

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 22 (1946-1947)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Wie ich Kochen lernte : Antworten auf unsere Rundfrage  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1068893>

### **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:** 16.01.2026

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





**Das naturreine Aroma des edelherben Kakaos kommt bei Suchard «blau» besonders voll zur Geltung. Feinschmecker spüren die wirklich feine Qualität sofort heraus.**

**Dass Kakao «blau» so nachhaltig sättigt, kommt vom hohen Gehalt an Kakaobutter.**

So versuchte ich, mir mein erstes Abendessen zuzubereiten: Rösti, die hatte ich als Bub auch schon gebraten, dazu gekochte Äpfel. Es gelang recht gut, und so kochte ich nun Abend für Abend mit immer weniger Mühe das gleiche Menu.

Bald begann ich mich an neuen Gerichten zu versuchen. Mutters Kochbuch gab mir die Richtung an; für die Feinheiten des guten Kochens aber bekam ich selber ein immer besseres Gefühl. Stauend erlebte ich, was es heißt: Kochen. Immer mehr sah ich herrlich freien Spielraum, immer weiter führten mich die Entdeckerfreuden.

Ich aß zwar noch immer bei den Käisersleuten zu Mittag. In der kurzen Mittagszeit hätte ich neben meiner vielen Arbeit niemals genügend Zeit gehabt, ein richtiges Mittagessen zu kochen. Meine Kostgeberin verstand das Kochen ausgezeichnet, und es gab immer wieder Gelegenheit, sich mit ihr über Rezepte zu unterhalten.

Im Bewußtsein meines Könnens fing ich an, Freunde einzuladen, für den Sonntag, ja für die Ferien. Ich fand es herrlich, so frei und unabhängig schalten und walten zu können und meine Gäste mit allerlei Spezialitäten zu überraschen. Noch ist mir in schönster Erinnerung, wie wohl wir lebten, wenn mein nächster Freund, ein junger Maler, in den Ferien zu mir zum Malen kam. — — —

Diese Zeit ist nun schon lange vorbei. Ich kam in einen ganz andern Wirkungskreis, und meine Frau habe ich auf andere Weise als mit Kochkünsten gewonnen. Bald schien es mir, was sie koche, sei herrlich genug, und ich überließ ihr das Reich der Küche, um ihr nur noch etwa als hilfsbereiter Diener beizuspringen. Wenn sie mich aber einmal dem Schicksal überließ und ich für mich selber kochen sollte, so stand ich recht ratlos vor der eigenwilligen Ordnung des Küchenschrankes und fand nur mühsam das Allernotwendigste; es lief mir gar nicht mehr so leicht aus der Hand und bereitete mir keine große Freude mehr.

Mein Schaffensdrang hatte sich unterdessen andern Gebieten zugewandt. Noch jetzt liebe ich zwar das Pröbeln, das Vortasten ins Neue, aber es sind andere Gebiete, auf denen ich heute Entdeckerfreuden erlebe. *H. R.*

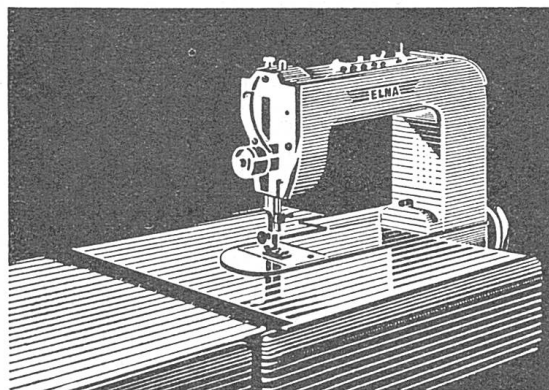
#### Sieden und Braten auf dem Grenzposten

Im Weltkrieg 1914—1918 mußte unsere Kompanie einst einen Grenzabschnitt übernehmen. Der Hauptmann kommandierte mich mit meinem Zug auf einen etwa eine Stunde höher im Gebirge liegenden Posten. «Einen Koch kann ich dir nicht mitgeben, ich habe einen einzigen Koch, den brauche ich für die Kompanie. Ich gebe dir aber einen Konditor mit, der wird wohl etwas verstehen vom Sieden und Bräteln», lachte er.

