Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 13 (1937-1938)
Heft: 12

Artikel: Die gute Sauce
Autor: Müller, Robert
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1066436

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: 13.12.2025

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

Die gute Sauce

Von Robert Müller, Küchenchef

Es ist mir unbegreiflich, dass in der Privatküche so selten spezielle Saucen gemacht werden. Eine gute pikante Sauce zu einer Platte mit kaltem Fleisch; eine grüne Sauce zu verlorenen Eiern; hartgekochte Eier mit Meerrettichsauce — lauter einfache Sachen, die sehr wenig Arbeit geben, aber das bescheidenste Essen unterhaltend machen oder bei unerwartetem Besuch eine dankbare Ergänzung bilden.

Es folgt hier keine komplette Übersicht über alle Grundsaucen mit ihren Ableitungen (sie ist in jedem Kochbuch zu finden), sondern nur einige etwas speziellere, aber gerade deshalb besonders empfehlenswerte Arten.

Grundsauce

Für Saucen, die besonders kräftig werden sollen und hauptsächlich für weisse und braune Saucen ist es gut, eine Brühe vorzukochen, die den Fond der Sauce und ihr die eigentliche Würze gibt.

Zerhackte Kalbsknochen, eventuell ein Kalbsfuss mit Zwiebeln, eine Rübe, Lauch, Sellerie, ein bis zwei Lorbeerblätter, Nelken und Peterli in Butter rösten, mit Wasser ablöschen und ein bis zwei Stunden kochen lassen. Fehlen die Knochen, so wird mehr Gemüse verwendet. Sehr gut sind auch Geflügelabfälle, Speck- oder Schinkenreste dazu. Die Brühe beim Anrichten sieben.

Weisse Sauce

Mehl in Butter hellgelb rösten, mit der kalten Brühe ablöschen, eine Stunde offen kochen lassen, sieben und abschmecken. Auf einen halben Liter fertige Sauce ein bis zwei Eigelb, zwei Esslöffel Nidel und etwas frische Butter darunterziehen, aber ja nicht mehr kochen lassen. Die häufigsten Fehler, die bei der weissen Sauce vorkommen, sind, dass sie entweder zu dick ist oder dass sie zu wenig lang gekocht wird. Die Sauce kann gerinnen, wenn sie mit den Eiern nochmals zum Kochen kommt oder auch, wenn sie zu fett ist.

Diese weisse Sauce wird für Gemüse oder mit Kapern oder Cornichons auch zu Fisch verwendet.

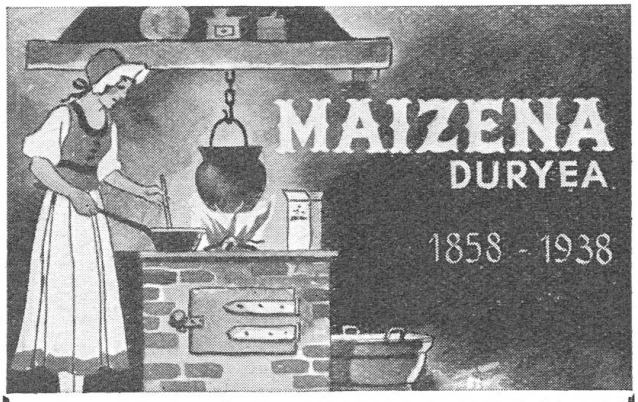
Bechamelsauce

macht man ganz ähnlich. Man rührt in 50 g frische geschmolzene Butter 50 g Mehl, gibt ¾ l Milch dazu, würzt die Sauce und lässt sie während einer Stunde langsam einkochen. Man passiert sie durch ein Sieb, schmeckt sie ab und verfeinert sie mit etwas Nidel und zwei Eigelb.

Wird die Bechamelsauce für Gemüse verwendet, so kommt ein wenig Gemüsebrühe hinzu. Die beste Gemüsesauce ist überhaupt die, welche die Eigenschaften des Gemüses nicht verdirbt, sondern unterstreicht. Warum bekommt man so oft privat oder im Restaurant Gemüse, das fade schmeckt? Vielleicht wurde es nicht in zuviel Wasser gekocht, viel häufiger hingegen versäumt man, das Wasser nach dem Kochen gut abtropfen zu lassen. Zuviel Brühe nimmt jedem Gemüse die Kraft. Einen besonders feinen Geschmack erreicht man übrigens dadurch, dass man zuerst etwas braune Butter und dann erst die Sauce über das Gemüse gibt.

