

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 14 (1938-1939)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Abwechslung im Sommergemüse : Aubergines, Zucchetti, Peperoni, Gurken und Tomaten

### **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](#)

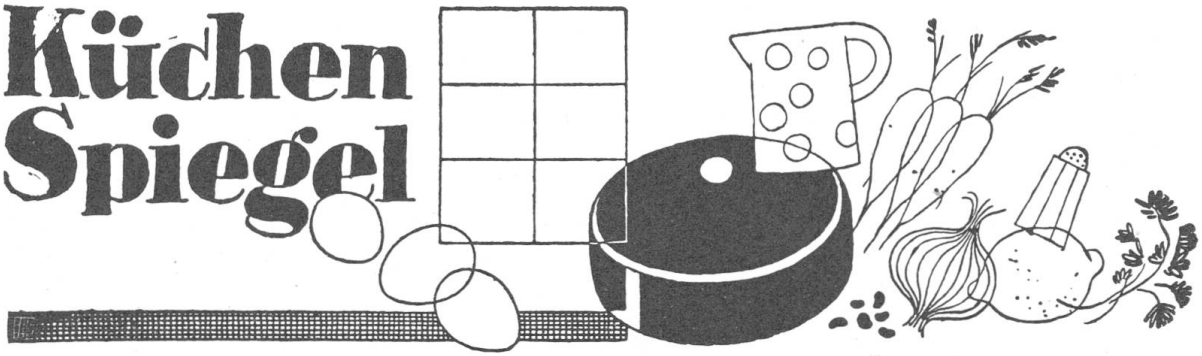
### **Terms of use**

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:** 20.01.2026

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

# Küchen Spiegel



## Abwechslung im Sommergemüse:

*Aubergines, Zucchini,  
Peperoni, Gurken und  
Tomaten*

*Von Emmi Kobelt*

Die Aubergines sind nur gut, wenn man sie vor der Zubereitung von ihrem bitteren Wasser befreit. Sie werden zu diesem Zweck in der gewünschten Form gesalzen, eine halbe Stunde lang beschwert und dann gut ausgedrückt.

### *Gebratene Aubergines*

Geschältes Gemüse in feine Scheiben schneiden, salzen, vom Wasser befreien und im heissen Öl einige Augenblicke braten. Abtropfen lassen, mit feinem Salz bestreuen und heiss oder kalt servieren.

### *Gebackene Aubergines*

Gut abreiben, ungeschält in zentimeter-

dicke Scheiben oder Stengelchen wie zu Pommes frites schneiden, in einen Backteig aus Ei, Mehl, Milch und Salz tauchen und in Öl backen. Gut zu Kalbschnitzeln, Filet oder Geflügel.

### *Pastete von Aubergines*

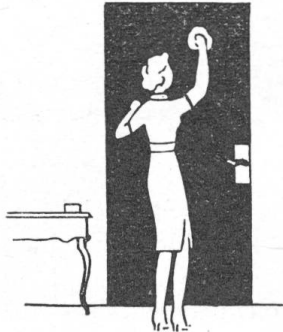
Geschälte Aubergines in nicht zu dünne Scheiben schneiden, salzen, vom Wasser befreien und in schwimmendem Öl auf schwachem Feuer eine Viertelstunde lang backen (sie dürfen aber nicht hart sein).

Man bereitet eine dicke Tomatensauce, der man einen gehäuften Suppenlöffel voll Zucker, Peterli und Knoblauch beifügt. In eine Auflaufform gibt man eine Schicht Auberginesscheiben, etwas Paniermehl, darüber die Tomatensauce, dann wieder Aubergines und so weiter bis die Form gefüllt ist. Etwa 20 Minuten im Backofen in mässiger Hitze backen, die Speise stürzen und sie heiss oder kalt servieren. Sie schmeckt am nächsten Tag ebensogut.

Statt der Tomatensauce lassen sich auch Tomatenscheiben verwenden und an Stelle des Paniermehls geriebener Käse.

### *Gefüllte Aubergines*

Die geschälten Aubergines aushöhlen und sie eine halbe Stunde in Salzwasser legen. Eine feingeschnittene Zwiebel in Öl bräunen, den Saft von drei grossen Tomaten und Reis dazugeben und alles 15—20 Minuten auf kleinem Feuer weichkochen. Die Aubergines mit dem



Abgegriffene Türen, Treppengeländer, beschmutzte Stuhlbeine, Gesimse usw., alles reinigt und glänzt man mit der vorzüglichen Büffel-Glanz-Wichse.