Unser Posten war in einem kleinen Berghotel untergebracht. Es stand uns dort eine tiptop eingerichtete Hotelküche zur Verfügung. Schon am ersten Tage stellte es sich aber heraus, daß der Konditor vom Sieden und Bräteln nicht mehr verstand als ich. Mit meinem Wachtmeister, seines Zeichens Kupferschmied, hielt ich nun Kriegsrat. Wir wurden rätig, einfach alles zu sieden. Da erinnerte ich mich, daß ich in der Aspirantenschule die «Anleitung zur Zubereitung der Speisen» gefaßt hatte. Da ich immer mit *allen* gefaßten Karten und Reglementen einrückte, hatte ich die Anleitung, die ich bisher keines Blickes gewürdigt hatte, glücklicherweise zur Hand. Mit ihr funktionierten wir nun in der Küche mit dem Erfolg, daß wir täglich Fortschritte machten und unsere Verpflegung immer besser wurde. Der Dienst bestand ausschließlich in Wacht- und Patrouillendienst, so daß ich Zeit hatte, mich mit dem Kochen abzugeben. Die Mannschaft verzehrte, was wir zubereitet hatten, mit Appetit, und niemand beschwerte sich wegen der Verpflegung. Darauf waren der Wachtmeister und ich besonders stolz. Wir blieben lang dort oben, so daß das Selbstgelernte schließlich ziemlich sicher saß.

# ELNA

**ist und bleibt das Vorbild  
der tragbaren elektrischen  
Nähmaschinen**



Erst der genial erdachte Metallkoffer bringt die Vorteile des berühmten freien Armes der ELNA voll zur Geltung; denn er wird mit ein paar Handgriffen in einen geräumigen Arbeitstisch verwandelt und an den freien Arm herangeschoben. Auch dann noch kann die Spule mit Leichtigkeit ausgewechselt werden, ohne daß Arbeitstisch und Arbeit entfernt werden müßten. Wahrlich ein überwältigender Vorteil dieser bekannten Maschine.

Fragen Sie eine glückliche ELNA-Besitzerin, sie wird Ihnen mit Begeisterung noch viele andere Vorteile der ELNA aufzählen können.



Preis: Fr. 459.— inkl. Wust.

**TAVARO S. A. GENÈVE**

# Jede Mutter braucht **VINDEX**



zur richtigen Wundpflege

FLAWA SCHWEIZER VERBANDSTOFF-  
UND WATTEFABRIKEN FLAWIL



Verkauf ausschliesslich  
durch Fachgeschäfte

Aktiengesellschaft der Eisen- und Stahlwerke  
vormals Georg Fischer, Schaffhausen (Schweiz)

Dann kam die Zeit der jungen Liebe. Ich hatte das Glück, eine Frau mit angeborenem Kochtalent zu finden. Als junger Ehemann schaute ich meiner Frau hie und da beim Kochen zu und fragte sie etwa, wie sie dies oder jenes zubereite, hütete mich aber wohl, ihr zu verraten, daß ich selber auch etwas vom Kochen verstehe.

Als sich einmal die beste Freundin meiner Frau an einem Sonntagmorgen zu einem Besuch einstellte, merkte ich bald, daß die beiden in der Freude des Wiedersehens bei ihrem Geplauder den Sinn für die Zeit vollständig verloren.

Ich ging in die Küche, musterte die Vorratskammer und machte mich ans Werk. Als die Uhr zwölf Uhr schlug, fuhr meine Frau mit einem Schreckensschrei vom Kanapee auf und schoß wie eine Kugel aus dem Rohr in die Küche hinaus. Heute noch sehe ich ihr erstauntes Gesicht, mit dem sie das bereitstehende Mittagessen betrachtete! Glückliche, aber doch mit Mißtrauen setzte sie sich zu Tisch. Schon bei der Suppe wurde die Stimmung zuversichtlicher und schlug fast in Begeisterung um, als der wohlgeratene Braten und der al dente zubereitete Risotto aufgetragen wurden. Meine Frau war froh, daß ich ihr aus der Verlegenheit geholfen hatte. Sie nützte aber die gemachte Entdeckung nicht aus. Nur hie und da, besonders wenn Gäste da waren, ersuchte sie mich, den Risotto zu machen, da dieser mir besser gelinge als ihr.

