Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 14 (1938-1939)
Heft: 12

Artikel: Wenn ich allein koche
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1066896

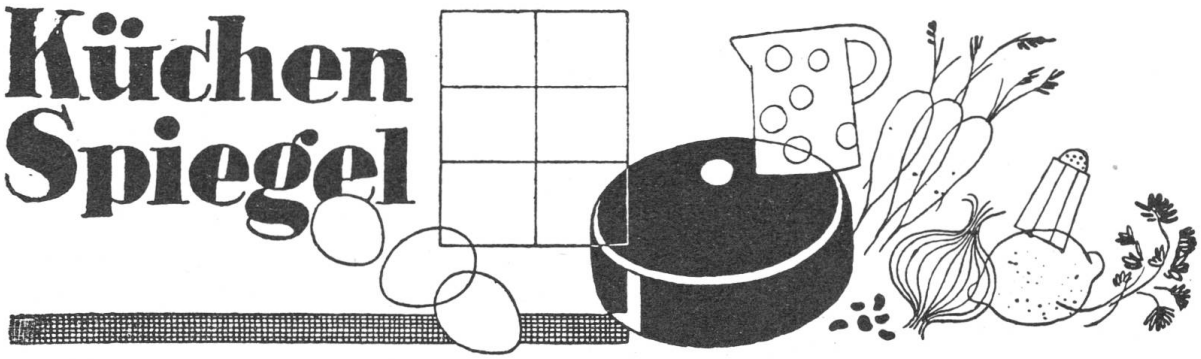
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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: 02.10.2025

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



Wenn ich allein koche

*Von Frau * * **

Auf die Kochkunst allein ist daher jener berühmte Ausspruch des Horaz anzuwenden, den man so oft von den höchst nutzlosen und ganz einseitig schönen Künsten der Poesie und Malerei hat verstehen wollen, nämlich dieser: «Vermische Nützlichkeit mit Anmuth.»

Nach diesem Motto versuche ich in den Wochen des Jahres, während denen ich mein in den Ferien weilendes Dienstmädchen vertrete, in der Küche zu wirken. Ich richte es zum Beispiel möglichst so ein, dass ich Speisen, die längere Kochzeit brauchen, für zweimal vorbereite.

Diese Gerichte sind aber zum zweitenmal nicht nur etwas langweilig Aufgewärmtes und unansehnlich Verkochtes, sondern eine « Wiedergeburt », die man auch jedem Gaste vorsetzen darf. Ich bin sogar schon von verwöhnten Leuten nach dem Rezept gefragt worden, was mir immer Spass gemacht hat. Einige Beispiele:

Es gibt *Omeletten*, dazu ein *Champignongemüse* für die Grossen und für die Kinder gekochtes Obst. (Für die Erwachsenen das Kompott als Dessert.) Ich mache doppelt soviel Teig wie nötig. In die zweite Hälfte Teig gebe ich einen Teller voll geriebenen Sbrinz, backe die Omeletten fertig und hebe sie für die nächste Mahlzeit auf, und zwar lieber für den übernächsten Tag, der Abwechslung halber.

Ich verwende sie für folgendes Gericht :

Die Omeletten werden mit Spinat oder mit gehackten Fleischresten (unter diese vielleicht etwas Schinken oder Pilzresten mischen) oder mit einem frischen Pilzgericht belegt, dann gerollt in eine gebutterte Auflaufform gegeben. Reichlich Tomaten- oder Bratensauce darübergiessen, geriebenen Käse, Paniermehl und Butterstückchen zuoberst und au gratin langsam eine halbe Stunde backen.

Dasselbe etwas feiner: Die Omeletten in feine Streifen schneiden und lagenweise mit gehacktem Schinken, Fleischresten usw. lagenweise in eine gebutterte Form geben. Zu oberst Omlettenstreifen, eine Rahmsauce darüber und aufziehen wie beim ersten Rezept.

