

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 17 (1941-1942)
Heft: 6

Artikel: Billiges Frühgemüse
Autor: F.-W.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1067067>

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: 15.01.2026

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

Billiges Frühgemüse

Von F.-W., Gärtnerin

Wenn wir dieses Jahr darauf bedacht sind, uns in den Monaten März, April, Mai trotz der schlechten Zeiten frisches Gemüse zu leisten, so müssen wir neben Löwenzahnsalat vor allem Kresse und Pflücksalat berücksichtigen.

Die Kresse können wir uns selbst in einer Mietwohnung in der Stadt selber ziehen. Sicher findet sich noch irgendwo ein flaches Traubenkistchen, eventuell eine ungebrauchte Balkonkiste. Vielleicht haben Sie einen Balkon, eine Dachterrasse oder einen breiten Fenstersims. Bringen Sie erst grobe, dann feinere Erde in das Kistchen bis 1 cm unter den Rand. Gut glatt drücken mit einem Brettchen. Sie haben für 20 Rp. Kressesamen gekauft.

Nun säen Sie ziemlich dünn und gleichmäßig (beleibe nicht den ganzen Beutel!) und bedecken mit 2 mm feiner Erde, die Sie wieder leicht andrücken. Eine kaputte Scheibe findet sich vielleicht auch irgendwo. Das Kistchen wird sorgfältig begossen und mit der Glasscheibe bedeckt. Vorerst stellen Sie es in die Küche; noch besser auf eine lauwarme Heizung in den Schatten.

Sobald sich die ersten Keimlinge zeigen, bringen Sie die Kiste ans Licht. Die Scheibe muß nun unterlegt werden, damit Luft zutritt. Scharfe Sonnenstrahlen dürfen nicht darauf fallen oder dann müssen Sie ein dichtes Papier auflegen. Sobald die Pflänzchen die Scheibe berühren, entfernen Sie diese. Bei schönem Wetter stellen Sie nun Ihre Kresse auf den Balkon, auf die Terrasse, unters offene Fenster. Wenn es kühl ist oder gar Frost droht, muß die Saat bedeckt oder ins Zimmer, direkt ans Fenster gestellt werden. Begießen Sie je nach Bedarf, das heißt wenn die Erde dem Rand der Kiste entlang zu trocknen beginnt.

Wenn die Pflänzchen 5—8 cm hoch sind, soll die erste Kresse geschnitten werden. Auf diese Weise kann je nach Platz und Bedarf jede Woche eine Aussaat stattfinden.

Im Garten sät man Kresse anfangs



und die Ernte verbessert
haben Sie, wenn Sie
sich die zahllosen praktischen
Ratschläge des
Schweizer.

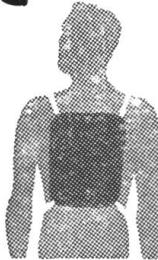
Pflanzenfreund

zunutze machen. Seit
bald einem halben Jahr-
hundert hat dieser be-
liebte Ratgeber vielen
Zehntausenden von Gar-
tenbesitzern zu einem
eigentlichen Wohlstand
verholfen. Eine Probe-
nummer, die Ihnen auf
Wunsch sofort kostenlos

zugestellt wird, überzeugt auch Sie. Diese reich illustrierte
Monatsschrift kostet für ein ganzes Jahr nur Fr. 4.60.
(Postcheckkonto VIII 2633)

Verlag Schweizer. Pflanzenfreund, Ernst Meier AG.
Tel. 235 65 Rüti (Zeh.) Tel. 235 65

Rheuma



Gicht, Ischias u. Hexenschuß
werden durch die wärme-
zeugende Calorigen-Watte
seit Jahren erfolgreich be-
kämpft. Calorigen lindert
Schmerzen und fördert die
Heilung. Einfach und ange-
nehm in der Anwendung,
nicht klebend, nicht hinder-
lich bei der Arbeit. In Apo-
theken u. Drogerien Fr. 1.25.

CALORIGEN
Schaffhauser-Feuerwatte



*Preiswert
kaufen*

**will man heute
mehr denn je
drum geht man
mit Vergnügen
zur bekannten TuchA.G.**

*Jm ganzen Land
als gut bekannt*

TuchA:G.

Gute Herrenkonfektion

Basel, St. Gallen, Luzern, Schaffhausen,
Winterthur, Arbon, Chur, Frauenfeld,
Glarus, Herisau, Olten, Romanshorn,
Stans, Wohlen, Zug, Zürich.
Depots in Biel, Interlaken, Thun, Bern,
Chaux-de-Fonds.

März auf ein geschütztes Beet, zum Beispiel an der Hausmauer. Auch hier kann eine gegen die Wand gelehnte Glasscheibe als Treibfenster dienen. Man sollte aber darauf achten, daß die junge Saat nicht verbrennt. Auch auf Frost ist Kresse etwas empfindlich, sie bekommt dann gelbe Spitzen. In Frühlingsfrostnächten genügt ein dickes, beschwertes Packpapier als Schutz.

Kressesalat ist namentlich sehr gut, wenn er mit den Blättern von jungem Spinat vermischt wird. Wir haben oft um diese Zeit bereits Spinat im Garten, aber zu wenig, um daraus Gemüse zu machen. Vermischt mit Kressesalat, ergibt sich ein schmackhafter Salat. Der Kresse wird die oft nicht so beliebte Schärfe etwas genommen.

Pflücksalat möchte ich besonders rühmen, da er uns die Lücken ausfüllt, bevor der erste Kopfsalat aus dem Garten geholt wird und nachdem die erste Salatserie fertig und die zweite noch nicht bereit ist. Säen wir ihn ebenfalls dünn längs der Hausmauer auf ein geschütztes, sonniges Beet im März. Die Pflänzchen werden später auf 5 cm verdünnt. Amerikanischer Pflücksalat ist bräunlich, aber sehr zart. Sobald die Pflanzen 8—10 cm hoch sind, können wir die äußersten Blätter zu einem Salatgericht pflücken. Es ist ratsam, auch hier in Abständen von 14 Tagen neu zu säen. Es ist vorteilhaft, Pflücksalat gemischt mit Radies zu säen. Auf diese Weise erübrigt sich meist ein Ausdünnen. Schon von Mitte März an kann Pflücksalat ins offene Land gesät werden. Er ist nicht so frostempfindlich wie Kresse. Wir schneiden die Pflanzen nicht ab, sondern pflücken stets nur die äußersten Blätter weg. Vom Herz aus wachsen immer wieder neue Blätter nach, die uns monatlang zarten Salat liefern.

Der australische Pflücksalat bildet größere Köpfchen als der amerikanische. Er ist sehr zart. Die Pflanzen werden auf 15—25 cm verdünnt. Bis in den Herbst hinein können wir immer wieder die äußersten Blätter pflücken.