Ich bin also durch das Militär zum Kochen gekommen. Die «Anleitung zur Zubereitung der Speisen» ist das einzige Kochbuch, das ich benutzt habe. Manches verdanke ich meiner Frau, besonders den feinern Schliff.

Ein rechter Mann muß sich in allen Lagen selbst zu helfen wissen. Also sollte jeder auch kochen können, insbesondere jeder Gebirgsoffizier. Der Frau aber, die das Glück hat, eine Perle von einem Mann zu besitzen, der zu kochen versteht, gebe ich den Rat, diese Fähigkeit ihres Mannes nicht zu mißbrauchen!

Dr. L. V.



### Kochkurs auch für Männer

Die Frau meines jung verheirateten Veters sollte einen Kochkurs besuchen. Sie war damit einverstanden unter der Bedingung, daß ihr Mann ebenfalls daran teilnehme. Um nicht der einzige Vertreter seines Geschlechtes zu sein, bat er auch mich, mitzumachen. Wir beide hatten seit früher Kindheit schon immer Freude am Kochen gehabt, und so meldeten wir uns zu viert (es kam noch eine weitere Bekannte dazu) an. Der Kurs war für Teilnehmer beider Geschlechter und wurde von der Gewerbeschule der Stadt Zürich organisiert.

Mit großer Erwartung fanden wir uns am ersten Abend im Schulhaus an der Klingenstraße ein, wo der Unterricht stattfand. Es waren 16 berufstätige Frauen und wir zwei Männer anwesend. Ein dritter Mann verschwand nach einer halben Stunde, als er die Überlegenheit des andern Geschlechtes festgestellt hatte.

Gekocht wurde in Gruppen zu 4 bis 5 Teilnehmern; unser vierblättriges Kleeblatt bildete für sich eine Gruppe. Es wurden hauptsächlich Gerichte hergestellt, die wenig Kochzeit in Anspruch nahmen, da die Teilnehmer berufstätig waren. Es waren frohe Abende, und wir freuten uns jedesmal wieder von neuem darauf. Selbst das Abwaschen und Bodenputzen nach dem Essen konnte uns die Freude nicht nehmen; zum erstenmal in meinem Leben habe ich damals einen Boden aufgewaschen.

Da wir voller Begeisterung waren, lernten wir viel. Kochbuch verwendeten wir keines, dafür wurden die Rezepte der verschiedenen Speisen aufgeschrieben. Mit Genugtuung darf ich erwähnen, daß wir Männer die «Konkurrenz» nicht zu fürchten brauchten, ja daß wir punkto Sorgfalt unsern Kolleginnen sogar überlegen waren. Ein Abend bleibt mir in besonderer Erinnerung: Es wurden Omeletten gebacken. Noch heute sehe ich die erstaunten Augen der Kochlehrerin, als ich vor ihren Augen die Pfannkuchen mit großem Schwung der Pfanne wendete, ohne daß eine einzige ihr Ziel verfehlte.



### Der geistige Schaffer

Geistige Arbeit verlangt vermehrte Zelltätigkeit, weckt aber nicht in gleichem Maße Hungergefühle, wie körperliche Leistungen es tun. Der geistig Schaffende denkt meist nicht daran, die ausgegebenen Kräfte wieder zu ersetzen und treibt so heimlich Raubbau am eigenen Körper. Wer geistig arbeitet, beugt der Gefahr des Sichausgebens vor durch eine hochwertige Nahrung, die den Magen nicht unnötig belastet, rasch ins Blut übergeht und in konzentrierter Form neue Körperkräfte schafft. Eine solche Nahrung ist Ovomaltine.

**OVOMALTINE**  
stärkt auch Sie!

In Büchsen zu Fr. 2.45 und Fr. 4.40 inkl.  
Umsatzsteuer überall erhältlich

DR. A. WANDER A.G., BERN

Mein Vetter verwendete natürlich noch mehr Schwung zum Wenden. Hei, war das ein Dämpfen und Zischen an jenem Abend!

