

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 18 (1942-1943)
Heft: 10

Artikel: Wie ich meine Kinder kochen lehre : Antworten auf unsere Rundfrage
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1066758>

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: 21.01.2026

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



Wie ich meine Kinder kochen lehre

Antworten auf unsere Rundfrage

Der Puppen-Kochherd

Wir wohnen auf dem Lande. Meine sechs Buben und vier Mädchen können alle tadellos kochen. Jedes hat seine Spezialität, die nur es allein so fein herstellen kann. Die acht Ältesten sind heute erwachsen. Ich habe nur noch zwei, einen Buben und ein Mädchen im schulpflichtigen Alter.

In unserm Haushalt wäre es für ein Schulkind unmöglich gewesen, allein ein selbständiges Essen zu kochen, denn oft waren wir 15 Personen am Tisch. Zudem mußte ich selber während der Woche beständig hinter dem Ladentisch stehen, da wir eine Milch-, Butter- und Käsehandlung führen. Wie machte ich es nun?

Meine Kinder hatten einen guten Kinderkochherd. Er wurde mit Spiritus geheizt. Am Sonntag hieß es oft: heute « köcheln » wir. Richtige kleine Menus wurden zusammengestellt, natürlich zuerst unter meiner Aufsicht. Was wurde nicht alles gekocht: Suppen, Kakao, Brotschnitten, Komposte! Da auch ein richtiger kleiner Backofen vorhanden war, gab es sogar Kuchen. Es durfte aber nie gepfuscht werden; nur was nach den Regeln der Kochkunst hergestellt war, wurde anerkannt. Auch die Buben spielten selbstverständlich mit. Einige Kinder deckten den Tisch und dekorierten ihn so schön als möglich. Es reute mich nicht, den Kindern mehrmals wirklich schöne Eßgeschirrli auf Weih-

nachten zu schenken. Es ist gar nicht nötig, die Speisen allzusehr zu garnieren, aber der Tisch muß nett aussehen. Das wollte ich meinen Kindern möglichst früh beibringen. Wie oft mußte ich dabei über die Phantasie und das natürliche Geschick der Kinder beim Schmücken des Tisches staunen!

Später durfte eines der größeren Kinder hie und da einen Kuchen backen, der auf den Tisch der Erwachsenen kam. Wurde er zur Abwechslung auch einmal teigig, nun, gegessen wurde er dennoch! Ein anderes Mal stellten sie zum Geburtstag der Geschwister ein Dessert her, wozu dann auch die Freundinnen erschienen. Welcher Stolz, wenn die ganze große Gesellschaft beim Tisch saß und der Künstler sein Werk aufstellen durfte: Ganz allein gemacht!

Im Sommer sagte ich zum Beispiel: « Wer im Garten die Erbsli pflückt, darf sie nachher auch kochen. » Ich war erstaunt, wie schnell sie die Zubereitung einer Gemüsesauce lernten. Wenn dann ein Kind nicht mehr schulpflichtig und kräftig genug war, die schweren Pfannen zu tragen, half ich nur noch beim Würzen der Speisen.

Als die Buben ins Flegelalter kamen, fanden sie, es sei nun unter ihrer Würde, Mädchenarbeit zu verrichten. Ich ließ sie gewähren. Erst später, als sie etwa siebzehn Jahre alt waren, redete ich ihnen zu:

« Ihr wollt doch nicht, daß ihr später nicht einmal ein Essen selber fertigbringt; daß ihr ganz auf andere Leute angewiesen sein müßt! Und wenn ihr einmal heiratet, solltet ihr doch eurer Frau etwa ein Spezialplättli kochen können. »

Das wirkte. Sie entwickelten ein erstaunliches Talent. So feine Braten kamen nur auf den Tisch, wenn die Burschen gekocht hatten. Allerdings sah es nach diesen Mittagessen in unserer Küche nichts weniger als erfreulich aus. Nicht, daß sie durch Unachtsamkeit vergeudet hätten, nein, aber gespart wurde an nichts, und auch die Ordnung, die sie zurückließen, war gar nicht mustergültig. Sie sahen es

aber als selbstverständlich an, das Aufwaschen jedesmal selber zu besorgen.

A. M.

Meine Buben kochen so gern wie die Mädchen

Als Ärztin liegt mir das Thema der Rundfrage besonders am Herzen, da ich in meiner Praxis nur zu oft die Unterlassungs-sünden der Mütter beobachten muß.

Ich habe bei der Erziehung meiner Kinder (drei Buben und zwei Mädchen) die Erfahrung gemacht, daß die Kinder mit Interesse an der Arbeit sind, mit der ich mich beschäftige. Das gilt auch für die Küchenarbeit. Daß sie alle rasch eine gewisse Selbständigkeit erreichten, liegt zum Teil in ihrer Art; anderseits bin ich oft wirklich auf ihre Hilfe angewiesen. Die Notwendigkeit, die Kinder gelegentlich allein kochen lassen zu müssen, hat mir sehr viel geholfen — ihre Arbeit ist ein Faktor in unserem Haushalt und wird dementsprechend geschätzt. Wenn einmal etwas « lätz » heraus kommt, verzweifelt niemand. Auch jetzt ist es noch möglich, in den letzten Minuten etwas Mißlungenes zurechtzumachen; die Kinder sollen sich auch in solchen Fällen zu helfen wissen.