Büffel-Glanz-Wichse ist deshalb die weitaus billigste Wichse, da man sie nicht nur zur Fußbodenpflege, sondern für alle erdenklichen Zwecke verwenden kann.

Bitte machen Sie einen Versuch!



In weiss und gelb in Dosen zu Fr. .95  
1.70 u. 3.20 in allen einschl. Geschäften  
erhältl. Große Kessel Spezialpreise.

Reis füllen und sie in heissem Öl, dem man wenn nötig nach und nach ganz wenig Wasser beigibt, backen, bis das Gemüse weich ist. Vor dem Anrichten kommt der Saft einer Zitrone dazu.

### *Aubergines mit Fleisch*

Das Gemüse schälen, in zentimeterdicke Scheiben schneiden, in gefettete Auflaufform eine Schicht Auberginisscheiben legen, darüber vorher vorbereitetes, recht fettes, gebratenes, gehacktes Fleisch, darauf wieder Auberginisscheiben, Paniermehl, einige Butterflocken und geriebenen Käse. Das Gericht im Ofen braun backen.

### *Aubergines-Salat mit Tomaten und Gurken*

2 Teile Aubergines, 1 Teil Gurken, 1 Teil Tomaten. Aubergines schälen, in feine Scheiben schneiden, salzen, vom Wasser befreien und wie Salat mit etwas Estragon anmachen. Gurken und Tomaten für sich als Salat anmachen, dann alle drei Gemüse vorsichtig mischen.

### *Zucchetti mit Tomaten*

Die geschälten Zucchetti in Scheiben schneiden, salzen und entwässern. In eine bebutterte Auflaufform schichtenweise Zucchettischeiben, Tomatenscheiben und geriebenen Käse einfüllen. Zuerst einige Butterflocken, und das Gemüse 20 Minuten gratinieren.

### *Zucchetti mit Peperoni und Tomaten*

Zwiebeln in Butter dämpfen, Peperoni in Streifen geschnitten dazugeben (die Samen, die sehr scharf sind, sorgfältig entfernen) und etwa 10 Minuten dämpfen. Die Peperoni in eingefettete Auflaufform geben, dann die Zucchetti in 3 cm dicke Scheiben schneiden, entwässern und beifügen.

Zuerst kommen einige in dicke Scheiben geschnittene Tomaten. Man

würzt schichtenweise mit Salz, einigen Küchenkräutern, wie Tymian oder Rosmarin und streut auf das Ganze einige Butterflocken. Im Bratofen wird das Gericht 30—40 Minuten gebacken. Am besten passt Risotto dazu.

### *Panierte Zucchini*

Die Zucchini werden geschält, halbiert, die Weichteile entfernt und in 1 cm dicke Scheiben geschnitten. Die Scheiben werden mit Salz, Dillpulver und Majoran bestreut. Etwas ziehen lassen, dann in dicker Nuxo-Mandelmilch und Brösmeli panieren. In der Pfanne langsam goldgelb braten und mit einer Tomatensauce servieren.

### *Peperoni mit Zwiebeln und Tomaten*

Von jedem Gemüse etwa gleichviel in Stücke schneiden. Zuerst die Peperoni und die Zwiebeln in Butter oder in Öl zugedeckt dämpfen. Am Schluss die Tomaten begeben und alles dämpfen, bis es weich ist.

### *Gefüllte Peperoni*

Man entfernt die Samen, brüht die Peperoni in kochendem Salzwasser und füllt sie entweder mit gehacktem, gut gewürztem, gebratenem Schweinefleisch oder mit halbweich gekochtem Risotto. Die gefüllten Peperoni brät man in einer Auflaufform oder in einer Pfanne weich. Beim Anrichten übergiesst man sie mit Tomatensauce.

