Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 11 (1935-1936)
Heft: 1

Rubrik: Eintopfgerichte : Rezepte von fünf Hausfrauen

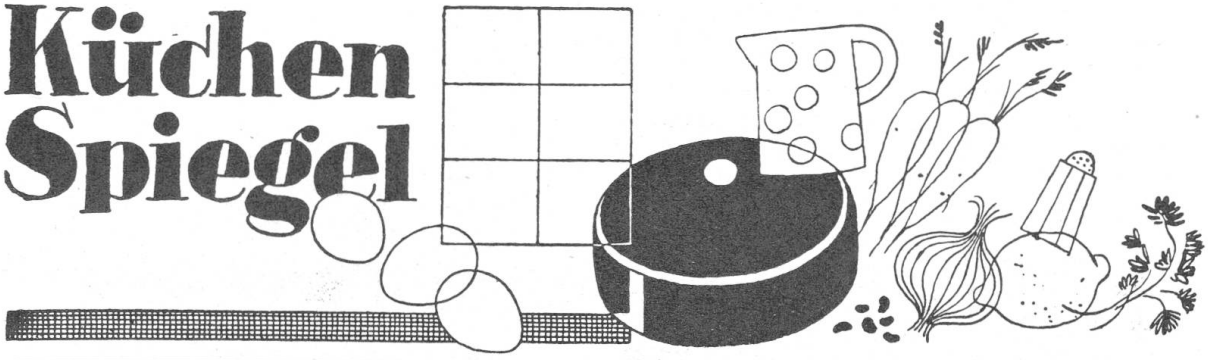
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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: 09.01.2026

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



EINTOPFGERICHTE

Rezepte von fünf Hausfrauen

Die folgenden Rezepte sind sämtliche von « Schweizer-Spiegel »-Leserinnen ausprobiert. Mit einer kleinen Ergänzung, mit grünem Salat oder Obst oder Käse als Dessert bilden sie alle eine komplette Mahlzeit. Eintopfgerichte haben viele Vorteile. Sie geben wenig Arbeit, sie sind billig und geraten gewöhnlich auch einer ungeübten Köchin gut.

Natürlich wollen wir sie nicht jeden Tag, aber, besonders im Winter, vielleicht doch etwas häufiger als bisher. Schneiden Sie die Rezepte, die Ihnen gefallen, heraus, oder schreiben Sie sie ab. Dann wird es Ihnen eine Zeitlang nicht mehr an Auswahl fehlen. H. G.

Kuttelsuppe

1 Pfund Kutteln, gekocht, fein nudlig geschnitten, in Bouillon oder Knochenbrühe nochmals aufkochen. 1–2 Lauchstengel werden in Ringli geschnitten, in Fett gedämpft und zur Suppe gegeben. Für jede Person werden in den Suppenteller Dünkli oder in Fett gebackene, feine Brotschnittli gelegt, 1–2 Eier darauf geschlagen, reichlich geriebener Käse darüber gestreut und die Kuttelsuppe auf dem Tisch darüber geschöpft.

J. R. H. in Sch.

Bohnensuppe

1 Pfund grosse, farbige Bohnen tags zuvor einweichen. Morgens zeitig mit einem Pfund Brustbein zum Kochen bringen, salzen, bei kleinstem Feuer (Ofenrohr, auch Kochkiste) weiterkochen. 1 Stunde vor Essenszeit: 1–2 Zwiebeln, fein geschnitten, 3–4 Knoblauchzehen, gehackt und zerdrückt, 100 g luftgetrockneten Speck, in Würfelchen geschnitten, werden zusammen in Butter oder Fett geschwitzt. 1 gehäufter Esslöffel Mehl dazugeben, mit Suppen (Bohnen-)brühe

ablöschen und alles zur Suppe geben. Um ½12 Uhr 1 kl. Büchse Tomatenpüree und 1 Pfund ganz breite Nudeln oder sehr dicke Makkaroni dazu geben und weiterkochen. 150 g geriebener Sbrinzkäse mit Suppenbrühe anrühren und die Suppe darüber anrichten.

Die Suppe muss dick und die Brühe sämig sein. Die angegebenen Zutaten geben 2 Teller für je 6 Personen.

