

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 10 (1934-1935)
Heft: 4

Artikel: Kleine Milchkunde
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1066066>

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](#)

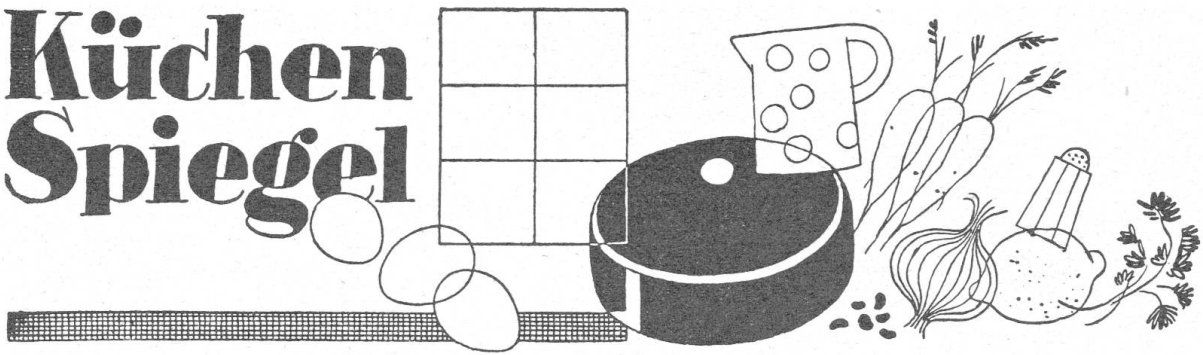
Terms of use

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: 14.01.2026

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

Küchen Spiegel



KLEINE MILCHKUNDE

Von einem Fachmann

Ein alter Milchführer sagte letzthin zu mir: «Sehen Sie, früher waren die Zeiten für uns Milchmänner besser: Hatten wir im Sommer zuviel Milch, so schütteten wir sie in die Limmat hinunter, war im Winter zu wenig Milch da, das heisst war sie teurer, so holten wir die Milch wieder aus der Limmat herauf.»

Heute kommen Milchfälschungen nur noch höchst selten vor, werden doch täglich Stichproben durchgeführt. Jeder Milchmann weiss, dass er seine ganze Existenz riskiert, wenn in seinem Betrieb eine Fälschung ans Tageslicht kommt.

Worin bestehen diese Fälschungen? Entweder in Wasserzusatz oder in der Entrahmung, eventuell in beidem zusammen, oder aber auch darin, dass der Lieferant der Milch Magermilch zusetzt. Gerade letzthin ist ein solcher Fall vorgekommen. Magermilch ist ein Nebenprodukt bei der Butterfabrikation. Dieser Betrug ist schwer festzustellen und der Gewinn sehr gross, da ein Liter Magermilch nur 4 Rappen kostet, ein Liter Vollmilch aber 22 Rappen. Doch auch hier

geht der Krug nur so lange zum Brunnen, bis er bricht.

Vielleicht wissen Sie, dass in Deutschland in Amerika und auch in andern Ländern viel häufiger kalte Milch getrunken wird als bei uns in der Schweiz. Es ist aber nicht etwa gewöhnliche rohe Milch, sondern pasteurisierte, d. h. während längerer Zeit auf 60–80 Grad erhitzte Milch, die in Flaschen abgegeben wird. Durch schonendes Pasteurisieren werden die schädlichen Bakterien zum grössern Teil vernichtet, nicht aber die Vitamine, wie das durch das Kochen geschieht.

Auch wir haben pasteurisierte Milch, sie kostet aber 80 Rappen per Liter und wird wahrscheinlich ihres hohen Preises wegen wenig verlangt. In Italien trägt jede Flasche mit pasteurisierter Milch einen hermetischen Verschluss, auf welchem der Wochentag der Auslieferung angegeben ist. In Amerika wird fast ausschliesslich pasteurisierte Milch in Flaschen verkauft. Sie wird dort aber auch viel häufiger als bei uns, und immer kalt getrunken. Statt der Bierflaschen zum Bei-

Jede Tasse Kathreiner

ist — eine Tasse

Wohlbehagen!



Die anerkannt vorzügliche Nerven-
nahrung Elchina beruhigt, nimmt die
Müdigkeit und Abgespanntheit, macht
arbeitsfroh und leistungsfähig. Befol-
gen Sie daher die goldene Regel:
3 mal täglich

ELCHINA

Original-Packung Fr. 3.75, Original-Doppel-
packung Fr. 6.25, Kurpackung Fr. 20.-
Produkt der Hausmann A.-G. St. Gallen



spiel, die bei uns auf den Bauplätzen herumliegen, sind es dort Milchflaschen.

