

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 17 (1941-1942)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Mehr Gemüse  
**Autor:** Burckhardt, Heinrich  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1067078>

#### **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>**

# MEHR GEMÜSE

*Von Heinrich Burckhardt*

Mensch aus irgendeiner sinnlosen Wut heraus kratzt diese Schutzhülle immer wieder auf. Jede kahle Stelle — das ist eine Erkenntnis der neuesten Bodenkunde — schädigt das Erdreich. Wind, Sonne, Regen und Frost ist der Zutritt nicht mehr gewehrt. Die Bodenmikroben sterben ab, denn sie sind philiströse Wesen, lieben ausgeglichene Lebensumstände und sind empfindlich gegen Katastrophen und Abenteuer. An der Pflanzendecke und an der Humusschicht sollen alle diese harten Kräfte abprallen.

## *Der Versuch mit dem Koffer*

Die Psychotechnik kennt einen reizvollen Versuch zur Prüfung des Organisationstalentes: Man muss eine sehr grosse Zahl sehr ungleichartiger Gegenstände in einen kleinen Koffer packen. Die gleiche Aufgabe stellt Ihnen Ihr Gemüsegarten jeden Tag. Sie müssen eine grosse Zahl sehr ungleichartige Pflanzen in Ihrem kleinen Garten unterbringen.

Wenn Sie den Versuch mit dem Koffer oder mit den Kohlköpfen einmal ausprobieren, dann werden Sie erstaunt sein, wieviel auf kleinen Raum mit etwas Geschick sich zusammendrängen lässt.

Männer der Organisation, Kaufleute und Industrielle sind oft auch begeisterte Gartenfreunde. Der Spass an guter Disposition ist wesentlicher Teil aller Gartenfreunde.

Wie sollen Sie von Ihrem kleinen Garten mehr ernten?

## *Das Kleid der Erdkugel*

Ich stelle mir die Erdkugel gerne so wie der Philosoph Fechner als ein belebtes und beseeltes Wesen vor. Die Pflanzendecke scheint mir dann der Pelz zu sein, der dieses kugelige Wesen umhüllt und wärmt. Hoch in den Bergen ist dieser Pelz etwas abgescheuert und in der Wüste hat er grosse Brandlöcher. Ueberall sonst schliesst sich diese Decke sofort wieder, sobald sie reisst oder Löcher bekommt. Nur der

## *Die Grundregel*

Wenn Sie eine Wunde ins Erdreich reissen müssen, dann sollen Sie sie rasch wieder schliessen.

« *Dem Pflug soll der Säemann folgen.* » Diese simple Bauernregel enthält das ganze Geheimnis der guten Gartenorganisation.

*Falsch* ist es, wenn Sie erst das ganze Rasenstück, das zu Ihrem Gemüsegarten werden soll, umspaten, dann die Beete abteilen und schliesslich eine gute Zeit nach dem ersten Spatenstich mit der Bestellung beginnen.

*Richtig* dagegen tun Sie Ihr Gartenwerk, wenn Sie, sobald ein genügend breiter Streifen umgespatet ist — vielleicht etwa 60 cm — mit Pflanzen und Säen beginnen. Die natürliche Bedeckung des Bodens, die möglichst bald wieder zur Wirkung kommen soll, können Sie noch steigern, wenn Sie den Boden mit einer zwei Zentimeter hohen Schicht grobem Kompost bedecken.

Dieses Verfahren der « Streifenkulturen » hat noch einige andere sehr angenehme Vorteile.

Es erlaubt Ihnen zum Beispiel die Pflanzzeiten richtig einzuhalten. Die frühen Gemüsearten kommen auf die ersten Beete, die späten — Tomaten und Gurken — auf die letzten. Sie müssen an der schattigsten Stelle des Gemüsegartens mit Graben beginnen, damit Sie an der sonnigsten enden. Sie erinnern sich ja, dass

# MORGAFARIN

## Ein hochwertiges Nahrungsmittel

**MORGAFARIN** wird wie das bekannte SOYA-KRAFTMEHL aus der Soya hergestellt. Diese Wunderbohne des Ostens, die nun übrigens auch mit Erfolg in der Schweiz angepflanzt wird, ist das hochwertigste aller bekannten Nahrungsmittel.

