

Zeitschrift:	Schweizer Spiegel
Herausgeber:	Guggenbühl und Huber
Band:	20 (1944-1945)
Heft:	4
Artikel:	Es sind nicht alle Köche, die weisse Mützen tragen : aus einem alten Kochbuch
Autor:	[s.n.]
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-1069559

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

**Es sind nicht alle
Köche, die weiße
Mützen tragen**

Aus einem alten Kochbuch

Die folgenden Betrachtungen über das Kochen wurden im Jahre 1853 geschrieben. Altmodisch ist aber nur der Stil, im Inhalt hingegen sind die Ausführungen höchst zeitgemäß. So schreibt der Verfasser in der Einleitung über:

UNERLÄSSLICHE EIGENSCHAFTEN DER GUTEN KÖCHIN

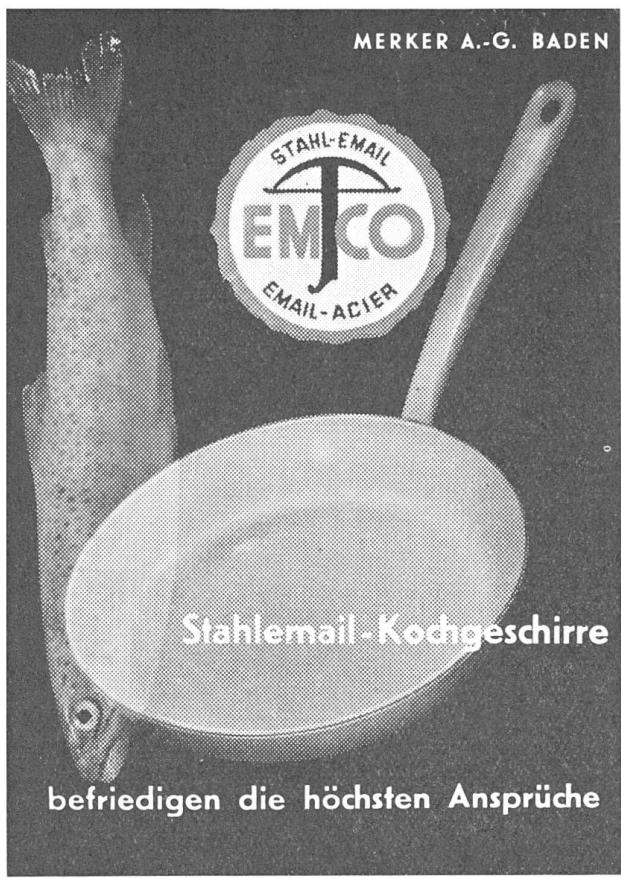
Das Kochen, dieses ebenso beschwerliche als notwendige, und doch so wenig anerkannte, höchst undankbare, ich möchte fast sagen, dieses von dem größten Teile der Menschen so verachtete Geschäft, welches so viele Umsicht in Hinsicht der Ersparnis, eine ausgebreitete Bekanntschaft mit der zahllosen Menge von Nahrungsstoffen und ihrer Vorbereitung, und ein genaues Aufmerken auf so unendlich viele Gegenstände und Dinge voraussetzt, ist ein Gebiet, wo die Entdeckungen kein Ende nehmen. Man hat beinahe mit allen Elementen zu kämpfen, für alle Sinne zu arbeiten und einen ewigen Wechsel der Natur-Erzeugnisse zu beobachten und stützt sich außer dem allem noch auf

so viele verschiedene Dinge, die teils von der lokalen und individuellen Lage der Köchin, teils von einer Menge anderer äußerer Umstände abhängen, daß ich, wenn man all den Anforderungen vollkommen entsprechen will, nicht Anstand nehme zu behaupten: « Man müsse gleichsam dafür geboren sein. »

Die wesentlichste und unerlässlichste Bedingung, an die man vor allem beim Kochfache erinnern muß, ist:

Die Ordnung; hat man sich diese einmal erworben, so wird man auch das Kochen bei gesundem Menschenverstande nicht mehr so schwer finden, wie es wohl manchem im Anfange zu sein scheint.





Ein Leckerbissen im 6. Kriegsjahr!

3 Chalet-Vorteile: *Erstens:* Wunderbar mild, läßt sich wie Anken aufs Brot streichen. *Zweitens:* Sie erhöhen Ihre Käseration um 50% - für nur 150 Käsepunkte erhalten Sie 4 kleine Schachteln oder eine große zu 225 Gramm. *Drittens:* Was nicht gegessen wird, bleibt schön frisch.

Aus dieser Hauptugend entspringen auch zwei andere, mit dem Kochfache verbundene, zur wahren Erfüllung notwendige Eigenschaften: *Pünktlichkeit und Reinlichkeit*, und indem sich alle drei aufeinander beziehen, entsprechen und ergänzen sie einander.