Angefangen haben wir meist beim Backen der Weihnachtsgutsli, bei den Vorbereitungen zu Picknicks, beim Herstellen eines Geburtstagskuchens, alles Dinge, die das Gemüt sehr berühren. Ich lasse dann die Kinder, auch die kleinsten, soviel wie möglich alles tun und diene ihnen zu, statt daß sie mir nur Handreichung leisten dürfen. Wenn die Kleinen mit heißem Eifer dabei sind, ist die Unge-schicklichkeit gar nicht so groß, wie man meint. Zwischen Buben und Mädchen habe ich keinen Unterschied gesehen; Buben essen meist sehr gern etwas Gutes — also!!

Bei uns ist das Kochen die wichtigste Hausarbeit; Resten gibt es mittags selten, so daß täglich zwei Mahlzeiten richtige Kochvorbereitungen brauchen. Die Familie ist groß, und darum ist die Mithilfe

eines der Kinder fast immer notwendig. Aber nicht nur die ausgesprochen praktisch veranlagten unter unsren Kindern kommen spontan in die Küche, auch die Tochter, die daneben ein richtiger Bücherwurm ist, hilft regelmäßig beim letzten Zurechtmachen mit.

Ungünstig wirkt es sich nach meinen Erfahrungen aus, wenn die Hilfskräfte in Küche und Haushalt sehr tüchtig sind und wenn für alle verlangten Arbeiten stets genügend Personal zur Stelle ist. Wird die Arbeit ohnehin getan, so ist für die Kinder kein Platz und kein Antrieb da. Es braucht dann einen zielbewußten Willen der Eltern, um ihre heranwachsenden Sprößlinge in den Arbeitsprozeß einzurichten.

Ebenso ungünstig zum Anlernen sind dauernd übermüdete Mütter — in gereiztem Zustande sollten wir Frauen die Hände von allem « Erziehen » lassen. Es sei deshalb kein Opfer zu groß, um in den Normalzustand zurückzugelangen, wo wir freudig mit unsren Kindern zusammen alle unsere Arbeit tun können.

Dr. E. B.

Nur keine nervöse Ängstlichkeit!

Ich weiß es genau: Wenn zuwenig Schlaf oder andere Umstände meine Nerven zappelig gemacht haben, würde ich besser ins Bett liegen, statt Kinder erziehen zu wollen. Es fehlt dann an allen Ecken und Enden, in erster Linie aber an innerer Ruhe und Geduld, an einer positiven Einstellung der Arbeit und den Kindern gegenüber.

Ob das etwas mit dem Kochenlernen zu tun hat? Ich meine wohl! Wie schnell reiße ich meiner Kleinen das Messer ungeduldig aus den Händen: « Gib her — das geht mir zu langsam, du wirst ja ewig nicht fertig mit Zwiebelschneiden. » Oder ich schaue alle paar Minuten zur Küchentüre herein und ermahne die Abwaschmannschaft zu pressieren, weil sie noch das und jenes zu tun hätte. Oder ich bestürme die junge Köchin ununterbrochen, den teuren Braten ja nicht anbrennen zu lassen — bald nimmt sie zuwenig, bald

zuviel Fett, um das Mehl zu dämpfen, und zum Überfluß wird der klebrige Topflappen Gegenstand eines längern Referates. Was Wunder, wenn inzwischen die Milch überkocht und das Mehl zu dunkel wird? Und wenn dann erst noch vor lauter Pressieren eine Tasse zu Boden klirrt, dann explodiert das Pulverfaß, und Helferwille und Kochbegeisterung sind für einmal dahin!

E. Th.

Jede Arbeit interessant gemacht

Sogar das Abwaschen — sogar das Kartoffelschälen, das Rüblischaben — ja sogar das Linsenerlesen! Natürlich wollen immer alle Fleischplätzli klopfen und Beefsteak backen, Mehl anrühren und Teigschüsseln ausschlecken. Aber das andere, das « Langweilige », muß eben auch getan sein, und zwar exakt und rasch.

Man kann neben dem Kartoffelschälen Lieder singen. Das ist poetisch und nett und mag für ein ungerades Mal angehen. Aber als Regel würde ich das « singende Kochen » doch nicht einführen. Die Arbeit wird sonst ebenso langfädig wie « Es wohnt ein Pfalzgraf wohl an dem Rhein », und daß sie trotz dem Rhythmus besonders exakt würde, kann ich auch nicht behaupten.

Da teile ich den Berg von fünfzig Kartoffeln doch lieber in drei entsprechende Haufen, und dann beginnt der Wettkampf.

