

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 16 (1940-1941)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Gute Apfelgerichte  
**Autor:** B.S.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1066935>

### **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](#)

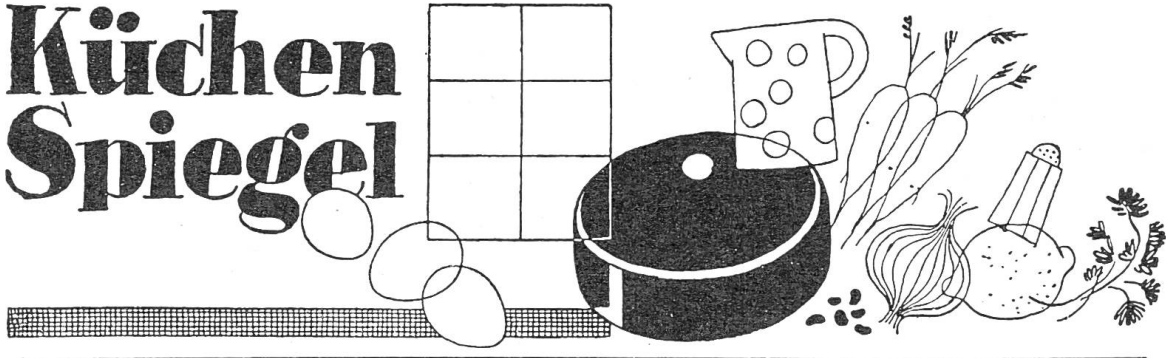
### **Terms of use**

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:** 02.04.2026

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

# Küchen Spiegel



## Gute Apfelgerichte

*Von Frau B. Sp.*

Wie dankbar wollen wir sein, dass gerade letzten Herbst die Apfelernte so reichlich ausgefallen ist. Wenn die Aepfel eingekellert sind, ist es die Aufgabe der Hausfrau, dafür zu sorgen, dass keine einzige dieser kostbaren Früchte zugrunde geht. Fleissig sehen wir darum nach und suchen die angesteckten Aepfel heraus. Wir haben ja neben dem Rohgenuss so viele Möglichkeiten, sie zu verwenden. Mit den verschiedenen Apfelgerichten können wir unsern Speisezettel den ganzen Winter abwechslungsreich gestalten.

Wichtig ist es, schon beim Einkauf der Aepfel darauf zu achten, dass wir nicht nur frühe oder nur späte Sorten einkellern, sondern dafür sorgen, bis in den Vorsommer hinein immer genussreife Aepfel zu haben. Ueberreife Aepfel eignen sich weder zum Rohgenuss noch zum Kochen.

Wenn immer möglich gebrauchen wir die Aepfel mit der Schale, damit die wertvollen Stoffe, die direkt unter der Schale liegen, nicht verlorengehen. Bei

der Zubereitung von *Apfelmus* schneiden wir die vorher abgeriebenen oder gewaschenen Aepfel in ziemlich grosse Schnitze, entfernen nur Butzen und Stil, setzen sie mit wenig Wasser aufs Feuer und kochen sie rasch weich. Dann treiben wir sie durch die *Passe-vite* oder mit dem Kartoffelstößel durch das Krautsieb. Zuletzt fügen wir den Zucker bei. Auf diese Weise erhalten wir ein sehr feines, kräftiges Mus und haben nur wenig Abfall.

Im allgemeinen brauchen wir die angefaulten Aepfel für das *Apfelmus*. Wenn aber keine solchen zu finden sind, so nehme man nicht irgendeine beliebige Sorte zur Zubereitung von *Apfelmus*, sondern probiere die verschiedenen Apfelsorten aus, ob sie sich mehr für Schnitze oder mehr für Mus eignen. Einige bekannte Musäpfel sind zum Beispiel der Jacques Lebel, der Danziger Kantapfel und unter den späten Sorten der Bohnapfel.

Damit wir Resten von *Apfelmus* nicht wieder in der gleichen Form auf den Tisch bringen müssen, kann es vielleicht einmal zu *gefüllten Omeletten* verwendet werden. Wir backen dünne Omeletten, bestreichen sie mit *Apfelmus*, rollen sie auf und geben sie zu Tee als Nachtessen auf den Tisch. Ein andermal stellen wir einen geriebenen Teig her (die genaue Anleitung dazu findet sich in einem der folgenden Rezepte), schneiden runde Plätzchen heraus, füllen sie mit *Apfelmus* und backen diese *Krapfen* im Ofen.

