Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 16 (1940-1941)
Heft: 10

Artikel: Gut, fast unbekannt und deshalb billig : Antworten auf unsere Rundfrage

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1066989

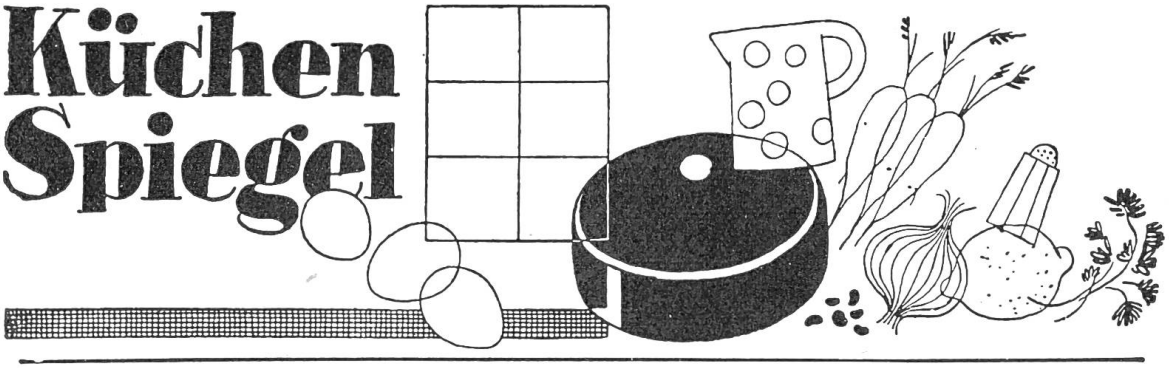
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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: 07.01.2026

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



Gut, fast unbekannt und deshalb billig

Antworten auf unsere Rundfrage

II.

Beeritribel

Meines Wissens ist dies eine Zürcher Oberländer Spezialität:

Weizen- oder Hafermehl oder Hafergrütze wird ohne Fett in der Bratpfanne schön hellbraun geröstet, dann mit rohen Beeren beliebiger Art (Erd-, Him-, Brom-, Johannis-, Heidelbeeren), die mit der Gabel zerdrückt wurden, und mit Zucker gemischt. Nach Belieben mit gezuckerter Kondensmilch oder Honig süssen und etwas rohe Milch oder abgerahmten Nidel beifügen.

Ch. H.

Gedörrte Brennesseln

Im Sommer, wenn man in Hülle und Fülle Gemüse hat, pflücke ich sorgfältig die obersten Nesselspitzen, dörre sie im Schatten, zerreibe sie zu Pulver und fülle damit alte Flaschen. Gut verkorken und anschreiben. Diese gedörrten Brennesseln bereichern im Winter die Gemüsesuppe.

M. M.

Eine Handvoll Pilze

Wir fanden manchmal auf Spaziergängen einige essbare Pilze. Man nahm sie mit, in der Hoffnung, dass noch mehr dazu kämen. Aber es blieb bei der Handvoll, und wir dachten, es lohne sich nicht, dafür eine Pfanne anzubrauchen!

Doch dann kam ich auf die « Streckmethode »: Schnetzle reichlich Zwiebeln, bräune sie in Fett, gib die gereinigten Pilze zerschnitten hinzu, dämpfe einige Minuten, füge zerschnittene Tomaten (es können auch Auberginen oder Zucchetti sein) bei, und dämpfe alles zusammen einige Minuten (flache, breite Pfanne nehmen, damit der überflüssige Saft eindampft). Wenn dazu noch Rühreier kommen oder Kartoffelrösti, so ergibt die Handvoll Pilze mit den Zutaten eine schmackhafte Mahlzeit.

Haben wir gar die herrlichen *Steinpilze* gefunden, so lohnt sich auch das kleinste Quantum, wenn sie in Scheibchen geschnitten, mit Zwiebeln gedämpft und auf gebähten Brotschnitten oder Toast angerichtet werden.

Ch. H.

Totentrompete

Trotz dem verhängnisvollen Namen ist dieser Pilz sehr fein und trüffelähnlich. Man findet ihn am häufigsten am Rande von Buchenwäldern. Er ist kaum mit Giftpilzen zu verwechseln, da er eine ganz ausgeprägte Form hat.

Die Totentrompete sehr gut waschen, die grössern in längliche Stücke schneiden, in Butter und etwas Zwiebeln dämpfen, mit sehr wenig Mehl binden, ein Eigelb, etwas Zitrone oder Gewürz nach Belieben beifügen. Hat man nur wenig Pilze, so kann man sie, gut gewaschen und in Stücke geschnitten, entweder in Omeletten backen oder für Risotto oder Suppe verwenden. Hat man zu viele, so lassen sie sich gereinigt und in Längsstreifen geschnitten trocknen und im Winter auf alle angegebenen Arten verwenden. *P. H.*

Eierschwämme, Reizker,

Ziegenbärte, Semmelpilze, junge Stäublinge, alle von einem Waldspaziergang nach Hause gebracht, in Butter geschmort, schmecken vorzüglich in der französischen Omelette oder zu Spaghetti. Wenn der Ertrag reichlich war, gibt's ein Pilzragout: die geputzten Pilze zerkleinern, in Oel dünsten, Mehl darüber stäuben, mit Wasser ablöschen. Würzen. Kurz aufkochen lassen und über die feingehackte Petersilie mit einer Spur Knoblauch anrichten.

