Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 17 (1941-1942)
Heft: 5

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

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1067055

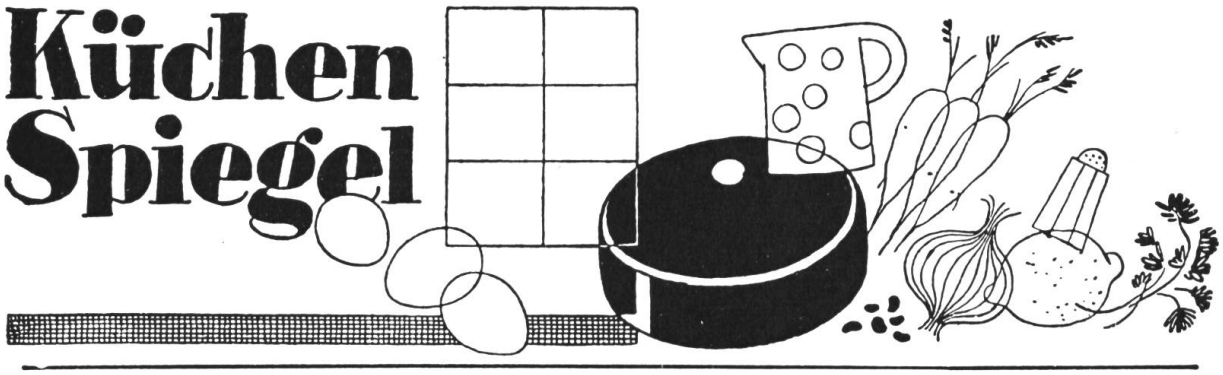
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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: 30.09.2025

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



Gut, fast unbekannt und deshalb billig

Antworten auf unsere Rundfrage

IV.

Kräuter-Omeletten und Suppe aus Brennesselspitzen

Mit den ersten warmen Tagen erscheinen an Hecken- und Bachrändern die grünen Sprossen der Brennesseln. Man schneide mit der Gartenschere (alte Lederhandschuhe zum Schutze der Hände anziehen!) junge Brennesseltriebe ab und bereichere mit ihnen die Frühjahrsmahlzeiten folgendermaßen:

1. Mische die Nesseln mit Löwenzahn und mit anderen grünen Kräutern, die man im Garten findet, zerschneide alles fein und mache damit Kräuter-Omeletten. *R. Th.*

2. Man gebe roh gehackte Brennesseln mit etwas Peterli, Schnittlauch und Majoran der fertigen Kartoffel- oder Erbssuppe bei. *E. G.*

Was ich von den gesammelten Brennnesseln nicht frisch aufbrauche, trockne ich und zerreibe die getrockneten Blätter zu Pulver. Dies ergibt ein gesundes, kräftiges Suppenkraut, das das ganze Jahr hält. *H. Z.*

Maßliebchen-Salat (Bellis perennis)

Sobald der Schnee schmilzt und man die ersten weißen, oft ins Rötliche spielenden Blümchen auf abgeernteten Pflanzplätzen oder an Waldrändern sieht, pflücke man die innersten, grünen Blättchen aus der Blattrosette. Sie ergeben mit Zitrone und Nidel (Milch abnehmen) angemacht einen feinen Salat, den man mit gedörrtem, wildem Majoran oder Thymian würzen kann. *M. M.*

Die Brunnenkresse

In mancher Gegend ist fast jeder kleine Bachlauf von der schönsten, saftiggrünen Brunnenkresse durchwachsen. Dieser würzige Salat wird viel zu selten verwendet. Am besten ist er im Februar. Er ist auch noch im März und April eßbar, jedoch viel schärfer. Wir holen die saftigen, zarten Pflanzen solange am Bachufer noch Schnee liegt, zu einer Zeit also, da sonst kein anderer billiger, grüner Salat von frischen grünen Blättern zur Verfügung steht. Die Stengel werden nicht verwendet, nur die Blätter.

1. Brunnenkressen-Salat. Die Brunnenkresse wird mit Öl oder mit von der Milch abgerahmtem Nidel und Zitrone und mit wenig, oder am besten mit gar keinem Salz zu Salat angemacht.

Andere Zubereitungsart: Die Kresse wird entweder mit Scheiben von gekochten Kartoffeln oder mit Löwenzahn, Brennnesseln und gehacktem Peterli gemischt und mit Öl oder Milch und Essig angemacht.