Gut schmeckt das *Apfelmus* auch mit *Reis* zusammen. Wir kochen einen Reiskreis, süßen ihn und schichten ihn

lagenweise mit Apfelmus in eine bebut-  
terte Auflaufform. Zuunterst und zu-  
oberst soll Reis sein. Obenauf legen wir  
wenige Butterstückli und backen das Ge-  
richt im Ofen, bis es oben leicht braun ist.

Aus *Reis und Aepfeln* erhalten wir  
noch ein anderes, sehr billiges Gericht.  
Wir füllen die eingefettete Auflaufform  
zur Hälfte mit gesüsstem Reisbrei, dem  
wir nach Belieben etwas Butter oder  
« Nidel » von abgerahmter oder gekochter  
Milch beifügen. Die geschälten Aepfel  
schneiden wir in Viertel und diese quer  
in dünne Scheibchen. Wir vermischen sie  
mit Zimmetzucker und füllen die Form.  
Zuoberst kommen wieder ein paar kleine  
Butterstückchen. Wir backen diese Reis-  
äpfel zuerst eine Viertelstunde zugedeckt,  
nachher zirka 20 Minuten abgedeckt, bis  
die Aepfel weich sind. Dieses Gericht  
kommt bei uns manchmal als Nachtessen  
auf den Tisch, und gross und klein isst es  
sehr gerne.

Eine gesunde und bekannte Apfel-  
speise ist das *Birchermüesli*, wir wollen es  
darum nicht unerwähnt lassen. Es werden  
zur Zubereitung oft Rahm oder kondensi-  
erte Milch verwendet und die Hafer-  
flocken mit Wasser eingeweicht. Nun kön-  
nen wir aber auch die Flocken mit Milch  
einweichen, dann Zitronensaft, Zucker,  
die mit der Schale geraffelten Aepfel und  
nach Belieben gemahlene Haselnüsse bei-  
fügen. Auf diese Art kommt uns das Roh-  
kostmüesli gar nicht teuer zu stehen.

In vielen Familien ist es Brauch,  
jeden Sonntag, oder doch mindestens an  
Festtagen oder wenn Besuch erwartet  
wird, einen *Dessert* aufzutragen. Mit den  
vielen Desserts aus Rahm ist es aber nun  
für einige Zeit Schluss. Da können unsere  
Aepfel vorzüglich die Lücke ausfüllen.

Wie herrlich schmecken zum Beispiel  
*gebratene, gefüllte Aepfel*. Wir legen die  
gewaschenen, etwas ausgehöhlten Aepfel  
in die eingefettete Auflaufform, geben in  
jeden Apfel einen Teelöffel Zucker und  
ein paar Rosinen und belegen das Gericht  
mit Butterstücklein. Die gefüllten Aepfel  
werden im heissen Ofen weich gebraten.

An Stelle der Sultaninen können wir  
auch eine Haselnussfüllung herstellen aus  
4 Esslöffeln gemahlener Haselnüssen,  
2 Löffeln Zucker, einer halben Zitronen-  
schale samt Saft und 2 Löffeln Milch.  
Diese Zutaten mischen wir gut, füllen  
damit die Aepfel und braten sie.

Es folgen nun noch einige Rezepte  
von guten Apfelgerichten, die als Mittag-  
essen zu Kaffee, als Nachtessen oder teil-  
weise auch als Dessert aufgetischt werden  
können. Sie sind in ihrer Herstellung  
möglichst sparsam gehalten und nehmen  
vor allem auf die rationierten Lebensmit-  
tel Rücksicht. Die Zutaten braucht man  
in der Reihenfolge wie sie aufgeschrie-  
ben sind.

#### « Apfelschopen »

1 ganzer Schilt oder 350 g Brot 1 l Milch	}	Das Brot in Dünkli schneiden, kochende Milch darüber gies- sen und eine Weile zugedeckt stehen las- sen, dann die Dünkli fein zerdrücken oder durch die Hackma- schine treiben.
80 g Butter		schaumig rühren.
150 g Zucker 4 Eigelb 2—3 Löffel Nidel (von gekochter Milch)	}	beifügen und $\frac{1}{4}$ Stunde rühren, nachher die ausgekühlte Brot- masse dazugeben.
60—80 g Haselnüsse $\frac{1}{2}$ Esslöffel Zimmet 1 kg Aepfel Saft und Schale von 1 Zitrone		Auch beifügen. (Die Äpfel schälen und in dünne Scheibchen schneiden.)
4 Eiweiss	}	zuletzt unter die Masse ziehen.