H. Z.

Gallerttrichterlinge

sog. « Säuöhrli », ergeben, roh, einen schmackhaften Salat. Von Pilzen, die ich nicht kenne, nehme ich jedesmal ein ausgewachsenes Exemplar mit heim (in ein besonderes Papier gewickelt) und lasse es später bestimmen. So erweitere ich meine Pilzkenntnis. *H. Z.*

Schwarzwurzelblüten

Wahrscheinlich werden dieses Jahr mehr Schwarzwurzeln angebaut als früher, denn sie sind weit über Neujahr hinaus haltbar und bieten willkommene Abwechslung. Im Juli/August entwickeln sich schöne, gelbe Blüten, ähnlich derjenigen des Habermarks, und sind dann eine Zierde von Garten und Wohnzimmer.

Ich nehme die Blütenknospen, bevor die gelben Blätter sichtbar sind, und siede sie, nachdem ich sie gewaschen habe, in

Der Dörrex im Haushaltplan

Nicht warten bis man an die Reihe kommt, sondern sofort selber anfangen mit dem Dörren. Der Dörrex passt für jede Feuerung: Elektrisch, Gas und Holz. Er ist heute der begehrteste Haushaltungsapparat.

Das Geheimnis des Dörrex ist der drehende Propeller

Er verteilt zu grosse Hitze, verhütet das Anbrennen, erhält dem Gedörrten die natürlichen Farben und macht es zum schmackhaften Nahrungsmittel. Wie einfach und billig man dörrt, sagt der Dörrexprospekt. Verlangen Sie ihn gratis im Fachgeschäft oder vom Fabrikanten.

U. Huber-Keller Apparatefabrik Sulz-Winterthur
Telefon 93 Wiesendangen

Salzwasser in etwa 15 Minuten weich. Dann richte ich sie an, gebe reichlich geriebenen Greyerzer-, Emmentaler- oder Sbrinzkäse und zerlassene Butter darauf (statt Butter werde ich dieses Jahr versuchsweise Nidel, von der täglichen Milch gewonnen, heiss machen und darüber giessen), und eine feine Gemüseplatte, im Geschmack den Spargeln nicht unähnlich, ist fertig. (Wasser für Suppe verwenden!)

L. Z.

Julienne

Letzten Sommer, als wir reichlich Gemüse hatten, liess ich keine Abfälle verderben. Rübli, grössere Kohl- und Kabisblätter, die grünen Blattenden des Gemüselauchs, Selleriebläter, Kohlrabi, Blumenkohlblätter, Liebstockkraut, Peterli, Böllenröhrli, alles wurde klein geschnitten, gehobelt und sorgfältig ohne Ueberhitzung gedörrt. Es gab ein ganzes Säckli voll. Im Winter bereiteten wir daraus mühelos die feinsten Gemüsebrühen, die man überall an Stelle der Fleischbrühe verwenden kann. Gemüsebrühe ist auch für Kranke sehr geeignet. Die Julienne wird ausserdem in Griess-, Reis- und Habersuppe verwendet. Reis, mit solcher Julienne gemischt, gekocht, schmeckt besonders kräftig.

Ch. H.

«Bon-henri» und wilder Thymian

Wer kennt den « wilden Spinat » (bon-henri), den man in den Bergen um die Sennhütten herum findet? Die Pflanze gleicht aufgestengeltem Spinat und gibt ein gutes, spinatähnliches Gemüse, das um so besser schmeckt, je weiter der nächste Gemüseladen entfernt ist.

An sonnigen Hängen, über Steine kriechend, meist in der Nähe von Ameisenhaufen, wächst der wilde *Thymian*. Er hat winzige, grüne Blättchen, rötliche Blümchen und einen wunderbar würzigen Geruch. Ich sammle Blümchen und Blätter, wenn möglich in den Bergen, dörre sie und erhalte dadurch gratis ein herrliches Gewürz für Saucen, Suppen und gelegentlich einen durststillenden Tee.

R. Th.

ist nicht vom Kalender abhängig. Sie erhält sich das Gefühl der Sicherheit und der Frische an allen Tagen

Camelia

die ideale Reform-Damenbinde

Camelia-Fabrikation St. Gallen. Schweizer Fabrikat

Das helle Konservenglas
„HELVETIA"

SIEGWART

ist die zuverlässige Hilfe bei der Aufbewahrung des Ertrages Ihrer Mühe und Arbeit in Garten und Feld. Es ist in der ganzen Schweiz bestens bekannt und geschätzt.

Bezugsquellen - Nachweis und Gratis - Einmachbroschüre durch die Herstellerin:

Schweiz. Glasindustrie Siegwart & Co., AG.
Hergiswil a. S. und Küssnacht a. R.