Bei allen Gemüsesaucen ist mit dem Gewürz sparsam umzugehen, man sollte weder Nägeli, noch Lorbeerblätter verwenden. Bei Spinat darf die Sauce beinahe einen Drittel ausmachen. Sie soll, wenn immer möglich, etwas Nidel enthalten, der den Spinat mild macht.

Bechamelsauce mit Nidel ist auch für manche andern Gemüse gut, so für Blumenkohl und Schwarzwurzeln, ausserdem wird sie als Gratinsauce für Gemüse, Eier oder Teigwaren verwendet und kann



80 jähriger Erfolg!

Ausser seinen Verwendungen in der Küche bildet MAIZENA das ideale Nährmittel tür Kinder, Greise, Kranke und Rekonvaleszenten wegen seiner raschen Assimilierbarkeit und seiner Eigenschaft, die Milch verdaulicher zu machen.

Ein feines Rezeptbuch mit Prämienverzeichnis erhalten Sie gratis auf Anfrage bei der

CORN PRODUCTS COMPANY LTD.·ZURICH

Browa revolutioniert die Parkett- und Linolpflege

Warum mit irgend einer Bodenwichse sich plagen, wenn es heute etwas viel besseres gibt: **Browa, die neue Hochglanz-Politur?** Eine Büchse Browa in der Markttasche bedeutet auf Wochen hinaus herrlichen Hochglanz für Ihre Linol-, Inlaid- und Parkettböden, und dies mit der geringsten Mühe. Browa sichert aber nicht nur schönes Aussehen, sondern **nährt und konserviert** Holz und Belag. Und weil Browa nur hauchdünn aufgetragen werden darf, ist dieses Edelprodukt ausgiebig und recht billig in der Anwendung.

BROWA

Hochglanz-Politur

Büchse zu ½ kg Fr. 1.70 und zu 1 kg Fr. 3.20 überall erhältlich.

Brogle's Söhne, Sisseln (Aargau).

in diesem Falle mit etwas geriebenem Käse vermischt werden.

Eine andere Ableitung wäre die *Meerrettichsauce*, nämlich auf ½ l fertige Bechamelsauce 150—200 g geriebenen Meerrettich vor dem Anrichten darunter gemischt. Sie gehört bereits zu den

pikanten Saucen,

die zu gekochtem Rindfleisch, kaltem Braten oder Eiern besonders beliebt sind.

Kalte Meerrettichsauce : Geriebener Meerrettich wird mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker, Essig und Öl vermischt und so als Beigabe zu Rindfleisch serviert.

Gut sind auch hartgekochte Eier mit Meerrettich: Frische Eier hartkochen, in kaltes Wasser legen, schälen, in vier Teile schneiden und mit einer Sauce von Essig, Öl, Salz und geriebenem Meerrettich anrichten.

Zur Abwechslung und auch wegen der Farbwirkung macht man

grüne Saucen

Italienische Art: Eine gereinigte Sardelle oder Sardellenfilets, ein Löffel Kapern, aus denen der Essig gut ausgedrückt sein muss, eine Zwiebel und sehr viel Peterli ganz fein wiegen und mit gutem Tafelöl und Zitronensaft mischen. Diese Sauce eignet sich zu gekochtem Rindfleisch oder zu kaltem Fisch.

Ausgezeichnet ist sie auch zu verlorenen Eiern: Man schlägt die Eier auf und gibt sie behutsam in kochendes Salz- oder Essigwasser. Ist das Eiweiss fest und der Dotter nicht mehr allzu flüssig, so nimmt man die Eier mit dem Schaumlöffel heraus und richtet sie in die grüne Sauce an.

Es gibt auch grüne milde Saucen, zum Beispiel : Schnittlauch, ein wenig Spinat, Peterli und Kerbel lässt man schnell im Wasser aufkochen, aber so, dass sie den rohen Geschmack nicht verlieren. Abtropfen lassen, durch ein Haarsieb streichen und in weisse Sauce geben. Diese Sauce eignet sich zu gebackenem Fisch oder zu warmen Eiern.