Vorbereiten der Springform: Die Form gut einfetten, dann ein Pergamentpapier in der Grösse des Springformbodens hineinlegen und ebenfalls einfetten.

Backzeit 1 Stunde in ziemlich guter Hitze. Den Kuchen etwas auskühlen lassen, auf das Tortengitter stürzen und das Papier sorgfältig lösen, dann auf die Tortenplatte stürzen und mit wenig Zucker bestreuen. Am besten schmeckt der « Apfelschopen » kalt.

### Apfelkuchen

#### Geriebener Teig:

250 g Mehl	} miteinander verreiben.
80 g Butter oder Fett	
1 Teelöffel Salz	
1 Teelöffel Backpulver	darunter mischen.
Zirka $\frac{1}{2}$ Tasse Wasser	} Die Masse mit dem Wasser anfeuchten und leicht zusammenkneten.

#### Füllung:

2 Löffel Brösmeli	} den Teighoden damit bestreuen.
Zirka $1\frac{1}{2}$ Pfund säuerliche Aepfel (z. B. Boskop)	} schälen und in dünne Schmitze schneiden u. dicht nebeneinander auf den Kuchenboden legen.

#### Guss:

1—2 Eier	} gut verrühren und über die Äpfel verteilen.
60 g Zucker	
$\frac{1}{2}$ Teelöffel Zimmt	
1 Teelöffel Maizena	
1 dl Milch	} auf den fertig gebackenen, noch heissen Kuchen streuen.
1 Esslöffel Zucker	

Wenn wir den geriebenen Teig, wie hier, mit wenig Fett herstellen, fügen wir etwas Backpulver bei. Wir dürfen diesen Teig nur leicht zusammenkneten; je mehr wir kneten, desto zäher wird er. Die angegebenen Zutaten reichen für ein mittleres Kuchenblech. Der Guss kann auch weggelassen werden.

### Brotauflauf mit Aepfeln

5 Einback oder 250 g Brot	} in Dünkli schneiden.
$1\frac{1}{2}$ Pfd. Aepfel	} schälen und in dünne Scheibchen schneiden, mit den Dünkli lagenweise in die eingefettete Auflaufform schichten.

4 Essl. Zimmetzucker	} Jede Lage damit bestreuen.
5—4 Eier	
$\frac{1}{2}$ l Milch	} Diese Eiercreme gut mischen und über die Dünkli giessen.
1 Esslöffel Zucker	
1 paar Butterstückli	} zum Belegen des Gerichtes.

Backzeit etwa  $\frac{3}{4}$  Std., d. h. bis der Auflauf schön braun und die Eiercreme fest ist.

### Apfelomeletten

400 g Mehl	} Einen ziemlich dicken Omelettenteig herstellen.
$\frac{1}{2}$ Esslöffel Salz	
$\frac{1}{2}$ l Milchwasser	
3 Eier	} Die Äpfel schälen, in ganz dünne Scheibchen schneiden, den Zucker zugeben und mit dem Teig vermischen.
1 Pfd. Aepfel	
2 Löffel Zucker	
Fett zum Backen	Zucker zum Bestreuen

Wir machen  $\frac{1}{2}$  Löffel Fett heiss, geben etwa einen Fünftel des Teiges hinein, backen die Omelette zuerst abgedeckt ein paar Minuten, dann zugedeckt noch ein paar Minuten unter öfterm Schütteln. Wir wenden sie mit Hilfe eines Deckels, geben noch ein wenig Fett zu und backen die Omelette bis sie unten braun ist und die Äpfel weich sind. Dann richten wir sie auf eine heisse Platte an, bestreuen sie mit Zucker und backen die übrigen Omeletten auf die gleiche Weise.

### Apfelrösti

1 kg Aepfel	} geschält oder ungeschält in Scheibchen schneiden.
200 g Zucker	
6 dl Wasser	} Weichkochen der Äpfel mit diesen Zutaten zusammen.
2—3 Löffel Fett	} 1. Erhitzen des Fettes. 2. Rösten der Dünkli bis sie schön braun sind.
300 g Brot, in Dünkli geschnitten	

Wenn wir die Äpfel zu früh mit den Brotdünkli mischen, werden diese weich, und das Gericht schmeckt dann nicht mehr so gut.