J. R. H. in Sch.

Ramequin vaudois

10–12 schöne, rohe Kartoffeln werden geschält und mit der Röstiraffel gescheibelt (wie für rohe Rösti). ½ Pfund guter, milder Greyerzerkäse wird ziemlich grob gerieben. In die ausgestrichene Auflaufform legt man nun eine sehr dünne Schicht Kartoffelscheibchen, Salz, wieder Scheibchen, dann eine ausgiebige Lage geriebenen Käse. Darauf wieder Kartoffeln wie oben (Salz nicht vergessen). Zuletzt den mit Paniermehl vermischten übrigen Käse und darüber etwa 6–8 nussgrosse Stücklein Butter oder butterhaltiges Pflanzenfett und eine halbe Tasse Milch. Dann in den vorgewärmten Ofen und bei nicht zu grosser Hitze kochen bis die Kartoffeln weich sind.

A. D. in Olten.

Pickelsteiner Gulasch

500 g Schweine- oder Kalbfleisch, 30 g Fett, 1 Zwiebel, 750 g Sauerkraut, 750 g Kartoffeln, Salz, Paprika, event. Weisswein.

Das Sauerkraut und die fein geschnittenen Zwiebeln werden im Fett leicht angedünstet, die nötige Flüssigkeit daran gegeben und 1½ Stunden kochen gelassen. In einer Bratpfanne wird das in Vorlegstücke zurechtgeschnittene Fleisch angebraten, mit Paprika bestreut, zum Sauerkraut gegeben, die würflig geschnittenen Kartoffeln darauf gelegt und zusammen 1½ Stunden auf sehr schwachem Feuer oder im Ofenrohr gekocht. Kurz vor dem Essen soll das Gericht auf seinen Geschmack geprüft und eventuell noch Weisswein und Salz beigefügt werden.

P. S. in Z.

VOLLSCHEIBENRÄDER
die grosse Mode!
Achten Sie auf die Marke! **Wisa-Gloria** dürfte nicht umsonst von den meisten Schweizer Ärzten für ihre eigenen Kinder bevorzugt werden. Wählen auch Sie den hygienischen Qualitätskinderwagen **Wisa-Gloria.** Katalog durch Detailgeschäfte oder
WISA-GLORIA, LENZBURG

Die Suppe strecken?
wie leicht mit einer Messerspitze
FLEISCHEXTRAKT
Liebig
aus frischem Ochsenfleisch
Weitere Liebig-Produkte:
Oxo Bouillon und -würfel
Probieren Sie auch den Riesenwürfel Super Bouillon Liebig

Eierschwämme mit Bohnen

½ Pf. Pilze (am besten Eierschwämme), ½ Pf. grüne Bohnen, 4 Tomaten, 1 Zwiebel, Fett, Salz.

Zubereitungszeit: 1 Stunde. Quantum: für 3–4 Personen.

Junge, frische Pilze werden sorgfältig geputzt und gewaschen, die kleinen lässt man ganz, grössere halbiert oder vierteilt man. In das heisse Fett gibt man zuerst die fein geschnittene Zwiebel und dämpft sie gelb, hierauf gibt man die Pilze und die Bohnen bei. (Die Bohnen werden abgefädelt, gewaschen und quer in 3–4 Teile geteilt.) Man lässt dies 10 Minuten zugedeckt weiter dämpfen, dann gibt man die gewaschenen, geviertelten Tomaten bei, giesst soviel heisses Wasser hinzu, dass das Gemüse gerade knapp bedeckt wird und lässt nun auf kleinem Feuer das Gericht ¾–1 Stunde zugedeckt schmoren. Kurz vor dem Anrichten wird ein klein wenig Mehl hinein gestäubt, gesalzen und eventuell etwas Rahm (es kann auch saurer sein) beigegeben. E. B. in E.

Bodenkohlraben mit Speck und Kartoffeln

Zutaten: 250 g Speck, 750 g Bodenkohlraben, 750 g Kartoffeln, Salz, 1 Löffel Mehl, ½ Tasse Rahm.

Zubereitung: Der würflig geschnittene Speck wird glasig gebraten, die gehackte Zwiebel kurz mitgedämpft und die in Würfel geschnittenen Kohlraben und die Kartoffeln beigefügt, der Kochtopf bis zur Hälfte mit Wasser angefüllt, gesalzen und das Gericht auf schwachem Feuer eine Stunde kochen gelassen. Das Mehl wird mit dem Rahm glatt angerührt und über die kochende Speise gegossen, sorgfältig gemischt, noch 5 Minuten kochen gelassen und dann angerichtet.