Obschon wir in einem Lande leben, wo Milch und Honig fliessen, weiss man bei uns viel zu wenig, welch erfrischendes Getränk die rohe Milch sein kann. Das kommt wohl daher, weil wir schon von unsern Urgrossmüttern her die Sitte übernommen haben, die Milch vor dem Gebrauch aufzukochen. Ein dampfender Milchtopf gehört bei uns zum rechten Milchkaffee, während in den Vereinigten Staaten immer rohe Milch zum Kaffee verwendet wird.

Nun ist aber, theoretisch genommen, die ungekochte Milch die gesündeste, sie ist kräftiger, nahrhafter und für den vorurteilsfreien Kenner auch besser als die gekochte. Warum wird sie dennoch gekocht? Weil rohe Milch ein guter Bazillenträger ist. Es wird behauptet, dass speziell die Tuberkulose und auch Typhus durch den Genuss roher Milch übertragen werden kann, trotzdem man es nie sicher nachweisen konnte. Durch das Kochen werden die Bazillen in der Milch getötet, mit ihnen aber auch wichtige Nährstoffe, die Vitamine und Enzyme.

Wenn mich deshalb jemand fragt, ob unsere gewöhnliche Milch roh getrunken werden dürfe, so möchte ich sagen: Geben Sie auf alle Fälle den Kindern keine rohe Milch zu trinken, da sie gegen Bazillen weniger widerstandsfähig sind als wir. Uns Erwachsenen hingegen schadet rohe Milch nicht, solange wir sicher sind, dass sie sauber ist und dass sie aus einem gepflegten Stall kommt. Denn eines ist sicher: Die Milch ist um so zuträglicher, je unpräparierter sie ist.

Wenn ich deshalb in einer Alphütte übernachtete und ich sehe, dass erstens die Kühe und auch der Älpler vor Gesundheit strotzen, und dass zweitens eine gewisse Sauberkeit beim Melken herrscht, so würde ich mit grösstem Genuss kuhwarme Milch trinken. Es gibt aber schweizerische Alpen, wo in der sogenannten würzigen Alpenmilch das Würzige vor allem von dem sich darin befindlichen Schmutz und Unrat herrührt. Aber ein richtiger, begeisterter Alpenmilchtrinker wird das kaum merken.

In der Schweiz wird an Private fast 98 % der Milch roh geliefert. Die bei uns

verteilte Haushaltungsmilch ist gereinigt und tief gekühlt. Die Erfahrung hat gezeigt, dass die Milch, die unmittelbar nach dem Melken auf 4 bis 6 Grad gekühlt ist, bis 48 Stunden lang frisch bleibt. Durch die in den Molkereien vorgenommene Tiefkühlung werden aber die Bakterien nicht etwa abgetötet, sondern nur gehemmt, d. h. sie vermehren sich nicht innert 24–36 Stunden, das ist gerade die Zeit, welche die Milch bei uns braucht, um vom Produzenten zum Konsumenten zu gelangen.

Die Stadt Zürich holt die Milch aus einem Umkreis von 40–50 km, während in andern Großstädten, zum Beispiel in Wien oder in Berlin, die Milch von 500–600 km herkommt, also einen ganzen Tag lang transportiert werden muss. Da genügt Tiefkühlung allein nicht mehr. Deshalb wird in den Großstädten des Auslands gewöhnlich pasteurisierte Milch getrunken.

Manchmal hört man Frauen klagen: «Ich weiss gar nicht, was mit der Milch wieder los ist, sie scheidet jeden Tag.» Der kundige Milchmann schaut sich in einem solchen Falle zu allererst das Milchgeschirr an. Im Milchkrug darf weder ein weisser Rand vom vorigen Tag her, noch anderer Schmutz kleben. Selbst wenn die Unsauberkeit nur von der Milch herrührt, so ist sie ein Bakterienherd, und in einem schmutzigen Krug wird die Milch an einem heissen Sommertag scheiden. In einem reinen Gefäss hingegen und bei kühler Temperatur bleibt rohe Milch in der Haushaltung einen Tag lang frisch.

Im Sommer ist es am besten, die rohe Milch, sobald sie vom Milchmann kommt, sofort aufzukochen und nachher am laufenden Wasser abzukühlen. Das ist notwendig, da sich sonst die Bakterien in der angenehmen Zwischentemperatur rasch entwickeln.

Die Milch wird sauer, wenn die darin enthaltenen Pilze und Bakterien einen Teil des Milchzuckers in Milchsäure verwandeln. Beim Erwärmen wird dann das Kasein in einen unlöslichen Zustand übergeführt, es scheidet sich aus und die Milch gerinnt. Auch gekochte Milch kann sauer werden, denn beim Kochen werden nicht sämtliche Bakterien getötet. Aber es braucht längere

Ist der Glanz Ihrer Zähne
hinter dem Film verborgen?