Zucker für Konfitüren

werden Sie haben, wenn Sie jetzt anfangen, Getränke und Speisen mit Saccharin zu süssen

Weisse Cartons 100 Tabl. 20 Cts. = Süsskraft 1½ Pfd. Zucker
Gelbe Döschen 300 Tabl. 65 Cts. = Süsskraft 4½ Pfd. Zucker

neu HERMESETAS
Saccharin ohne Beigeschmack

Blaue Döschen 500 Tabl. Fr. 1.25 = Süsskraft 7½ Pfd. Zucker

In Lebensmittelgeschäften, Drogerien und Apotheken

Schweizer Produkt A.G. «HERMES» Zürich

Saure Milch

Im Sommer ist sie ein erfrischendes, gesundes und billiges Gericht. Wir stellen frische, rohe Milch in grösseren Bouillontassen oder Beckeli auf, für jede Person ein Beckeli. Natürlich kann man sie aber auch in einem grössern Becken aufstellen und dann ausschöpfen.

Je nach Temperatur wird die Milch in 2—4 Tagen fest. Wir streuen etwas Zucker darauf, dann, solang es keine frischen Beeren gibt, eine Lage Kompott. Solches Kompott stellen wir aus selbstgedörrten Apfelstückli, Birnen, Zwetschgen oder Aprikosen her, oder wir verwenden sterilisierte Früchte dafür. Auch Rhabarberkompott eignet sich vorzüglich. Es wirkt mit der Milch zusammen viel weniger sauer. Nach Belieben streut man irgendwelche Getreideflocken oder Hafernüssli oder geriebene Nüsse darüber.

Sobald es frische Beeren gibt, wird das Kompott durch rohe Beeren, Himbeeren, Brombeeren, Heidelbeeren, ersetzt. Auch grobgeraffelte, rohe Aepfel schmekken gut dazu. Wir haben im Garten eine Einfassung von Monatserdbeeren, die immer einige Handvoll Beeren gibt, gerade ausreichend für dieses Gericht.

Im Herbst aber, nach der Haupternte der Brombeeren, wenn jeweils nur noch ein kleines Schüsselchen Beeren zu holen ist, reicht es immer noch für alle, mit saurer Milch zusammen. Manche zerquirlen die Milch lieber vor Gebrauch, wir ziehen sie fest vor.

Auf diese Art wird die Milch als Nahrung bewertet und nicht als Getränk, und damit nur als Beigabe. Sie sättigt mehr, zudem kann sie roh genossen werden, da diese Säuerung schädlichen Bakterien entgegenwirkt. Ist es nicht viel besser, rohe Milch mit rohen Beeren zu verzehren, als gekochte Milch und Beerenkonfitüre auf dem Brot?

Ch. H.

(Weitere Beiträge zur Rundfrage folgen in der Oktobernummer des «Schweizer-Spiegels »)

650 Jahre Eidgenossenschaft

Ernst Feuz

1 **SCHWEIZERGESCHICHTE** 1

In einem Band. Mit 16 Tafeln

Gebunden Fr. 9.80

Fesselnd — Neuartig — Zuverlässig

Wer das Bedürfnis hat, die Schweizergeschichte in grossen Zügen und vor allem in ihren Zusammenhängen endlich einmal kennenzulernen, der wird mit Freuden nach diesem Buch greifen.

Konstantin Vokinger

2 **NIDWALDENS FREIHEITSKAMPF 1798** 2

Mit einem Geleitwort von General Guisan

4 Tafeln. Fr. 2.80

Ein Ereignis, das vor 150 Jahren die freiheitsliebenden Geister von ganz Europa erschütterte. Es ist heute unerhört zeitgemäss. Der Verfasser des Buches ist katholischer Pfarrer, aber es ist von einem Standpunkt aus geschrieben, der für alle Schweizer Geltung hat. Es ist zu wünschen, dass die gut ausgestattete, mit vier Tafeln illustrierte Schrift recht vielen Schweizern und Schweizerinnen zur Herzensstärkung diene.

Für Buben und Mädchen neu herausgegeben

Meinrad Lienert

3 **DIE SCHÖNE GESCHICHTE DER ALTEN SCHWEIZER** 3

Mit 6 Bildern. Gebunden Fr. 4.60

Wer wäre so berufen, wie Meinrad Lienert, unserer Jugend die Geschichte des Rütlischwurs, die von Wilhelm Tell und von der Morgenröte unserer Freiheit zu erzählen? Es gibt kaum ein Buch, das wie dieses geeignet ist, auch unsere Buben und Mädchen den Geist spüren zu lassen, der unsere Eidgenossenschaft gegründet hat und sie für ihn zu begeistern. Die soeben erscheinende Neuausgabe ist prächtig ausgestattet, zweifarbig, gross und deutlich gedruckt und mit schönen Bildern geziert.

Erhältlich in jeder Buchhandlung

Wir verlegen nur Bücher, zu denen wir stehen können

SCHWEIZER-SPIEGEL-VERLAG / ZÜRICH