Gutes *Eintopfgericht mit Resten von*

Risotto oder mit frischem, gedämpftem Reis. Den Boden der gebutterten Form mit dem gekochten Reis auffüllen, darauf ein Kranz ausgehöhlte, mit Käsestückchen gefüllte und mit etwas Reis bedeckte (damit der Käse weich bleibt) Tomaten geben. In die Mitte kommen einige der Länge nach aufgeschnittene und ausgehöhlte, junge Zucchetti. Diese mit Reis füllen, dem man reichlich Rosmarin, Basilikum und das Ausgehöhlte der Zucchetti und Tomaten beimischen kann. Etwas geriebenen Käse oder Paniermehl und Butterflöckchen obendrauf und so lang im Bratofen ziehen lassen, bis die Zucchetti weich sind. Soll es schnell gehen, kann man Zucchetti und Tomaten überbrühen, doch werden sie leicht unansehnlich und weniger kräftig im Geschmack.

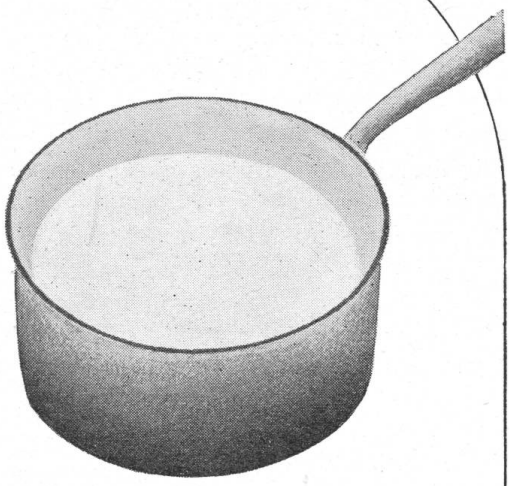
Oder: *Resten von Spätzli* (Nudeln, Hörnli usw.) lagenweise mit einem Püree von Tomaten, reichlich Zwiebeln, Kräutern und Gewürzen in eine Auflaufform einfüllen und das Ganze im Bratofen kurz überbacken.

Von gekochten Fischresten: Die Fischresten von Gräten und Abfällen sorgfältig reinigen und lagenweise mit in Scheiben geschnittenen, gekochten Kartoffeln in eine gebutterte Form geben. Eine weisse Sauce mit Zitrone und Kapern würzen und über das Gericht giessen. Paniermehl oder geriebenen Käse und Butterstückchen darüber und eine halbe Stunde au gratin backen.

Fischsalat: Eine flache Platte mit gutem Kartoffelsalat bedecken, wenn möglich etwas Blumenkohlsalat darüber oder ringsherum und darauf die von Gräten befreiten Fischreste als Salat angemacht. Mit Gurken, Eierscheiben und Tomaten garnieren oder mit einer Mayonnaise übergiessen.

Gebackene und von den Gräten befreite Fischreste lassen sich gut mit in Scheiben geschnittenen Kartoffeln als « Rösti » verwenden. Für alle diese Fischrestenspeisen genügt auch wenig Fisch.

Es folgen nun noch einige andere Gerichte, die ich aus meinem alten Re-



Milchsieden in der EMCO-Pfanne am hygienischsten.

Kein anderes Kochgeschirr ist so leicht und gründlich zu reinigen wie EMCO-Stahl-Email. Heißes Wasser genügt und die Pfanne ist sofort wieder blitzblank. Zudem ist der glasharte EMCO-Spezial-Email unempfindlich gegen Milch- und Speisesäuren. Schönes Aussehen, inwendig hellgrau, außen gelb/rot abgetönt. Spezialmodelle für Elektrisch!

hygienischer, dauerhafter!

STAHL-EMAIL EMCO Überall erhältlich!

zeptheft neu erstehen liess, als ich letzthin einige Zeit allein in der Küche wirtschaftete.

Kürbisgulasch: 1 kg nicht zu reifen Kürbis schält und schneidet man in fingerbreite Streifen, vermischt diese mit etwas Salz, wenig Essig oder Zitronensaft und lässt sie zugedeckt eine halbe Stunde stehen. 3 grosse, feingeschnittene Zwiebeln in Butter dämpfen, den Kürbis und etwas Wasser dazugeben und gut durchkochen. Dazu 1 kg in der Schale gekochte, dann in Scheiben oder Würfel geschnittene Kartoffeln beifügen und miteinander weiterdämpfen. ¼ Liter dicken, sauren Nidel mit etwas Pfeffer würzen und kurz mit der Masse aufkochen lassen. 50 g in Würfel geschnittenen, geräucherten Speck anbräunen und beim Anrichten darübergiessen. Dasselbe Gericht lässt sich mit Zucchetti herstellen.