„Normalerweise glänzen die Zähne“, sagen die Zahnärzte. Matte, glanzlose Zähne sind die Folge des Films, welcher sich ständig bildet und Flecken absorbiert. Der Film beherbergt Fäulniskeime; deshalb muß er entfernt werden.

Der Film klebt so fest an den Zähnen, daß das gewöhnliche Bürsten nicht genügt, um ihn erfolgreich zu entfernen. Die Pepsodent-Zahnpasta mit ihrem neuen Reinigungs- und Poliermaterial — zweimal so weich als diejenigen Substanzen, welche gewöhnlich verwendet werden — entfernt den Film gründlich . . . auf unschädliche Art und Weise. Gleichzeitig poliert sie die Zähne bis zu strahlendem Glanz.

Kaufen Sie heute eine Tube Pepsodent und beobachten Sie wie Ihre Zähne wieder weiß werden, sobald der Film verschwindet.



9
GEBRAUCHEN SIE PEPSODENT
ZWEIMAL TÄGLICH -

SUCHEN SIE IHREN ZAHNARZT
ZWEIMAL JÄHRLICH AUF

Zeit als bei roher Milch, bis die Bakterien in so grosser Anzahl da sind, dass die Milch scheidet. Saure Milch ist im Sommer sehr erfrischend. Man kann sie selber machen, indem man rohe Milch bei Zimmertemperatur in einem flachen Gefäss stehen lässt, bis sie dick ist.

Kindern, die gerne rohe Milch haben, wird man nicht die gewöhnliche, sondern die pasteurisierte Milch zum Trinken geben. Für ganz kleine Kinder, für Säuglinge, ist **Vorzugsmilch** das Richtige, denn nur die beste Milch ist für sie gut genug. Vorzugsmilch muss nicht gekocht werden, sie kommt aus Spezialställen, die aufs Peinlichste auf Reinlichkeit kontrolliert werden, und wo das Vieh und das Personal garantiert gesund und rein sind. Die meisten Molckereien haben heutzutage einen solchen Vorzugsmilchbetrieb. Vorzugsmilch kostet 80 Rappen pro Liter, also fast viermal soviel als gewöhnliche Milch. Sie wird nur in verschlossenen Flaschen abgegeben.

Das **Joghurt**, das durch die Rohkost wieder beliebt geworden ist, ist eine Art von saurer Milch, es enthält im Unterschied zur gewöhnlichen sauren Milch ein ganz bestimmtes Bakterium, das Bakterium *Bulgaricum*. Das Joghurt ist nicht nur in Flaschen erhältlich, sondern kann auch selber zubereitet werden. Man kauft sich in einem Reformgeschäft eine ganz kleine Dosis Joghurtbazillen, gibt diese in noch laue gekochte Milch und lässt sie stehen, bis sich das Joghurt gebildet hat, dann siebt man es so, dass die Bazillen auf dem Sieb bleiben. Nach dem Gebrauch müssen sie mit Wasser gespült werden und können immer wieder Verwendung finden. Sie haben den Vorteil, dass sie sich mit der Zeit von selber vermehren. Das selbstgemachte Joghurt kommt billiger, ist aber etwas anders im Geschmack als das gekaufte.

Kefir ist Milch, die durch Hefenzusatz zur Alkoholgärung gebracht worden ist. Er ist schwach alkoholhaltig,

doch habe ich nie gehört, dass jemand davon einen Rausch bekommen hätte. Denn Kefir hat einen Sättigungsgrad, und mehr als einen halben Liter trinkt niemand, bei Bier ist es bekanntlich anders.

Der Genuss von Kefir und Joghurt ist Modesache. Früher war der Kefir beliebter, heute tritt immer mehr Joghurt an seine Stelle. Beide haben ungefähr die gleiche Wirkung, sie sind leicht verdaulich und haben einen günstigen Einfluss auf die Bakterien im Darm des Menschen.

Die **Tafelbutter** steht unter genauer Kontrolle. Sie haben wahrscheinlich schon Tafelbutter-Mödeli gesehen, welche einen besonderen Stempel, ein Blümchen, eine Enzian darstellend, aufweisen. Das ist die schweizerische **Marken-Tafelbutter**, sie heisst **Floralp**. Nur die von der Schweizerischen Butterzentrale prämierte Tafelbutter erhält diese Bezeichnung. Es ist die beste Tafelbutter, die es gibt.

