**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber
**Band:** 18 (1942-1943)
**Heft:** 6

**Artikel:** Ehrlich währt am längsten
**Autor:** Guggenbühl, Helen
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-1066720

**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:** 08.01.2026

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

# EHRLICH WÄHRT AM LÄNGSTEN

*Von Helen Guggenbühl*

Wer in der bescheidenen Trattoria eines Tessiner Dörfchens etwas Gutes essen wollte, bestellte einen Risotto oder ließ sich eine Portion Polenta geben, mit viel Käse darüber, dazu eine hausgemachte Wurst und Rotwein. Das war eine anspruchslose Mahlzeit, aber eine, die jeden Gourmets würdig ist. Das Essen war unkompliziert, aber in seiner Art vollkommen, richtig zubereitet und richtig serviert.

Es ist schade, daß uns die klassische italienische Kochkultur nicht häufiger als Vorbild dient. Unsere Kochbücher frönen viel zu sehr dem falschen Ideal der sogenannten gepflegten Küche, die dem Motto huldigt: « Warum einfach, wenn es auch kompliziert geht. »

An einem Kochkurs, an dem ich teilnahm, kam die vielseitige Verwendung von gesottenem Rindfleisch zur Sprache. Dabei zeigte man die Herstellung eines Gerichtes, bei dem einige Stücke Gesottenes in einer Glasform, in Gemüseragout eingebettet und von einer Sauce begossen im Bratofen zubereitet werden.

« Dieses Gericht ist sehr empfehlenswert, und die Herren merken kaum mehr, daß es Rindfleisch ist, was sie in dieser schönen Platte bekommen », erklärte stolz die Kochlehrerin. Warum aber in aller Welt dürfen die armen Herren nicht merken, was sie eigentlich essen? Einige Scheiben Rindfleisch auf dem Teller, auf einem andern ein zeitgemäßes Gemüseragout, und unter Weglassung der dicken Sauce, die alles gleichschaltet, das ist ein Essen, hundertmal besser und kultivierter als die komplizierten Als-Ob-Gerichte.

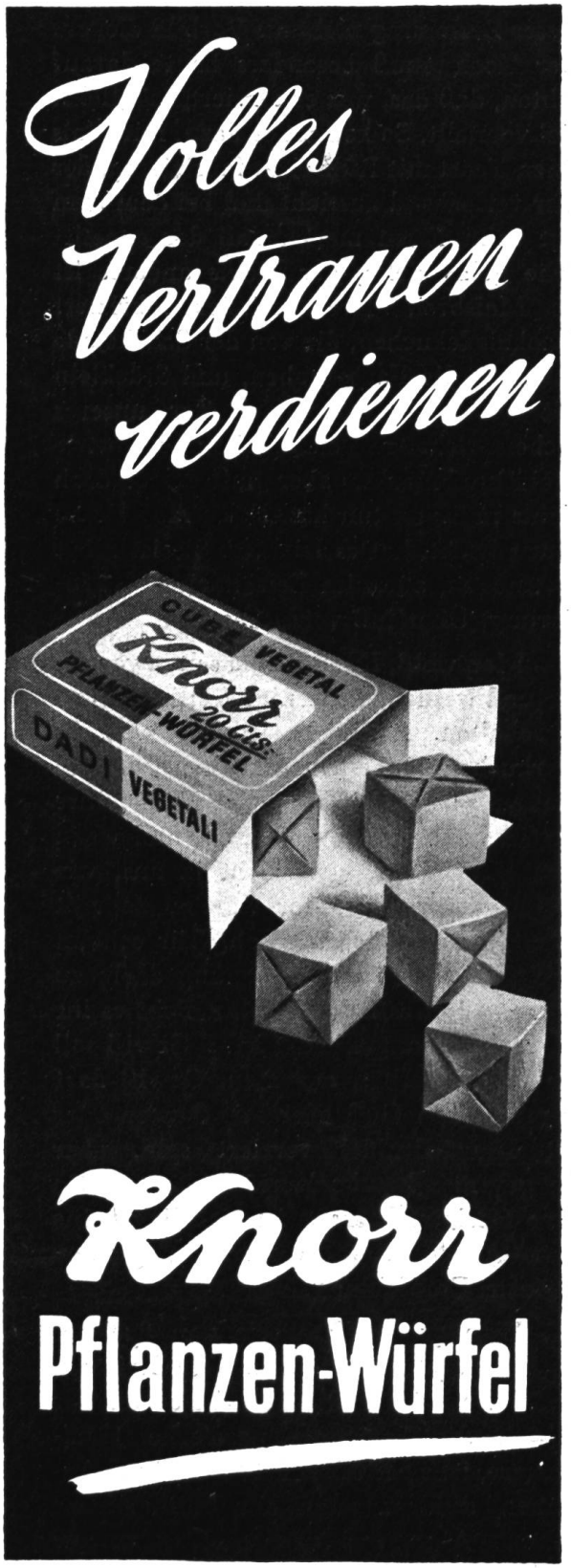
« Ganz einfach und ganz gut » sollte unser Leitspruch lauten. Das gilt auch für die Art, wie die Speisen serviert werden müssen. Ich bin durchaus nicht der Ansicht, Schaugerichte, wie sie gelegentlich in Kochkunstausstellungen gezeigt werden, seien eigentlich überlebt. Es ist durchaus am Platz, wenn an der festlichen Tafel besonders raffinierte Gerichte auch in entsprechender Aufmachung dargeboten werden. In der häuslichen Küche des Alltags aber scheint mir ehrliche Sachlichkeit der beste Koch. Kartoffeln, Reis, Bohnen sind, gut zubereitet, herrliche

