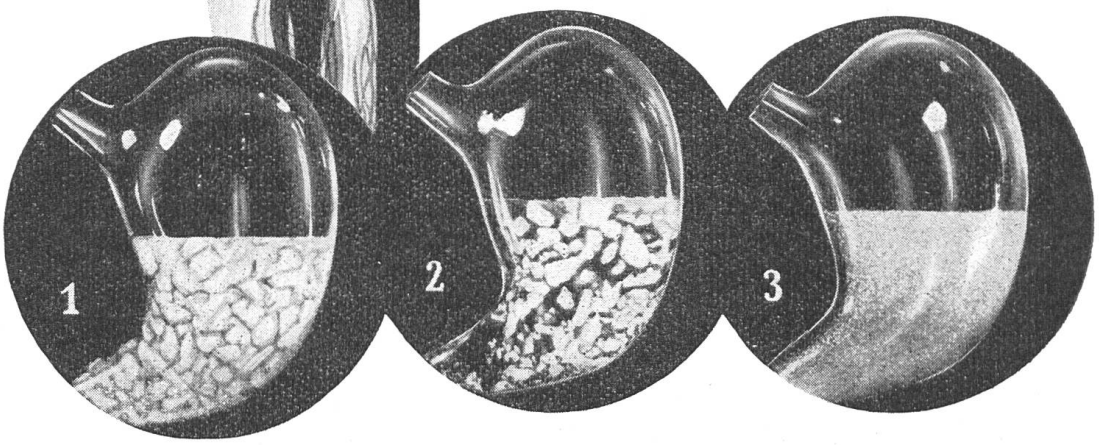
Auch wenn man die Milch mit Tee oder Bohnenkaffee gemischt trinkt, ändert sich ihr Verhalten im Magen nicht (siehe Bild 2).

**Mischt man aber, wie gesagt, die Milch mit Kathreiner, so wird sie dreimal (!) leichter verdaut.** Sie verkäst nicht mehr im Magen, sondern sie zerfällt in lauter kleine, zarte, schneeige Flöckchen, die dem vielgeplagten Magen gar keine Umstände mehr machen (siehe Bild 3).

Wer diese Darstellungen auf der Hygieneausstellung gesehen hat und nicht daraus lernt, dem ist nicht zu helfen!

Wer aber einmal einen Versuch machen will, der hat hier das Rezept für eine wunderbar wohlschmeckende Milch-Kathreiner-Mischung, den sogenannten Milch-Kathreiner, den sich jeder leicht selbst herstellen kann: Der Kathreiner Kneipp-Malzkaffee wird genau nach der Kochvorschrift zubereitet; nur mehr, etwa doppelt soviel nehmen wie sonst. Dann diesen „doppelstarken" Kathreiner mit Milch mischen. Halb und halb! Zucker nach Geschmack! Im Winter heiß, im Sommer eisgekühlt! Und den kann sich auch jeder leisten: drei Tassen kosten nur 15 Rp.

Kathreiners Kneipp-Malzkaffee in Pfundpaketen ist in allen Lebensmittelgeschäften erhältlich.

**Blick in den Magen.**

1. Milch grobflockig, schwer verdaulich!
2. Milch mit Bohnenkaffee grobflockig, auch schwer verdaulich!
3. Milch mit Kathreiner feinflockig, sehr leicht verdaulich!