Kalbsschnitzel mit Sellerie: Kalbsschnitzel flach klopfen, würzen, panieren und fertigbraten. Sellerie weich kochen, in Scheiben schneiden und kurz in Butter dämpfen. In eine möglichst grosse und nicht zu hohe gebutterte Backform zuunterst Selleriescheiben, dann Schnitzel, Selleriescheiben und oben wieder Schnitzel geben. Eine reichliche Sauce von süssem oder saurem Nidel bereiten und darübergiessen. Geriebenen Käse und Butterflöckchen daraufstreuen und das Ganze im Bratofen mindestens eine halbe Stunde gut durchziehen lassen.

Alle Gerichte in Backformen sollen in derselben Form auf den Tisch gegeben werden. Ausser allen anderen Vorzügen spart man Geschirrwäsche.

Kalbfleisch-Rouladen mit Eiern: Sehr dünn geschnittene Kalbfleisch-Rouladen würzen und mit Küchenkräutern bestreuen. Für jede Roulade ein Ei etwa drei Minuten kochen und schälen. Das Ei wird mit Schinkenspeck umwickelt und dann in die vorbereitete Roulade gegeben. Die Roulade mit Fäden umbinden oder mit Holzstäbchen zustecken. Mit ganzen Zwiebeln und gelben Rüben braten, zuletzt reichlich sauren Nidel an die Sauce geben, und wenn nötig mit wenig Mehl binden. Beim Anrichten Fäden oder Stäbchen entfernen, die Rouladen der Länge nach aufschneiden, die Schnittfläche nach oben nebeneinander auf eine flache Platte legen, die Sauce hinzugiessen, aber so, dass die Eier nicht bedeckt werden. (Sieht sehr hübsch und festlich aus.)

Und zum Schluss noch ein Dessert:

Apfelpfannkuchen: Einen guten Omelettenteig mit reichlich Eiern (das Weisse zu Schnee geschlagen). Geschälte Äpfel in dünne Scheiben schneiden, zukkern, Zitronensaft daraufspritzen, damit sie nicht braun werden und etwas stehen lassen. Die Äpfel kurz vor dem Backen in den Teig geben und recht langsam nicht zu dünne Pfannkuchen backen. Am besten einzeln auf die Platte geben, mit Zucker oder Zucker und Zimt bestreuen. Mit einem Milchkaffee dazu auch als Mittag- oder Abendessen, besonders für Kinder zu empfehlen.

Die Leser
und der Schweizer-Spiegel

Die Leser jeder Zeitschrift bilden eine unsichtbare Gemeinschaft. Alle, die ihr angehören, teilen gewisse seelische und geistige Merkmale. Natürlich ist es nicht so, dass man von einem Menschen, der den « Schweizer-Spiegel » abonniert hat, ein Porträt entwerfen könnte. Aber sein Charakterbild muss bestimmte Züge aufweisen, ohne die er bestimmt nicht Abonnent des « Schweizer-Spiegels » wäre — oder wenigstens nicht auf die Dauer bliebe. Eine dieser Eigenschaften ist

Verständnis für schweizerische Eigenart

Der Leser des « Schweizer-Spiegels » ist kein Hurrapatriot. Es ist ihm klar, dass Chauvinismus im Grunde durchaus unschweizerisch ist. Er weiss, dass der wertvollste Schutzwall unseres Vaterlandes die tatkräftige Mitarbeit an unserer schweizerischen Kultur ist. Der « Schweizer-Spiegel » nimmt aktiv an der Abwehr unschweizerischer kultureller Einflüsse teil. Der «Schweizer-Spiegel» und seine Leser halten aber dafür, dass viel wichtiger als die Defensive die Offensive ist: der Auf- und Ausbau unserer Kultur, wobei unter Kultur nicht nur überragende geistige Dokumente der Vergangenheit oder der Gegenwart zu verstehen sind, sondern auch die Vergeistigung unseres Alltags.