Ich finde es unerläßlich, daß ein Mann kochen kann. Der größte Vorteil liegt wohl darin, daß wir einsehen lernen, wieviel Mühe und Sorgfalt dazu nötig ist. Keiner, der kochen kann, wird ein mit Liebe zubereitetes Mahl in wenigen Minuten, wenn möglich die Zeitung lesend, verschlingen. Und wenn einmal etwas mißlingt, bringt man volles Verständnis dafür auf.

E. F.

#### Die Ausnahme - das Brunzli-Rezept

Ich habe schon als Neunjähriger kochen gelernt, und zwar tat ich es von Anfang an mit solcher Hingabe, daß ich eher das Vorbeischweben des Christkindleins als das Aufsteigen der Milch verpaßt hätte.

Obschon ich mich später als junger Mann zu den gewagtesten Menüs verstieg und meine Mutter ob den Gerichten, an die ich mich wagte, oft staunte, benützte ich nie ein Kochbuch, und außer einem Brunzli-Rezept aus der «Schweizer-Spiegel»-Weihnachtsnummer 1936 gebrauchte ich nie ein geschriebenes Rezept. Diese Brunzli aber — zur Ehre des «Schweizer-Spiegels» sei's gesagt — gerieten ganz ausgezeichnet und fehlten seither an keinem Weihnachtsfest.

A. B.

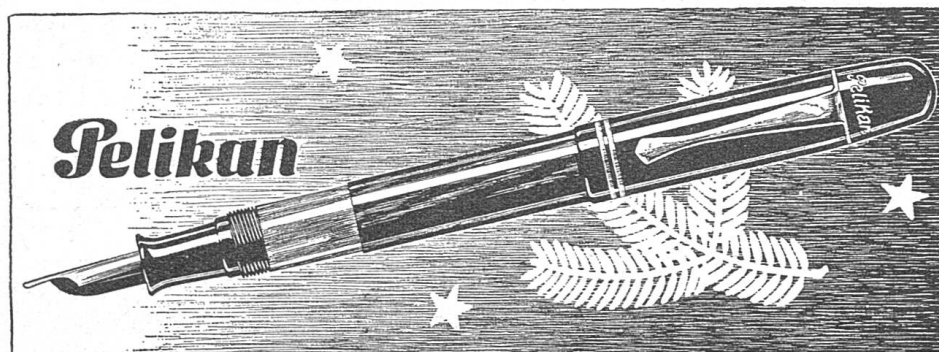
#### Lob des Kochbuches

Ein Bekannter von mir, Franzose und Gourmet, bei seinen Freunden bekannt für

die ausgezeichneten Diners, die sein chef de cuisine zubereitet, sagte einmal: «Nur der Gast ist eines guten Essens würdig, der imstande ist, wenn nötig selber in die Küche zu gehen und mindestens ein einfaches, aber ausgezeichnetes Gericht zuzubereiten.» — Erst seitdem ich kochen kann, verstehe ich die Weisheit dieses Spruches.

Die Idee, selbst kochen zu lernen, kam mir drei Wochen nach der Doktorprüfung. Ich hatte an jenem Tag am Morgen auf der Universität zu tun und aß dann in einem Restaurant zu Mittag: Suppe, Kartoffelstock und Voressen. Am Abend war ich bei einer befreundeten Familie eingeladen. Der Zufall wollte es, daß das Menu genau das gleiche war. Das heißt, gleich waren eigentlich nur die Namen der Speisen. Am deutlichsten zeigte sich der Unterschied beim Kartoffelstock. Gegenüber der schmelzenden, sorgfältig gewürzten Speise des Privathauses schien das, was mir im Wirtshaus auf den Teller gepflastert worden war, eine Art Kleister, die mich bedenklich an den Kartonnagekurs meiner Knabenzeit erinnerte.

Natürlich gibt es Restaurants, in denen man gut ißt; aber leider sind die Preise dieser Lokale keineswegs dem Verdienst junger Akademiker angepaßt (bekanntlich verdient ja ein junger Jurist kaum halb soviel wie ein Tramkondukteur). Weil es mir auf die Dauer nicht gleich ist, was und wie ich esse, faßte ich noch am gleichen Abend den Entschluß, selber kochen zu lernen.