« Wer ist am schnellsten fertig, wer hat die dünnsten Schalen, wer die saubersten Kartoffeln? » Oder ich bespreche die verschiedenen Gerichte, die sich aus den Erdäpfeln machen lassen, oder wir arbeiten nach dem Uhrzeiger, und jedes schaut zu, wie viele Kartoffeln es in fünf Minuten fertig bringt. Die Linsen läßt man aus dem « großen See » in ganz feinen Bächlein in die Schüssel auf den Knien tröpfeln und «erliest» sie zugleich. Wer am meisten für die Tauben « ins Kröpfchen » gefunden hat (denn die Aschenbrödelgeschichte taucht natürlich jedesmal auf), bekommt irgendeinen kleinen Preis.

So ist also meine Regel diese: alle interessanten Arbeiten spare ich wenn

möglich für die Kinder und verteile sie demokratisch. Ebenso demokratisch werden aber auch die weniger interessanten Arbeiten verteilt und wenn möglich durch irgendeinen «Trick» interessant gemacht.

E. Th.

Die leeren Eier

Ein einziges Mal kochte ich in meiner Kindheit, doch blamierte ich mich dabei so sehr, daß ich viele Jahre hindurch keinen Mut mehr zum Kochen fand.

Da zu Hause immer ein Dienstmädchen da war, kam ich ganz selten in die Küche. Einmal aber war ich mit meinem Vater allein zu Hause. Das Dienstmädchen hatte mir vor dem Weggehen das Menu erklärt: Spinat (er war bereits vorgekocht), Salzkartoffeln und Spiegeleier. Sie schärfste mir ein, die Eier ja in recht viel Fett zu braten. Ich war guten Willens und wollte alles aufs Beste machen.

Bereits standen der Spinat und die Kartoffeln fertig zubereitet da. Nun gab ich recht viel Fett in die Pfanne, und als es anfing zu zischen, war ich schon ganz aufgeregt. Ich griff nach dem ersten Ei, schlug es an der Pfanne auf, « eins, zwei, Auge zue » . . . nichts war in der Pfanne! Schnell das zweite Ei . . . wieder nichts! Und so unglaublich es klingt, ich klopfte fünf Eier auf und merkte nicht, daß mir der Inhalt jedesmal neben die Pfanne geriet und im Kohlenkasten, der gerade neben dem Herd stand, lautlos verschwand. Als mein Vater in die Küche kam und mich fragte: «Was machst du?», da schluchzte ich ganz verzweifelt:

« Eier, aber es sind ja alle leer, es hat einfach nichts drin! »

Noch lange bekam ich jedesmal, wenn ich die Geschichte mit den leeren Eiern hören mußte, einen feuerroten Kopf. —

Viel später habe ich dann doch noch gut kochen gelernt, trotz aller düsteren Prophezeiungen meiner ältern Geschwister.

F. B.

Die Mutter, die Freude am Kochen hat, ist das beste Vorbild

Nach Abschluß meines akademischen Studiums traf es sich, daß ich in meiner ersten praktischen Arbeit als Pfarrhelferin ein paar Jahre jeden Sommer für zwei Monate ein Ferienheim für konfirmierte Mädchen zu leiten hatte, wobei ich selber kochen mußte. Die Mädchen waren bei meinem Antritt sehr gespannt, wie das wohl herauskomme, wenn eine « Studierte » kochte. Wahrscheinlich erwarteten sie ein ganz gehöriges Fiasko.

Ich darf aber sagen, daß ich der Aufgabe vom ersten Tage an durchaus gewachsen war. Woher hatte ich meine Kenntnisse und Fertigkeiten im Kochen? Aus keinem Koch- oder Haushaltungskurs, auch durch keinerlei systematische Unterweisung durch die Mutter, obschon ich das Kochen nur zu Hause lernte. Es ging eigentlich ganz « schmerzlos », und wie spielend nebenher, mehr durch gelegentliche Mithilfe und Beobachtung der Handgriffe. Das « spielend » ist im ganz wörtlichen Sinne zu nehmen: meine Schwester und ich bekamen in den obren Klassen der Primarschule einen Kochherd geschenkt, mit dem sich immerhin einiges machen ließ (Spiritusfeuerung). Wir kochten selbständig nach Mutters Kochbuch, ich erinnere mich an eine neue Suppe, an kleine Blätterteigkuchen und weiteres Gebäck, wobei wir uns nicht wenig geschmeichelt fühlten, wenn der Vater unser Gebäck probierte.

Wenn man mich fragt, wie ich bei meiner Mutter so ganz nebenbei kochen lernte, so muß es wohl so gewesen sein, daß sie selber Freude und Interesse am Kochen hatte und dieses Interesse unvermerkt uns mitzuteilen wußte. Kochen war für sie ein wichtiges Geschäft, dem sie alle Aufmerksamkeit schenkte. Aus lauter Freude daran erzählte sie uns immer wieder von ihren neuen Versuchen und wußte so auch uns dafür zu interessieren.

H. Sch.

Illustration von Hans Fischer