P. S. in Z.

Tomatenauflauf

6 Tomaten, 2 Zwiebeln, Schnittlauch, 60 g geriebener Käse, 2 Eier, etwas Rahm (kann sauer sein), Salz, Fett.

Zubereitungszeit: ¾ Stunde. Quantum: für 3–4 Personen.

Eine Auflaufform wird ausgebuttert. Die Tomaten werden gewaschen, in Scheiben geschnitten, eine Lage davon

in die Form gegeben, mit fein gewiegtem Schnittlauch überstreut. Dann kommt eine Lage von geschälten, in dünne Scheiben geschnittenen Zwiebeln und so weiter. Hierauf werden die Eier mit Rahm tüchtig verklopft, der Käse beigegeben und als Guss über das Ganze geleert. Man lässt nun das Gericht in gut vorgeheiztem Backofen bei mittlerem Feuer ½ – ¾ Stunde aufziehen. Es wird in der Auflaufform serviert. E. B. in E.

Schaffleisch, Bohnen und Rübli

1 Pfund Schaffleisch (Brust) wird in Vorlegstücke geschnitten, gesalzen, eingemehlt und in Fett gebraten (dadurch verliert Schaffleisch viel von seinem ausgeprägten Geschmack). Die Fleischstücke werden in einen grossen Kochtopf gelegt und das Bratfett und Bratenjus noch zurückbehalten. Ein Pfund gefädelte, grüne Bohnen daraufgelegt, gesalzen, dann 1 Pfund geschabte und je nach Grösse geschnittene Rübli daraufgegeben und gesalzen. Im Bratenfett und Jus röstet man 1 grosse, feingeschnittene Zwiebel, etwas Knoblauch (event. gerieben), 1 feingeschnittenes Büscheli Petersilie, löscht mit 6 Esslöffel Wasser ab und gibt diese Sauce in den Topf. Dieses Gericht wird 2 – 3 Stunden auf schwächstem Feuer gekocht (Kochkiste 4 Stunden). Eventuell können einige geschälte und halbierte Kartoffeln etwa ½ – 1 Stunde vor dem Essen mitgekocht werden. J. R. H. in Sch.

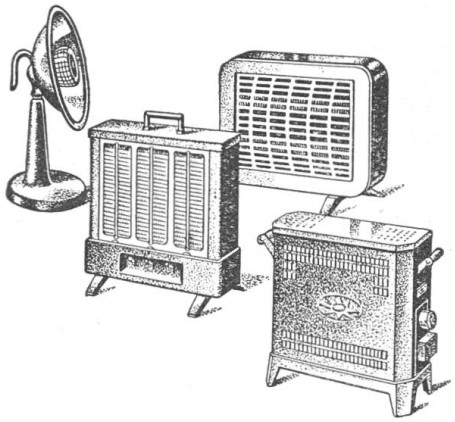
Schweinefleisch mit Kabis

Dies Gericht wird ähnlich zubereitet wie obiges Gericht mit Schaffleisch. Anstatt Schaffleisch nimmt man Schweinefleisch, anstatt Bohnen und Rübli wird Kabis fein geschnitten und Kartoffelviertel verwendet. Petersilie lässt man weg, kann aber nach Belieben etwas Kümmel beifügen. J. R. H. in Sch.

Reis mit Tomaten und Wurst

Zutaten: 30 g Kochbutter, 1 Zwiebel, 250 g Vollreis, ½ Liter Brühe oder Wasser, ¾ kg Tomaten, 2 Zervelats, Salz.

Zubereitung: Die fein geschnittene Zwiebel wird in der Butter mit dem Reis zusammen angedünstet, mit Wasser abgelöscht, gesalzen und die gewaschenen



Für kühle Tage

einen THERMA-Strahler oder -Heizofen. Ihre eleganten, der modernen Innenarchitektur angepassten Formen und Farben verleihen jedem Raume grosse Behaglichkeit.