Ein paar Wochen später mietete ich in dem Bezirkshauptort, wo ich bei einem Anwalt arbeitete, eine möblierte Zweizimmerwohnung mit Küche. Da ich außer den elementarsten Dingen wie Kaffee, Nidelzeltli und Spiegeleiern nichts kochen konnte, lieh mir ein Freund das «Kochbüchlein für Einzelgänger» von Paul Burckhardt. Das erste Gericht, an das ich mich wagte, war eine Omelette-soufflée. Ich hielt mich genau an die Anweisung des Büchleins. Zu meiner Überraschung geriet die Omelette ausgezeichnet.

Gestützt auf das Buch und mit Hilfe eigener Phantasie habe ich mich seither durch viele Fleischgerichte und mancherlei Gemüsesorten hindurchgekocht und bin sehr gut dabei gefahren.

Bei vielen meiner männlichen Bekannten stehen Kochbücher nicht hoch im Kurs. «Gefühl ist alles», sagen sie. Ich bezweifle das. Oder kennen Sie jemanden, dem sein Gefühl eingibt, Leber vor der Zubereitung eine Stunde in Milchwasser zu legen oder im Blaukraut Apfelschnitze mitzudämpfen? Wissen Sie, was verlorene Eier sind? Natürlich wissen Sie es; es stand ja um Ostern herum im «Schweizer-Spiegel». Man gibt frische, rohe Eier in siedendes Essigwasser usw. Sehr einfach, wenn man es weiß, aber wer käme von sich aus auf diese Zubereitungsart?

An unserer letzten Klassenzusammenkunft erzählte mir ein Mädchen, das ein Schuhgeschäft leitet, wie es sich zwei Jahre lang mit der Organisation der Lagerkontrolle und der Nachbestellungen abgemüht habe, bis es eines Tages ein Buch über die Organisation eines Schuhgeschäftes fand, das alle seine Fragen beantwortete. Genau so ist es mit den Kochbüchern. Sie ersparen uns manche schlechte Erfahrung. Natürlich enthalten sie nicht der Weisheit letzten Schluß. So habe ich gesehen, daß zum Beispiel die Kochzeit der Kalbshaxen für meinen Geschmack in Kochbüchern zu hoch angesetzt ist. Nicht erst nach anderthalb, son-

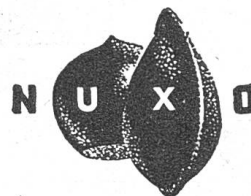
**In sorgenden  
Mutterhänden  
ein wertvoller Trumpf:**



der bekömmliche  
**Kneipp**  
**MALZKAFFEE**

**Frische Butter ersetzen  
Sie - couponfrei - am besten  
mit den fettreichen, hervorragenden Produkten:**

NUXO - HASELNUSSCREME,  
NUXO - HASELNUSSPÜREE und  
NUXO - MANDELPÜREE.



**Forster**



BELLEVUE-PLATZ

TEPPICHE LINOLEUM VORHANG- U. MÖBELSTOFFE



**50  
JAHRE  
JECKLIN**

**Pianos, Flügel  
Kleinklaviere  
Miete, Stimmungen  
Streichinstrumente  
Kunstgerechte Reparaturen  
Blockflöten, Musikalien  
Radio Gramo Platten**

wie immer seit 50 Jahren:  
preiswert und in großer Auswahl

im



**Abführ-Schokolade**

**DARMOL**

**Gegen Verstopfung**

IN APOTHEKEN

**Cachets von D<sup>r</sup> Faivre**

helfen prompt bei

**GRIPPE Kopfwch  
Zahnwch Rheumatismen**

und anderen Schmerzen

12 Cachets Fr. 2.-, 4 Cachets „.75, 1 Cachet „.25, in allen Apotheken

dern schon nach dreiviertel Stunden Bratzeit hat dieses Fleisch den Höhepunkt erreicht. Eine braune, duftende Bratenkruste umgibt es, das Fleisch bleibt saftig und fällt nicht, wie nach anderthalbstündiger Kochzeit, bei der leisesten Berührung mit der Gabel auseinander. Kalbshaxenbraten ist nämlich meine Spezialität. Dr. G. R.