Sicher haben Sie schon im Restaurant gebackenen Fisch mit wunderbar grüner Sauce gegessen. Zu Hause aber brachten Sie die schöne grüne Farbe nicht heraus. Das Geheimnis liegt in ein paar Tropfen Spinatgrün, das man in Fläschchen kauft. Die Farbe spielt bei der Sauce überhaupt eine grosse Rolle. Mit Tomatenpüree erzielt man eine schöne bräunlich-rote Färbung. Wenn man die Sauce sauber passiert, wirkt ihre Farbe immer besser.

Einfache Kapernsauce

In etwas Butter Mehl rösten, eine Tasse Fleischbrühe dazu geben, eine halbe Stunde kochen, mit einem Eigelb abziehen und Kapern beigeben. Zu gekochtem Huhn oder zu Fisch wird diese Sauce mit Zitronensaft serviert.

Vinaigrette

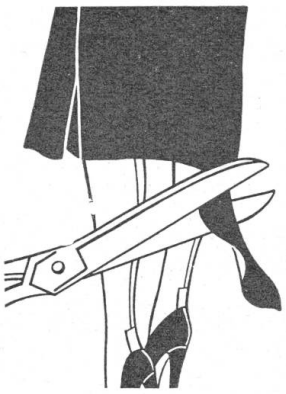
Eine Messerspitze Senf, Pfeffer, Muskat, zwei Löffel Essig gut verrühren, ein halbes gehacktes Ei und nach und nach 1 dl Öl dazu geben. Dann kommen das zweite halbe Ei, Peterli, ½ Zwiebel, Cornichon und etwas Kapern hinein. Man verdünnt die Sauce, wenn nötig, mit Weisswein und schmeckt sie kräftig ab. Ist sie zu sauer, kommt eine Prise Zucker hinzu. Vinaigrette passt zu jedem kalten Fleisch, ebenso zu Gnagi, Kalbskopf usw.

Die Tomatensauce

ist vielleicht die bekannteste, doch gibt es sehr grosse Unterschiede in der Zubereitung.

Zwiebeln, eine Rübe, Lauch und Sellerie lässt man mit einigen Speck- oder Schinkenwürfelchen mit den zerschnittenen Tomaten in Butter anziehen. Man bestäubt mit Mehl, löscht mit Fleischbrühe und etwas Weisswein oder auch nur mit Wasser ab und lässt alles ¾ Stunden kochen. Man passiert die Sauce und würzt sie nach Geschmack. Man kann auch einige Zutaten weglassen. Der Italiener nimmt statt Butter Öl zum Anbraten.

Von frischen Tomaten wird die



Man trägt wieder kürzer!
Vergessen Sie nicht
Kissinger
Entfettungs-Tabletten
bewahren Ihre schlanke Linie.
Gratismuster unverbindlich durch Kissinger-Depot Basel

Die Ferien voll genießen dank
Cella auflösbare Binde, oder
Mensa mit weicher Wattefüllung,
Cos das Monatskosmetikum.

Sauce schmackhafter. Ausserdem wird sie in grossen Quantitäten besser, deshalb ist es ratsam, wenigstens im Winter, das doppelte Quantum zu machen. Tomatensauce braucht man vor allem zu Spaghetti, gebackenem Kalbskopf, Hirn, gekochtem Schinken und Zunge. Als Beigabe eignet sich ein Löffel Madeira oder Portwein.

Und zum Schlusse die einfachste, aber nicht die schlechteste aller Saucen: *gebräunte Butter*. Sie passt zu Kartoffeln, zu Fisch, zu Spargeln usw.

Die Butter wird häufig einfach nur erhitzt zu Tisch gebracht, doch schmeckt sie richtig gebräunt viel besser. Man macht sie in einer kleinen Pfanne heiss. Sobald sie aufgehört hat zu zischen, rührt man sie langsam mit einem Löffel bis sie eine schöne hellbraune Farbe hat. Die Butter kann auch mit Zitronensaft und gehacktem Peterli aufgekocht oder aber mit Peterli und einem hartgekochten Ei (das Gelbe und das Weisse getrennt) auf einem separaten Tellerchen serviert werden.

Jetzt gilt's! Wer zuerst landet, bekommt zuerst von der herrlichen **Maggisuppe!**