Kostenlose Beratung und Prospekte durch Elektrizitätswerke, Elektroinstallationsfirmen und die

Therma
AG. Schwanden Gl.

Ausstellungsräume:
Bern, Monbijoustrasse 47
Lausanne, 13 Rue Pichard (Esc. du Lumen)
Zürich, Sihlstrasse 43 II.

UNVERGLEICHLICH!

Eine alte Spezialität, deren Zubereitungsmethoden sich während 60 Jahren dauernd verbesserten und welche das Resultat von langjährigen Erfahrungen ist, muss ganz besonders wertvoll sein.
Das ist nun der Fall mit dem «Vin de Vial», der diese Vorteile mit denjenigen eines guten Rezeptes vereinigt. Der «Vin de Vial», anregend durch die Chinarinde, muskelbildend durch die Fleischextrakte, stärkend durch die Lakto-Phosphate, besitzt alle diese Vorzüge. Ein Rezept, das sich als glücklich erwiesen hat, das mit den modernsten industriellen Mitteln vortrefflich zubereitet wird, fürchtet keinen Vergleich und empfiehlt sich allen, für die es notwendig ist: REKONVALESZENTEN, BLUTARMEN und SCHWÄCHLICHEN.

VIN DE VIAL

und fein geschnittenen oder gehackten, rohen Tomaten samt dem Saft beigefügt und zusammen gekocht, bis der Reis fast gar ist. Dann gibt man die geschälte und in Rädchen geschnittene Wurst hinzu, kocht nochmals 10 Minuten und richtet dann an. P. S. in Z.

Linsen mit Speck

Linsen tags zuvor einweichen. Dieselben mit dem Einweichwasser kochen, salzen. 1 Zwiebel, fein geschnitten, 1 Esslöffel Mehl in Fett dünsten, ablöschen und an die Linsen geben. Geräucherter Speck, in 1 cm dicke Scheiben geschnitten, wird mitgekocht und später noch einige Kartoffeln (in Viertel geschnitten) dazugegeben. J. R. H. in Sch.

Gurken mit Fleisch

½ Pfund Rindfleisch (am besten Huft), 5 Kartoffeln, 1 Gurke, Fett (oder Öl), Salz.

Zubereitungszeit: ¾ Stunde. Quantum: für 3–4 Personen.

Das Fleisch wird gewaschen, gesalzen, in Klötzchen geschnitten und in heissem Fette etwa ¼ Stunde gut angebraten, hierauf mit wenig kaltem Wasser abgelöscht. Nun gibt man die Kartoffeln, welche gewaschen, geschält und in Klötzchen geschnitten sind, bei, zuletzt kommt die Gurke. Sie wird geschält und in fingerdicke, 3 cm lange Stücke geschnitten. Das Ganze lässt man 20 Minuten gut zugedeckt schmoren. Beim fertigen Gericht darf kein Wasser in der Pfanne stehen. E. B. in E.

Pilaw (für 6 Personen)

200 g Magerspeck, 500 g Rindfleisch, 300 g Reis, Zwiebeln, Knoblauch, Tomatenpüree, Paprika, Salz, 1½ l Flüssigkeit, 40 g Käse.

Zubereitung: Speck und Fleisch werden in kleine Würfel geschnitten (etwa erbsengross). Der Speck wird glasig gebraten und herausgenommen. Im zurückbleibenden Fett wird das Fleisch auf allen Seiten angebraten, dann der erlesene Reis, Zwiebeln, Knoblauch beigefügt und kurz mitgedämpft. Dann gibt man den Speck wieder dazu, löscht mit der Flüssigkeit (Knochenbrühe, Bouillon) ab, fügt Tomatenpüree, Salz und Paprika bei und lässt das Gericht vom Kochpunkt an eine halbe Stunde ziehen. Vor dem Anrichten wird der Käse darunter

der bewährte Ski-Schuh aller Skifahrer!

„3 KINDER"
Frischeier-Teigwaren

An der Ausgiebigkeit und am Nährwert gemessen, sind sie die billigsten. Verlangen Sie ausdrücklich diese Marke!