Ordnung ist Verstand und das vorzüglichste Mittel zur Übersicht einer Menge von Dingen; wo keine Ordnung in einem Hauswesen herrscht, da ist weder Glück noch Segen, weil es ihm an der erhaltenen und erwerbenden Grundlage gebricht.

Unordnung zerstört, was der Fleiß schafft, sie läßt unbenutzt, was die Ordnung Gedeihliches bewirkt.

Pünktlichkeit ist die Tochter der Ordnung und gewinnt Vertrauen, weil sie alles zur rechten Zeit tut und mit dem Verstände Gewissenhaftigkeit verbindet.

Reinlichkeit ist die Zierde, die die Hausfrau, die Köchin, dem Äußern nach am meisten empfiehlt, und oft ist darum manche ganz einfache Speise, die reinlich zubereitet ist, einladender, als die leckerste, die durch gegenteilige Behandlung den größten Ekel erregt.

Es kann deshalb schon aus der Art und Weise des Anrichtens, der Garnierung der Speisen, der Saucen usw., ohne die Köchin oder deren Küche gesehen zu haben, sehr viel entnommen werden.

Bei dieser Veranlassung kann ich nicht unterlassen, daran zu erinnern, wie unpassend Einfassungen wirken, die stärker sind als das Gericht selbst, wie dies so häufig beim Garnieren des Rindfleisches vorkommt. Viel schicklicher wäre es, eine solche Beilage extra mit dem jeweiligen Fleische herumreichen zu lassen. Statt dessen sieht man die Saucen manchmal in einem solchen Übermaße auf der Fleisch-Platte selbst, daß das Fleisch darin schwimmt, ja sogar über den Rand der Platte hinausläuft.

Gewöhnlich beurkunden denn auch solche in Menge vorhandene Brühen, außer dem kraftlosen Machwerke, eine äußerst unreinliche Behandlung, indem

sie statt weiß gewiß auch grau und statt braun schwarz und wäßrig sind. Ebenso ist es bei den Gemüsen und ähnlichen mit Fleischbrühe verdünnten Gerichten. Wie vieles endlich läßt sich aus einem Braten schließen, wenn alles in einem verworrenen Zustande und zerfetzt untereinander daliegt und man statt einem kurzen gehaltvollen, abgefetteten Saft eine elende, mit dem abgeschmacktesten Fette gemischte Wasserbrühe darunter gewahr nimmt!

Besonders reizvoll ist es, wie der Verfasser in einem weitern Abschnitt sich über die Vorteile äußert, die der Frau das ernsthafte Studium von Kochbüchern bietet.

ÜBER DAS LESEN DER KOCH-BÜCHER

Wer es nun im Kochen zu etwas Genüglichen bringen will, der gewöhne sich frühe an Ordnung und beschäftige sich, womöglich, mit dem Lesen solcher Schriften, die seinen Verstand üben, sein Gedächtnis stärken und ihm in der Kochkunst anwendbare Kenntnisse verschaffen.

Zwar weiß ich wohl, daß manche die Empfehlung des Lesens verwerfen und dabei sagen werden: Es trage weiter nichts zum Kochen bei; besonders wäre es eine Schande, Kochbücher zur Hand zu nehmen.

Wohl ist es richtig, daß dasjenige, was man im allgemeinen unter Kochen versteht, mehr durch Übung und unmittelbare Beschäftigung selbst, als aus Büchern erlernt werden muß; wer erklärt mir aber die nähern Bestandteile der Nahrungsstoffe? Wie — oder sollten wir etwa von allen Gewerben diejenige und einzige Klasse sein, die nicht wissen dürfte, was man verarbeite und aus welchen Materialien die Materie bestehe!

Und wirklich, leider! sind selbst solche Köche nicht selten, die den Reis kochen und einen Braten machen, wie es ihnen von ihrem Meister gelehrt wurde, ohne weiter zu bedenken, mit welchen





Erhältlich in Apotheken und Drogerien
Flawa, Verbandstoff- und Wattetabriken, Flawil



Heute schon

freuen sich unzählige, im Frieden bald wieder ganz nach Herzenslust „mords-guet“-Kästli genießen zu können — dann aber markenfrei (*/fett).

Stoffen sie zu tun haben und was noch hinzuzufügen oder hinwegzulassen wäre und welches Resultat sich bei einer andern Behandlung ergeben möchte — ganz zufrieden also mit der herkömmlichen, mechanischen Zubereitungsweise; da könnte man wirklich mit dem uralten Sprichworte sagen: Es sind nicht alle Köche, so lange Messer tragen.