#### Aus zwei Gründen

bin ich meiner Mutter dankbar, daß sie mich in die Geheimnisse des Kochens einführte.

*Erstens:* Wenn eine Frau ihrem Manne das Wunderwerk einer Maschine zu schildern versucht, von der er schon viel gehört hat und die ihn brennend interessiert, so erzählt sie: « Weisch, es het eso nes Hebeli gha, und das isch immer ufe und abe gange, und es chlyses Redli isch gschwind umegsurret und es großes het sich nu ganz langsam dräht, und es het ganz lyslig gsurret ... »

Nicht viel aufschlußreicher ist der Bericht eines Ehemannes, der nicht kochen kann, wenn er versucht, seiner Gattin kulinarische Genüsse zu schildern. « Ich säge dir, en Gu hets gha, en Guuu! Eifach wunderbar! — Nei, nid nach Thy-mian, ehnder eso wie ... he, eifach en ganz wunderbare Gu und e roti Sooße dra, ich weiß nid was für eini. Das muesch jetz denn au emal choche, gäll? »

Wenn aber ein Mann von einem Gericht erzählt, die Zwiebeln seien nur leicht glasiert gewesen, etwas Dill und ein Sprutz Estragon-Essig hätten nicht gefehlt usw., dann kann sich seine Frau eher ein Bild machen, und ein gemeinsam unternommener Kochversuch wird sicher zum Ziele führen.

Weil ich also selber kochen kann, besitze ich Verständnis für das, was ich esse und bin imstande, meiner Frau bei der Herstellung neuer Gerichte zu helfen.

*Zweitens:* Ich habe manche Spezialität meiner mütterlichen Küche, die vielleicht schon viele Generationen ihres Stammes überdauert hat, auch auf den

Mannesstamm hinüber gerettet, mir, meiner Familie, und hoffentlich auch meinen Nachkommen zur Freude.

F. Z.

### Der Maler

Als ältestes Kind einer größeren Kinderschar mußte ich meiner Mutter, die nur ausnahmsweise ein Dienstmädchen beschäftigte, in allen Hausarbeiten mit-helfen. Wenn ich heute nicht nur mit der Kochkelle, sondern auch mit der Nadel und mit dem Besen umzugehen weiß (wie wenige Frauen können richtig putzen und wischen!), so danke ich das in erster Linie meiner Mutter.

Als Gymnasiast lernte ich das Essen in einer Pension hassen, und als Student mied ich öffentliche Gaststätten und briet mir lieber ein Rindsplätzlein selber.

Dann führte mir ein gütiges Geschick als Lebenskameradin eine Studentin zu, deren praktische Art von einem scharfen Verstand geleitet wurde. Sie machte jede Arbeit zweckmäßig und verlor keine Zeit mit Dingen, die andere der Leute wegen zu tun pflegen. Bei dem vorurteilsfreien Leben, das wir uns aufbauten, verstand es sich von selbst, daß das kochte, das gerade Zeit hatte. Und da meine Frau durch Examenarbeiten behindert war, ich aber viel freie Zeit hatte (ich bin Maler), so kochte ich am Anfang häufig selber. Ich tat es immer gern.

Wie bemitleide ich die armen Männer, die, wenn die Frau auf zwei Tage verreisen muß, todunglücklich sind, und wie verachte ich die Frauen, die glauben, dem Mann für ein paar Tage rund um den Tisch herum decken zu müssen für alle die Mahlzeiten, die er in ihrer Abwesenheit einnimmt. Wahrscheinlich haben sie Angst, der Mann lasse sich, wenn sie fort sind, von einer anmäheligen Kellnerin servieren.

Sicher hätte ich auch kochen gelernt, wenn ich keine so gute Lehrmeisterin und Mitarbeiterin gehabt hätte, wie die Mutter und die Lebenskameradin. Es macht mir Freude, dann und wann ein Gericht



Vom Guten das Beste:

**Ernst's Spezialhaferflöckli**

in Paketen zu 250 und 500 Gramm

Ein herrliches Produkt der altbekannten Hafermühle  
Robert Ernst AG., Kradolf



auf den Tisch zu bringen, das wirklich neu ist.