TEIGWARENFABRIK FRAUENFELD A.-G., FRAUENFELD

Zu Lebenstüchtigkeit erzieht das Knaben-
„Institut auf dem Rosenberg"
über St. Gallen
Gesunde Höhenlandschaft. Matura-Berechtigung Handelsdiplom. Sport. Einziges Schweiz. Institut mit staatlichen Sprachkursen. Spezialabteilung für Jüngere. Individuelle Führung aller Schüler.
Prospekte durch Dir. Dr. Lusser

gemischt. Das Gericht darf nicht pappig werden, also aufpassen, dass der Reis nicht zu lange kocht. J. G. in L.

Reiserbsen (Risibisi)

Bereite Reis zu wie zu Risotto, gib ein gleiches Quantum grüne, ausgekernte Erbsli dazu und koche das Gericht fast fertig. Drücke von ungekochten Bratwürsten, solange noch Brühe an Reis und Erbsli ist, Kügelchen aus dem Darm direkt in das Gericht. Koche gar und gib geriebenen Käse daran, wie zu Risotto.

J. R. H. in Sch.

Kartoffelmöckli

Aus Fett, zerkleinerter Zwiebel, Mehl und Bouillon macht man eine dickliche Sauce, gibt noch ½ Tasse Rahm oder Milch daran, schneidet frische Kartoffeln in Möckli und kocht das Ganze gar. Zum Schluss schneidet man Rädli von Wienerli, gibt sie dazu und kocht alles zusammen nochmals rasch auf.

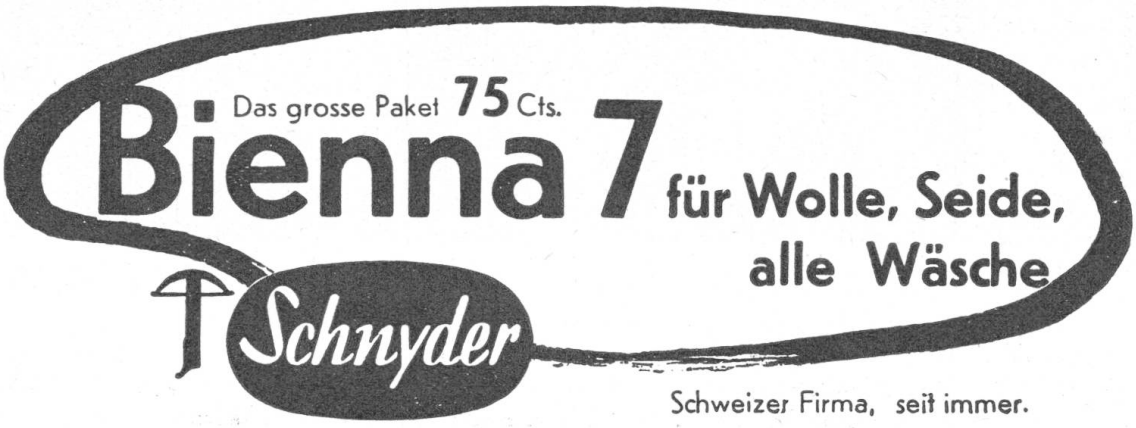
J. R. H. in Sch.

Rübli mit Speck, Wurst und Kartoffeln (für 4 Personen)

1 kg Rübli, 250 g Magerspeck, Zwiebeln, 4 Kartoffeln, Wasser, Salz, Muskat, Zungenwurst.

Die feingeschnittenen Zwiebeln werden im Fett gedämpft, dann die Rübli hinzugefügt, etwas mitgedämpft, dann wird Gewürz und Wasser dazugegeben, zuletzt das ganze Stück Speck und darüber die in Hälften geschnittenen Kartoffeln. Kochzeit 1 Stunde. Die Wurst kommt, je nach Grösse, etwa nach der halben Kochzeit hinein. Beim Anrichten werden Wurst und Speck hübsch geschnitten und alles auf einer grossen Platte nett angerichtet.

Von diesem Rezept können eine Reihe anderer Gerichte abgeleitet werden. Z. B. nimmt man an Stelle der Rüben Kohl, Wirsing, Sauerkraut, Sauerrüben oder Bohnen. Oder statt Speck geräuchertes Schweinefleisch oder Rauchwürste.

J. G. in L.

LINOLEUM A.G. GIUBIASCO - VERKAUFSZENTRALE ZÜRICH - TEL. 56.916
Permanente Ausstellung und neutrale Beratung: SBC, Talstrasse 9/Börse