Das Lesen über sein Fach ist endlich jene geistige Beschäftigung, die jedem Menschen zu seinem Weiterschreiten nötig ist. Die Bücher sind Schlüssel zu fremden Erfahrungen, infolge welcher man immer wieder von dem einen auf das andere fortschließen kann. Es werden dadurch die falschen Begriffe verdrängt und bessere hervorgerufen. Man lernt, was gute und menschliche Empfindungen erweckt und nährt, was den Menschen zum vernünftigen und gesitteten Weltbürger und zu einem tätigen und nützlichen Mitglied der menschlichen Gesellschaft bereitet und bildet; was den Geist zu dem Geschäfte des Lebens aufklärt, welcher Stoff der Natur, welche Hilfe der Kunst oder Wissenschaft zum allgemeinen Besten vorhanden sind und wie weit man in der Behandlung und Bearbeitung der Natur gekommen sei.

Dies wären nun so ziemlich die Vorteile, die aus einem verständigen Lesen hervorgehen, und so glaube ich, daß trotz einer etwaigen Verwerfung das auf so vielerlei Arten herabgewürdigte Kochfach, welches in so großer und naher Verwandtschaft mit andern, wissenschaftlichen Fächern steht, gewiß noch am meisten schriftlicher Mitteilungen bedarf.

Und selbst diese verächtlichen Kochbücher, wie sich gewöhnlich manche Überkluge auszudrücken pflegen, gewähren oft dem Sachverständigsten nicht unbedeutende Vorteile. (Daß hier nur von guten, brauchbaren Kochbüchern die Rede ist, wird jede meiner Leserinnen hinlänglich begreifen.)

Solche theoretische Anweisungen setzen aber nicht nur viele und große

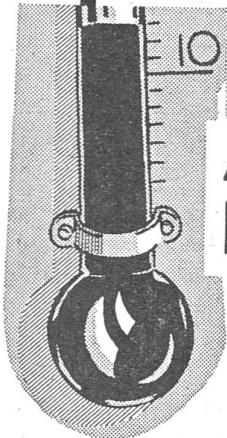
Kenntnisse im Kochen, sondern auch ein richtiges Urteil voraus, weswegen sie denn auch von jedem vernünftigen Menschen mehr deshalb zu Rate gezogen werden, teils um sich mit Zubereitung fremder Speisen bekanntzumachen, teils um gewisse fremde Vorteile daraus sich anzueignen, mit einem Worte, um zu sehen, wie dieser oder jener kochte. Man begnüge sich daher durchaus nicht bloß mit einem oberflächlichen Durchlesen und Durchblättern; denn je besser und richtiger die Vorschriften gegeben sind, desto mehr müssen sie durchlesen, überdacht und alles, selbst das minderwichtig Scheinende genau dem Gedächtnis eingeprägt werden.

Überall hört man in neuester Zeit von guten Köchinnen oder richtig gesagt, von Köchinnen Gutes reden, wenn sie, die vielleicht gar keine Idee vom Kochen hat, nur eine gewöhnliche Brühe zu kochen imstande ist, das Rindfleisch nicht versiedet, die Rettiche dazu nicht versalzt und den Kaffee oder die Schokolade nicht zu stark gemacht hat.

Ereignet sich aber einmal etwas Ungewöhnliches, sind unverhoffte Gäste zu erwarten oder soll ein häusliches Fest gefeiert werden, dann jedoch — man sieht es nur zu oft — ist des Überlegens und Sorgens, des Beschickens und Anstellens, des Befehlens und Angreifens vollends kein Ende, und weder Füße noch Zunge kommen alsdann zum Stillstande. Wehe dem, der sich aus der polternden Werkstatt alsdann nicht flüchten kann! Hier sieht man ein Geschirr mit halb ausgewässertem Ochsenfleisch, dort die Fische und den Braten auslaugen; hier den künftigen Salat und die Suppenkräuter schwimmen und dort auf dem eisernen Herde einen Hügel mit Eierschalen, Kohlen und Asche, gleich einem vulkanischen Ausbruche.

Wie viele ähnliche düstere Bilder wollte ich diesen noch anreihen, wo eine Küche ohne Köchin, ein Haushalt ohne Hausfrau geführt wird. Es ist deshalb auch oft ein wahres Glück, daß die meisten Menschen nicht verstehen, was sie

sparsam Heizen – Achtung vor Erkältungen



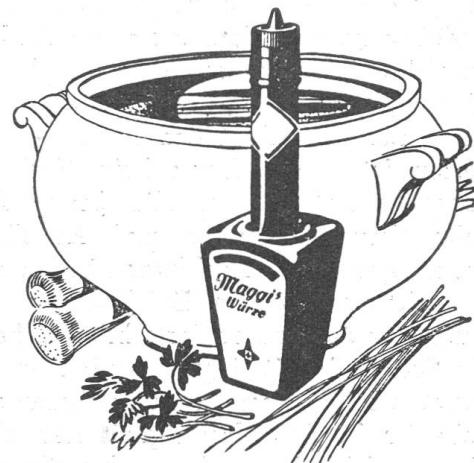
Beugen Sie
der Gefahr vor.