Ohne all den vorzüglichen Köchinnen, die auch ich kenne, zu nahe treten zu wollen, behaupte ich, daß Kochen eine Männerarbeit ist. Nicht nur in St. Moritz, auch im hintersten Freßbäddli kocht doch der Patron! Es braucht also gar keine Männer-Emanzipation, um dem Mann das Recht auf die Arbeit am Kochherd zu geben.

Weshalb ich Freude am Kochen habe? Weil das Kochen eine produktive Arbeit ist. Leute ohne Trieb zu selbständiger Arbeit kochen meist schlecht oder zum mindesten langweilig.

Und wenn Sie Ratschläge für die Frauen haben wollen, so seien es folgende:

1. Man mache keine Arbeit bloß aus Pflichtgefühl. Das überlasse man den armen Beamten, die verärgert hinter dem Pult sitzen, weil der Uhrzeiger so langsam vorrückt. Man versuche in jeder Arbeit, auch im Kartoffelschälen, im Kochen und im Pfannenputzen eine nette Beschäftigung zu finden. Die Arbeit am Küchentisch und am Herd bietet so viel Amüsantes, daß sie genußreich sein kann.

2. Man mache es sich zur Gewohnheit, nie eine Pfanne unabgewaschen herumstehen zu lassen. Es ist wirklich keine Freude zu kochen, wenn man erst die festgetrockneten Resten aus der Pfanne fegen muß.

3. Man gewöhne sich daran, vor dem Essen erst ins Gänsterli zu sehen. Aus Speiseresten lassen sich die herrlichsten Gerichte ohne viel Zeitverlust herstellen.

4. Man konsultiere das Kochbuch erst, nachdem man nachgedacht hat. Keine Frau ist so phantasielos, daß sie nur nach Rezepten etwas Gutes kochen könnte.

Dr. E. G.

#### Kochen im Weekend-Haus

Die Urgründe meiner Kochkunst gehen in die Primarschulzeit zurück. Zu Hause durfte ich ab und zu auf einer Spiritusflamme Porridge kochen, mit viel Zucker selbstverständlich und viel Milch.

Als verheirateter Mann wurde das Kochen, zuerst zum Ärger meiner Frau, zu meiner Sonntagsbeschäftigung. Erst später merkte sie, daß das Kochen für mich dasselbe bedeutet wie für andere das Basteln. Ich rüste alles selber zu, schäle Kartoffeln, schneide das Gemüse usw., denn ich will den Werdegang eines Menus selber erleben.

Während der Ferien, die wir jeweils in unserem Weekend-Häuschen am See verbringen, koche ich regelmäßig das Mittagessen. So habe ich eine tägliche Beschäftigung, während verschiedenen Nachbarn der Aufenthalt längst schon verleidet ist, weil sie nicht lesen, nicht fischen — und auch nicht kochen.

Das größte Kompliment, das ich je in meinem Leben erhalten habe: Einer meiner Söhne wurde bei einem der Polentransporte vom Küchenchef zum Mit-helfen befohlen. Am Schlusse der Reise fragte ihn der Küchenchef, ob sein Vater ein Restaurant besäße. Habe ich mich gemeint!

Dr. R. L.

---

#### Lösung von Seite 31

##### «Kennen wir unsere Heimat?»

1. Früchte der Hagebuche (Hainbuche).
2. Blasenfuß oder Fransenflügler (oft massenhaft im Innern von Blüten; vergrößert).
3. Keulenpilz.

---

#### Lösung der Denksportaufgabe von Seite 34

De Jacco ist wohl ein guter Rennfahrer, aber ein schlechter Rechner. Die Strecke beträgt 100 Kilometer. Er braucht also  $100 : 40 = 2\frac{1}{2}$  Stunden hin, zurück  $10 : 50 = 2$  Stunden. Das macht einen Durchschnitt von 200 Kilometer durch  $4\frac{1}{2}$  Stunden = 44,4 Stundenkilometer.

---

*Wir bitten unsere Leser, uns weitere, in schweizerischen Zeitschriften und Zeitungen noch nicht publizierte Denksportaufgaben einzusenden, wenn möglich solche, die nicht mathematischer Natur sind. Die angenommenen Einsendungen werden honoriert.*