### *Aubergines mit Bechamelsauce*

Die geschälten Aubergines der Länge nach in dünne Scheiben schneiden, in Öl schön braun und weich backen. Man bereitet eine Bechamelsauce mit 20 g Butter, 30 g Mehl, Milch, Muskat, Salz, Pfeffer und je nach Geschmack mit anderen Gewürzen. In eine Auflaufform kommt zuerst etwas Bechamelsauce, dann die gebackenen, gesalzenen Auberginescheiben, dann wieder Sauce und so wei-



*Ferienreif*  
aber keine Ausspannung in Sicht? Dann gönnen Sie sich eine Elchina Kur und beginnen Sie heute noch mit der goldenen Regel:

3 mal täglich

**ELCHINA**

Fr. 3.75, 6.25, Kurpackung Fr. 20.-

### **Für Ihr gutes Geld**

erhalten Sie den vollen Gegenwert, wenn Sie die naturreinen, herrlich munden, leicht verdaulichen und nahrhaften **NUXO-PRODUKTE** konsumieren. Probieren Sie mal diese neuzeitlichen Nahrungsmittel, die zugleich Delikatessen sind! NUXO wird Sie überraschen! Prospekte, Rezepte u. Bezugquellenachweis durch

**J. Kläsi, Nuxo-Werk, Rapperswil**

**Für jede Frau 4 Tage Wohlbefinden**  
mit dem bewährten Monatskosmetikum **Cos**

**Tropf-Flakon Fr. 1.50**

Erhältlich in Apotheken und Drogerien

Träufeln Sie ein paar Tropfen COS auf die Binde. Es erfrischt, desodoriert, beugt Krämpfen vor.

Hersteller:

«FLAWA», Schweizer Verbandstoff-Fabrik, Flawil



**Eingesperrt ist Ihr  
Körper durch unnötige  
Fettmassen. Wollen Sie  
ihn nicht befreien  
durch Boxbergers**

**Kissinger**  
*Entfettungs-Tabletten*

Gratismuster unverbindlich durch  
Kissinger-Depot Basel

## LG ist an der LA

der am meisten verwendete Bodenbelag  
mit über 35 000 m<sup>2</sup> Linoleum Giubiasco

Besonders zu beachten:

Abt. 37 Halle Baugewerbe  
Wie Linoleum entsteht

Abt. 38 Hochisoliertes Betonhaus  
Böden, Wände, Möbel  
im neuzeitlichen Heim

Abt. 39 Kino (Höhenstrasse)  
LG-Film, lehrreich und  
unterhaltend

Auskünfte: Abt. 37, Halle 9, Tel. 7 48 06  
Alle Besucher erhalten gratis ein kleines Andenken

FEIN UND MILD  
PREIS FR. 1.-

*Bekannt unter dem Namen*  
**BÄUMLI-HABANA**



*Eduard Lichenberger & Co.*  
BEINWIL 9/SEE SCHWEIZ

ter. Als oberste Schicht Bechamelsauce mit geriebenem Käse bestreut. Man bäckt das Gericht 10—15 Minuten im Ofen.

### *Aubergines mit Tomaten*

4 Aubergines, 3 Tomaten, 1 Zwiebel, gehackter Peterli und Knoblauch. In einer Auflaufform bräunt man in 2 Esslöffeln Olivenöl die fein gehackte Zwiebel, Peterli und Knoblauch. Sobald die Zwiebel gelblich wird, gibt man die geschälten, und in Würfel geschnittenen Aubergines dazu. Gut anrühren, dass nichts ansitzt. Sind die Aubergines halb weich, gibt man die geschälten, halbierten Tomaten bei, salzt, pfeffert, mischt alles untereinander, streut geriebenen Käse darüber und gratiniert das Ganze 10—20 Minuten. Fünf Minuten vor dem Servieren gebe man etwas frischen oder leicht sauren Nidel darüber.

### *Gurken, Tomaten und Zwiebeln*

1 Gurke, 6 Tomaten, 2 grosse Zwiebeln in feine Scheiben schneiden. Die Gurke mit Salz entwässern. In die bebutterte und nach Belieben mit Knoblauch eingeriebene Einlauform schichtenweise die geschnittenen Zwiebeln, Tomaten und Gurken einfüllen. Zwischen jede Schicht Salz, Pfeffer und geriebenen Käse streuen. Zuletzt einige Butterflocken darauf geben und das Gericht in mässiger Hitze eine Stunde weich dämpfen. 5 Minuten vor dem Servieren in Butter gebräunten Peterli und frischen Nidel darüber geben.

Die Redaktion des «Schweizer-Spiegel» bittet, bei unverlangt eingesandten Manuskripten, Anfragen usw., Rückporto beizulegen. Die Blätter sind nur auf einer Seite zu beschreiben.