Nehmen Sie alle Tage einige

FORMITROL
Pastillen

Dr. A. WANDER A.-G., BERN

Maggi's Würze



verbessert Ihre Suppen

genießen und wie eigentlich die Speisen sein könnten und sein sollten. Und doch ist es dann bei anderseitiger Betrachtung wieder ebenso unbegreiflich, daß man so wenig für seine Lebenserhaltung bemüht sein will, da doch die Gesundheit jedem Menschen so nahe liegt. Wie sonderbar und wie widersprüchig klingen daher die vielseitigen Wünsche nach guter Kost, und doch, wie selten gewahren wir nur einige Züge — nur einige Schritte dafür! Verlassen wir das Theater oder die Kirche, das Konzert oder den Friedhof, den Verhörsaal oder die friedliche Werkstätte, den Reisewagen oder den Schreibtisch, so ist doch stets der Wunsch zu essen einer unserer unabsehbaren, und spielt denn endlich nicht auch bei jedem Feste die Mahlzeit eine Hauptrolle?

Die Grundlagen der Kochkunst sind zu allen Zeiten die gleichen. Das zeigt das folgende Kapitel, das ebensogut der Einleitung zu einem Kochbuch des Jahres 1945 entnommen sein könnte.

DIE KUNST ZU KOCHEN

Unter der «Kunst zu kochen» versteht man: Dem Menschen durch Entwicklung roher, zu seiner Labung geeigneter Naturstoffe, mittelst des Feuers, des Wassers, des Salzes usw., eine wohltätige, das Lebensgefühl erhöhende Nahrung hervorzubringen. — Bei Erlernung dieses Faches ist daher nichts leichter als die Auffassung des Grundsatzes: «Entwickle aus jedem eßbaren Dinge, was dessen natürlicher Beschaffenheit am meisten angemessen ist.» — Denn kein Fach des menschlichen Wissens und Treibens enthält mehr Verwandtschaften und Anreihungen als gerade die Kochkunst, in der man so leicht nach wenig Erfahrungen, von einem auf das andere fortschließen kann. Die Schwierigkeit liegt also nicht in der Kunst selbst, sondern in der Fähigkeit oder vielmehr in der Unfähigkeit der Menschen, welche sie zu erlernen bemüht sind.

Vor allem hat man beim Kochen auf Nahrhaftigkeit zu trachten. Die Nahrhaf-

tigkeit darf unter keinen Umständen, wie es leider nur zu oft geschieht, durch überkünstelte Bereitung unterdrückt und vernichtet werden. Im Gegenteil soll man jederzeit dahin streben, sie zu erhalten, zu entwickeln und zu erhöhen. Dies Erhöhen bestehet aber nicht in ungleichartigen, einander widerstrebenden Würzen, die sich entweder gegenseitig aufheben oder einen widrigen Geschmack hervorbringen. Diesen höchst wichtigen Grundsatz tritt man täglich in der Theorie wie in der Praxis mit Füßen. *Entwickle, sage ich deshalb nochmals, aus jedem eßbaren Dinge, was dessen natürlicher Beschaffenheit am meisten angemessen ist.* Dies heißt mit andern Worten: Mische nicht Morcheln, Schalotten, Zitronenschalen, Basilikum, Sardellen usw. untereinander; mache keine solche Verbindung des Lieblichen und Widrigen mit dem Bittern und Zusammenziehenden.

Ebenso muß man auch vermeiden, die Nahrhaftigkeit eines Grundstoffes schon vor der Bereitung zu vermindern. Dies geschieht zum Beispiel, wenn man nach deutschem Mißbrauche das Fleisch und die Fische zu sehr wäscht oder gar längere Zeit in kaltem Wasser liegen läßt. Denn das Wasser löst den Leimstoff (die eigentliche Kraft) auf und laugt beides, Fische und Fleisch, mehr oder minder aus. Man siede nur, um sich hievon zu überzeugen, zwei Stücke desselben Fisches, das eine, nachdem es eine Viertelstunde im Wasser gelegen hat, das andere aber sogleich, nachdem der Fisch zerschnitten worden, und verkoste darauf beide.

Auch das sogenannte Blanchieren wird häufig auch da angewendet, wo sein alleiniger Zweck, den Speisen ein schöneres Ansehen zu geben, durchaus nicht erreicht werden kann. Allein man sollte nicht einmal dem guten Ansehen die Nahrhaftigkeit und den Wohlgeschmack der Speisen aufopfern. Die Zierde ist vielmehr nur insofern wünschenswert, als sie aus dem Charakter der Speise hervorgeht.

Illustration von E. Henziroß