MORGAFARIN ist das aus extrahierter Soya gewonnene und nach Spezialverfahren verarbeitete Mehl.

**MORGAFARIN** kann daher auch gleich verwendet werden wie Soya-Kraftmehl, dessen einfache Verwendungsmöglichkeiten den meisten Schweizerfrauen bekannt ist.

**MORGAFARIN** enthält ca. 50% vollwertiges Eiweiß und 2% Fett gegenüber 40% Eiweiß und 18% Fett des vollfetten Soya-Kraftmehls.

**MORGAFARIN** ersetzt im Nährwert vor allem Eier und Fleisch!

**MORGAFARIN** gleicht deshalb einen Eiweißmangel aus und mit 2 Eßlöffeln pro Person und Tag wird jedem Eiweißmangel gesteuert. 1 Eßlöffel zu 20 gr enthält ca. 10 gr vollwertiges Eiweiß.

**Morgafarin ist in jedem guten Lebensmittelgeschäft erhältlich**

**500 Gramm Paket Fr. 1.60**



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

### Schweizer. Pflanzenfreund

zunutze machen. Seit bald einem halben Jahrhundert hat dieser beliebte Ratgeber vielen Zehntausenden von Gartenbesitzern zu einem eigentlichen Wohlstand verholfen. Eine Probenummer, 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

Gurken und Tomaten Wärme über alles lieben. Der Gartenplan ergibt sich Ihnen so ganz natürlich von selbst, er wächst aus der Arbeit und aus dem Grundstück heraus.

Nichts ist verdriesslicher, als auf lange Zeit hinaus dieselbe Arbeit zu tun. Nichts erfrischt mehr als ein Wechsel der Arbeitsweise. Wenn Sie die Streifenkultur anwenden, müssen Sie nicht mehr tagelang spaten, Kompost schleppen, säen oder pflanzen. Alle diese Tätigkeiten wechseln vielmehr ständig, Sie geniessen die Aufmunterung der kleinen Portion. Sie sehen auch bald Ergebnisse Ihrer Arbeit. Bevor das ganze Stück umgebrochen ist, spriesen schon die ersten Radieschen, der erste Salat.

### Sie sollen jeden Tag säen

Auch wenn der Garten bestellt ist, sollen Sie ihn trotzdem nie mehr betreten ohne eine Tüte Samen in Ihrer Tasche zu tragen. Wo etwas abgestorben ist, wo eine Lücke sich zeigt, wo etwas abgeerntet wurde, sollen Sie sofort nachsäen oder nachpflanzen. Für jeden Salatkopf, der in die Küche wandert, werden Sie sogleich einen neuen säen.

Sie werden erstaunt sein, wieviel Platz Sie finden, der noch etwas zu tragen vermag.

Sie werden weiter finden, dass Küche und Garten besser zusammenklingen. Wenn Sie dreissig Salatsetzlinge auf einmal aussäen, werden Sie lange Zeit keinen Salat haben, dann auf einen Schlag soviel, dass Sie ihn gar nicht meistern können. Wenn Sie ständig, täglich säen, haben Sie ständig verbrauchsfertigen Salat. Ernten und Säen sollen sich so unmittelbar folgen wie das Einatmen dem Ausatmen.

### Im Schatten der Eltern

Sie können sogar probieren, den Nachfolger schon einzusetzen, bevor der Vorgänger entthront ist. Anfangs Juli zum Bei-

spiel zwischen die Buschbohnen, die bald abgeerntet werden, schon neue Buschbohnen stecken. Die Samen keimen rascher im lichten Schatten. Wenn sie aufgegangen sind, müssen Sie die « Mutterpflanzen » aber bald entfernen. Es ist dies das Verfahren der Natur. Die Samen fallen ab, siedeln sich am Fuss der Mutter an, wachsen in ihrem Dunstkreis heran, und in dem Mass wie sie grösser werden, stirbt die Mutter allmählich ab und macht der neuen Generation Platz.