Da die Kresse etwas scharf ist, kann sie mit Vorteil unter Nüßlisalat gemischt werden. *Ch. H.*

2. Vegetarische Brötchen mit Brunnenkresse. Die Brunnenkresse wird gut gewaschen, fein gehackt, mit schaumig gerührter Butter oder Quark vermischt, gewürzt, auf Brotscheiben gestrichen und abwechslungsweise mit Ei- oder Tomatenscheiben garniert. *E. G.*

Wilder Schnittlauch

Auf den Wiesen am rechten Ufer des Zürichsees und jedenfalls noch an manchem andern Ort in der Schweiz wächst im Frühjahr der wilde Schnittlauch. Er steht, gerade wie der in Gärten gezogene, in Büscheln beieinander und ist leicht zu finden, weil er ziemlich höher ist als das zu jener Zeit noch kurze Wiesengras. Auch am Geruch und Geschmack ist er leicht zu erkennen. Man findet ihn reichlich im Februar und März, sobald die Wiesen schneefrei sind. Im April wird er allmählich zäh und verliert sich in dem höher wachsenden Gras.

Dieser wilde Schnittlauch kann als Beigabe zu Suppen, auf Butterbrot, in Omeletten, in Rührei und zu vielen andern Speisen gebraucht werden. *F. B.*

Gute Apfelwähe aus unansehnlich gewordenen Äpfeln

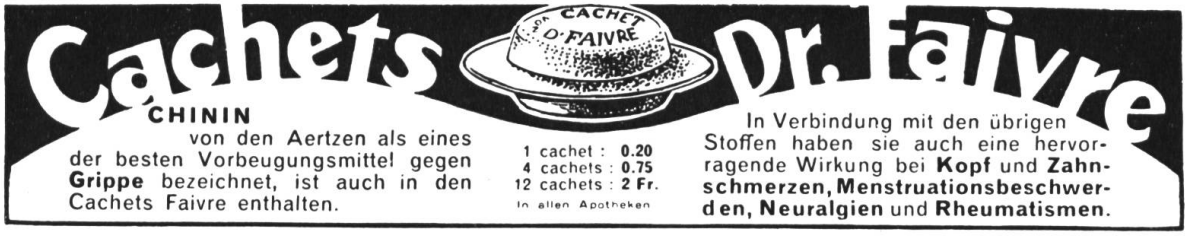
Aus Äpfeln, die wegen längerer Lagerung nicht mehr sehr kräftig sind, läßt sich auf folgende Weise eine gute Wähe zubereiten:

3 Pfund Äpfel werden zugeschnitten, gewaschen, weich gekocht und durch ein Sieb getrieben. Dann gibt man 4 Eßlöffel Zucker und den Saft einer halben Zitrone, der den Äpfeln die verlorene Säure wiedergibt, bei. 250 g geriebenen Teig auswallen, auf das Kuchenblech geben und ihn, mit Kirschensteinen oder Erbsen beschwert, blind backen. Das vorbereitete Apfelmus darauf streichen.

Kuchen aus gedörrten Birnen

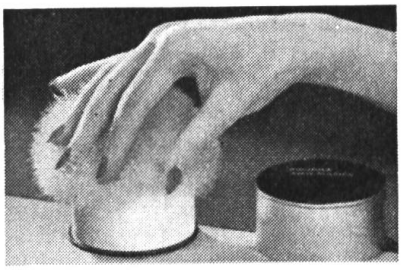
Ein Pfund dürre Birnenschnitze über Nacht einweichen, dann mit wenig Wasser weichkochen und durch die Fleischhackmaschine geben. Unter diesen Birnenbrei mische man: eine Prise Salz, 3 Löffel Zucker, eine Messerspitze Zimt, 1 verklopftes Ei, geriebene Zitronenschale, ½ Tasse von der Milch abgerahmten Nidel.

Man rühre alles gut durcheinander und gebe die Füllung auf das mit geriebenem Teig ausgelegte Kuchenblech. Man kann den Kuchen mit einem mit Eigelb bestrichenen Teiggitter verzieren.

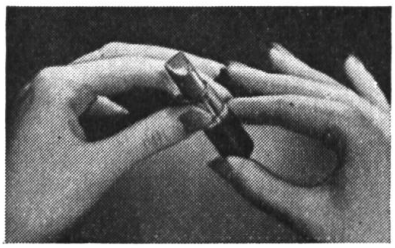


Die THO-RADIA-Produkte sind nicht geschaffen worden um die Unvollkommenheiten Ihres Teints zu überdecken; sie haben eine wohltuende Wirkung auf Ihre Haut und verleihen ihr wieder ihre wirkliche natürliche Schönheit.

Denken Sie daran, daß man Ihr Alter nach Ihrem Aussehen schätzt. Und vergessen Sie nicht, daß die Haut ernährt werden muß, wenn sie das gute Aussehen behalten soll, das der gepflegten Frau ihren Charme verleiht.



THO-RADIA Puder fein und zart, schützt Ihre Haut gegen jede Witterung. THO-RADIA bringt in 9 Schattierungen das Neueste für jeden Teint.



THO-RADIA Lippenrot ist wissenschaftlich erprobt. Es ist unschädlich, streicht sich leicht und trocknet rasch. Ihre Lippen bleiben geschmeidig und bewahren die natürliche Frische.

THO-RADIA

In allen guten Geschäften erhältlich.