Dinge und durchaus nicht auf schmückende Zutaten angewiesen. Die sogenannte Garnitur ist ein gefährliches Hilfsmittel, beim Essen wie bei Kleidern. Ein gut gearbeitetes Kleid bedarf keiner Litzchen und Rüschchen. Und der feucht-goldig glänzende Risotto ist ohne jede Garnitur mit Tomaten oder Sardinen oder Pilzen ein schöner Anblick.

Es gilt vielmehr die Hauptsache zu betonen: « Die Speise an sich. » Nett angerichtet, ja, aber nicht so, daß das Gericht mehr vorstellt, sondern daß es sich selber vorstellt. Die Hotelküche darf in dieser Beziehung nicht als Vorbild dienen. Der Koch muß besonders heute darauf achten, daß das, was er serviert, möglichst viel vorstellt. So kommt er dazu, mit Mais einen Toast mit Rührei zu fabrizieren, der sehr verlockend aussieht und bei dem man erst beim Essen merkt, daß der appetitliche gelbe Belag gar nichts anderes ist als Maisbrei. Der Patissier fabriziert Schokoladekuchen, die von der Schokolade nur noch die Farbe haben, und Stücklein mit geschwungenem Nidel, der unserer hochentwickelten chemischen Industrie alle Ehre macht, aber mit Nidel doch nichts mehr zu tun hat. Die Frau, die zu Hause kocht, hat es leichter. Sie ist nicht gezwungen, auch im Zeitalter der Rationierung, Überfluß vorzutäuschen.

Man weiß, Kuchen sind selten geworden und werden für wenige festliche Tage vorbehalten. Auch da ist der *ehrliche* Sparkuchen der beste Sparkuchen. Manche Frauen geben sich sehr viel Mühe, ihre Torten kunstvoll zu verzieren, und wenn man ihnen sagt, « sie sieht ja aus, wie wenn sie vom Konditor wäre », so gilt ihnen das als höchstes Lob. Mir scheint eine viel größere Anerkennung darin zu liegen, wenn es heißt: « Man sieht es ihr an, daß sie hausgemacht ist. » Gewiß soll der Kuchen schön aussehen. Gewiß darf er mit einem Guß oder mit Saucen oder mit Haushaltnidel verziert sein, aber ein gewisses hausbackenes Aussehen, das seine Herkunft verrät, ist wahrlich keine Schande, sondern im Gegenteil die allerschönste Empfehlung.

Eine ganze Kategorie von Speisen, die geradezu der Garnitur ihre Existenz verdanken, bilden die Horsd'œuvres. Ihr Urbild, das berühmte nordische Horsd'œuvre, ist zweifellos nicht nur ein ästhetischer, sondern auch ein kulinarischer Genuß. Aber was unsere Horsd'œuvres in der Regel darstellen, ist, verglichen




damit, nur eine Karikatur. Es sieht farbig, hübsch aus, es stellt viel vor und bietet wenig. Das Horsd'œuvre scheint mir deshalb in der schweizerischen Privatküche eher ein Fremdkörper zu sein.

All das soll durchaus nicht heißen, daß es nicht wichtig ist, wie die Speisen serviert werden. Heute, wo die Tischtücher fehlen, ist in vielen Familien in dieser Beziehung eine gewisse Vernachlässigung zu konstatieren. In England und Amerika aß man in vielen Familien schon lange ohne Tischtücher, und der Tisch sah trotzdem sehr schön aus. Natürlich braucht es dazu geeignete Tische, d. h. Tische mit Massivholzplatten, die gefegt oder gewichst werden, so daß man heiße Schüsseln darauf stellen kann und ihnen das tägliche Abwaschen nichts schadet.

Früher gab es viele Familien, bei denen das Werktagsgeschirr vom schönen « Service » streng geschieden war. Dagegen ist nichts einzuwenden, wenn man darauf achtet, daß auch das Werktagsgeschirr trotz aller Einfachheit schöne Formen aufweist. Aber es ist sicher unrichtig, wenn das sogenannte gute Geschirr nur einmal im Jahr oder überhaupt nie gebraucht wird, sondern unnütz im Buffet lagert. Es sollte zum mindesten jeden Sonntag gebraucht werden.

Beides zusammen, einfaches gutes Essen und schönes Auftischen, trägt dazu bei, daß die Mahlzeit eine heitere Familienzusammenkunft wird. Das ist im Krieg noch nötiger als im Frieden. Jedes Mahl ist ein Liebesmahl, ein Symbol der Gemeinschaft. Es soll sich deshalb vom übrigen Tagesgeschehen deutlich abheben. Wo kein Tischgebet gesprochen wird, sollte zum allermindesten die Regel eingehalten werden, daß die Familie das Essen gemeinsam beginnt und niemand aufsteht, bevor alle fertig sind.