Es wird nicht ausbleiben, dass eine Gemüseart kaum, dass sie aufgegangen ist, einer andern Platz machen muss, dass sie in der Küche nicht genutzt werden kann. Grämen Sie sich deswegen nicht. Die kleinen Pflänzchen haben ihre Aufgabe, den Boden zu decken, erfüllt. Ja, ich säe geradezu gewisse Unkräuter, Wicken und Ackersenf, allein aus diesem Grund zwischen die Gemüsereihen und schneide sie ab, wenn sie halbhoch sind.

### *Segen des Rekords*

Nichts macht die Arbeit leichter und geschmeidiger, als wenn man ihr ein genaues Ziel setzt.

*Nehmen Sie sich vor, von jedem Quadratmeter Ihres Gemüsegartens 4 kg Gemüse zu ernten.*

Seien Sie hinter diesem Rekord, hinter dieser hohen Zahl — aber noch lange nicht Höchstzahl — her wie eine Bulldogge hinter einer Katze. Beobachten Sie, wie Sie sich diesem Ziel nähern, kosten Sie die Bitternis der Rückschläge, die Wärme der Erfolge ganz und gar aus. Sie werden sehen, wie dieser Zielpunkt Ihre Augen schärft. Wie exakt darauf Sie achten werden, was Ihrem Garten bekommt, was ihm schadet, wie fruchtbar ein kleiner Fleck Erde sein kann, wenn man ihn mit Liebe und Verständnis behandelt. Gerade in unsren Tagen, in denen sich die Sorge wie ein grauer Nebel auf unsere Herzen legt, ist dieses Erlebnis erquickend und ermunternd.

## **Jetzt ist es Zeit zur Frühjahrskur!**

In Baum und Strauch regt es sich und treibt die ersten Knospen.

Auch der Körper des Menschen strebt im selben Rhythmus nach Erneuerung. Abstreifen will er die Schlacken, die einseitige Winterkost, Mangel an Sauerstoff in ihm zurückgelassen haben, und die sich lähmend auf ihn legen.

Helfen Sie gerade jetzt Ihrem Körper in seinem Bestreben, sich zu reinigen und von Frühjahrsmüdigkeit, Unbehagen, unreiner Haut, Verdauungsstörungen, zu befreien.

Gönnen Sie ihm eine Frühjahrs- und Kräftigungs- kur mit dem Aufbau- und Regenerierungs- mittel Elchina nach Dr. med. Scarpatetti und Dr. Hausmann.

Elchina, Originalflaschen zu 3.75 u. 6.25, vorteil- hafte Kurpackung Fr. 20.—. In allen Apotheken.

### *Gute und kräftige Suppen*



# Volles, duftiges Haar durch Canadoline

Durch Canadoline, mit oder ohne Fett, gewinnen Ihre Haare ihre natürliche Gesundheit zurück. Canadoline wird auf einer Petrolbasis hergestellt, verleiht dem Haar Glanz und ist ein altbewährtes gutes Mittel gegen Schuppen und Haarausfall.



## CANADOLINE

ein CLERMONT ET JOUET Produkt ★

### Geschenke für Ostern

Adolf Guggenbühl  
und Georg Thürer

#### Schwyzer Meie

Geb. Fr. 6.80, kart. Fr. 4.80  
4. Auflage

Ernst Feuz

#### Schweizergeschichte

Mit 16 Tafeln, geb. Fr. 9.80  
4. Auflage

In allen Buchhandlungen erhältlich

Alfred Birsthaler

#### Mea culpa

Geb. Fr. 7.50  
8. Auflage

*Wir verlegen nur Bücher, zu denen wir stehen können*

SCHWEIZER-SPIEGEL-VERLAG ZÜRICH