Tafelbutter sollte nur während der Essenszeit im Zimmer aufgestellt werden, sonst muss sie in einem kühlen Raum oder übernachts vor dem Fenster sein. Niemals aber an der Sonne, sie macht die Butter nicht nur flüssig, sondern bewirkt eine Zersetzung, welche die Butter sehr schnell schlecht macht. Butter nimmt gerne fremde Gerüche auf und soll deshalb nie neben Appenzellerkäse oder gar in der Nähe von Petrol im Schrank liegen. Wahrscheinlich ist Ihnen schon aufgefallen, dass Butter aus einem Spezereladen hie und da ein übles Aroma hat, das kommt nur von unrichtiger Aufbewahrung. Im Kühlraum wird die Butter zwei, drei Tage halten.

Früher war die Anzahl und die Grösse der Buttertöpfe, die jedes Frühjahr mit eingekochter Butter gefüllt wurden, ein Gradmesser für den Wohlstand einer Familie. Damals hatte das Buttereinkochen im Frühling seine Berechtigung, denn im Mai war die Butter am billigsten. Früher richteten sich die Butterpreise nach dem Gesetz von Angebot

und Nachfrage. Im Frühjahr, zur Zeit der grössten Produktion, war die Butter am billigsten. Heute wird der Preis von der Butterzentrale in Bern diktiert. Er richtet sich mehr oder weniger nach wirtschaftspolitischen Gesichtspunkten. Die Preise für Tafel- und Kochbutter sind zum Nachteil für die Konsumenten und zum Vorteil für die Bauern seit längerer Zeit stabil. Sie wissen vielleicht, dass gegenwärtig in der Schweiz 250 Wagenladungen Butter daliegen und noch keine Verwendung haben. Eigentlich müsste der Butterpreis tief unten stehen, doch durch das Diktat der Butterzentrale bleibt er stabil.

Maibutter ist gelblich, Winterbutter mehr weiss. Manche Leute glauben, die gelbe Butter sei würziger als weisse. Dieses Vorurteils wegen darf weisse Butter durch eine unschädliche Farbe künstlich gelbgefärbt, sollte aber nicht als Gras- oder Maibutter bezeichnet werden. Übrigens kommt die gelbe Farbe der Maibutter hauptsächlich vom Löwenzahn her.

Tafelbutter darf höchstens fünf Säuregrade aufweisen. Je älter sie ist, desto höher ist auch ihr Säuregrad. Hat Tafelbutter den vorgeschriebenen Säuregrad überschritten, so kann sie nur noch als Kochbutter verkauft werden.

Es gibt verschiedene Sorten Kochbutter. Zu den besten gehört die Molkenbutter, die als Nebenprodukt bei der Käserei entsteht. Sie kann ganz frisch sein, hat aber von Anfang an einen andern Geschmack als Tafelbutter. Längere Zeit gelagerte Tafelbutter wird als Kochbutter verkauft. Diese Kochbutter ist also nicht etwa weniger nahrhaft, aber einfach weniger frisch als Tafelbutter.

Beim Einkaufen sollte die Hausfrau die Kochbutter womöglich probieren. Sie darf weder ranzig noch talig schmecken, sondern muss einen reinen Buttergeschmack haben. Sie soll auch nicht flockig oder angelaufen aussehen.

In der Qualität der Butter ist wohl kaum ein Land so verwöhnt wie die Schweiz. Das wissen alle, die viel im Ausland gereist sind. Da bekommt man oft Butter vorgesetzt, den eine Schweizer Hausfrau sogar als Kochbutter entrüstet zurückweisen würde.

Neue praktische Erfindung **EIERKoch**

ausfeuerfestem Jena^{er} „Durax“ Glas
Kochen ohne Schale im
Jena^{er} „Durax“ Eierkoch
ges. gesch.



Was es vorher nicht gab:

Überraschende Eiergerichte mit Speck, Schinken, Fisch, Käse, Würzen, Kräutern und anderen Zutaten. Vor dem Kochen die Güte des Eies prüfen. Nachkochen, wenn das Ei zu weich blieb. Keine Eiermützchen mehr: das feuerfeste Jena^{er} Glas hält lange warm.

Gebrauchsanweisung:

Das rohe Ei in den Eierkoch schlagen. Das Ei nochmals prüfen. Deckel auflegen. Bügel aufsetzen. Eierkoch eintauchen in kochendes Wasser. Zeitdauer: ob weich oder hart, 3 bis 6 Minuten. Eierkoch dann herausnehmen wenn gewünscht in kaltem Wasser abkühlen und auf den Tisch bringen. Nachher Bügel abdrücken und den Deckel abheben.



In den Haushaltsgeschäften zu haben.
Druckschriften 223 und Auskunft kostenfrei von dem Vertreter
für die Schweiz

Otto Hirschmann, Zürich,
Kornhausbrücke 5