

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 17 (1941-1942)
Heft: 2

Artikel: Hash, ein gutes Gericht aus Fleischresten
Autor: F.B.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1067027>

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>

Küchen Spiegel



Hash, ein gutes Gericht aus Fleischresten

Von Frau F. B.

Als ich vor vielen Jahren längere Zeit in den Vereinigten Staaten wohnte, bekam man auf dem Land und in den Städten vielfach zum Abendessen oder auch schon zum Frühstück das berühmte « Hash » (Gehacktes). Zu jener Zeit glaubte sich der Amerikaner unterernährt, wenn er nicht dreimal am Tag etliche tüchtige Portionen Fleisch zu essen bekam. Dass es bei diesem System auch immer reichlich Fleischresten gab, ist klar. Aus diesen Fleischresten entstand nun meistens, mit Zugabe von Kartoffeln und Zwiebeln, das besonders in Fremdenpensionen mehr berüchtigte als beliebte Hash, welches aber bei sorgfältiger Zubereitung eine äusserst schmackhafte, nahrhafte und billige Speise ist.

Man kann die verschiedensten Resten von gekochtem oder gebratenem Fleisch dazu verwenden; wenn nicht genug vor-

handen sind, gibt man 1—2 Cervelats oder ein Stück Magerspeck dazu. Alles wird durch die Maschine getrieben und mit etwas Fett, womöglich auch übriger Bratensauce, mit gekochten geriebenen Kartoffeln und je nach Geschmack viel kleingeschnittenen Zwiebeln etwa eine Viertelstunde gedämpft, wenn nötig unter Zugabe von etwas Fleisch- oder Gemüsebrühe oder auch nur von Wasser. Das Gericht soll aber nicht in Flüssigkeit schwimmen, sondern in der Konsistenz etwa wie Risotto oder Kartoffelstock sein. Ich nehme auf eine grosse Tasse feingehackte Fleischresten zwei ebensolche Tassen Kartoffeln und $\frac{1}{2}$ —1 Tasse Zwiebeln. Das ist aber nicht ein feststehendes Gesetz, sondern man kann sich bei der Zusammenstellung ganz nach den Vorräten und nach dem persönlichen Geschmack richten. Wenn keine Fleischresten vorhanden sind, lässt sich rohes gehacktes Fleisch nehmen, ebenso zur Abwechslung rohe Kartoffeln anstatt gekochte, nur muss dann das Fleisch zuerst angebraten und Fleisch und Kartoffeln etwas länger gekocht werden. Man würzt mit Salz und etwas Pfeffer, nach Belieben auch mit Suppenwürze oder Tomatenpuree.

Heutzutage sind nun zwar die Fleischresten eher rar, aber man kann einmal die doppelte Portion Siedfleisch kochen und die eine Hälfte am nächsten Tag als Hash auf den Tisch bringen, etwa mit grünem Salat. Wer es ganz fein machen will, garniere das Hash zur Abwechslung mit einem Spiegelei pro Person oder mit gebratenen Speckstreifen.