Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 22 (1946-1947)
Heft: 7

Artikel: Zehn x Schaffleisch
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1068939

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: 26.07.2025

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

Zehn × Schaffleisch

*Von ****

Warum ist in vielen Haushaltungen das Schaffleisch nicht beliebt? Nur weil man zuwenig Zubereitungsarten kennt! Natürlich darf man ein Fleisch mit so ausgeprägtem Geschmack nicht immer als Braten oder als ganz gewöhnliches Voressen servieren!

Das war mir klar, als ich bei der Aufhebung der Rationierung des Schaffleisches den Vorsatz faßte, mindestens einmal pro Woche ein Schaffleischgericht aufzutragen, um meine Familie, die das Fleisch die vergangenen Jahre hindurch sehr vermißt hat, zu erfreuen. Also machte ich mich auf die Suche nach guten Rezepten und fand vorerst im vergilbten Kochbuch meiner Großmutter ein ganzes Kapitel:

Von der Zubereitung des Schaf- oder Schöps-Fleisches

Dessen Einleitung also lautet:

Das Hammelfleisch bekommt, besonders im Sommer und wenn es nicht zu fett ist, obgleich es etwas schwer zu verdauen, jedem Alter und jedem Temperament gut. Zu Braten soll es wohl fett, zu andern Bereitungen aber nur mäßig gemästet sein. Auch muß es vor dem Gebrauche, wie alles Fleisch, dieses aber um so mehr, längere Zeit abgelegen haben, was um so leichter geschehen kann, da es sich von allen Fleischgattungen am längsten hält. Im Winter erhält es sich zehn und zwölf Tage, im Sommer dagegen nur fünf oder sechs. Etwas Knoblauch steht ihm nicht übel; Salbei ist zu verwerfen.

Und als erstes Rezept auf diese Einleitung folgt:

Hammelschlägel gedämpft:

Der Kenner weiß es, ein Schafgigot ist ein Leckerbissen, aber leider einer, den man sich selten leisten kann, denn ein Kilo Gigot kostet Fr. 9.—. Das alte Rezept habe ich mir dennoch notiert, denn schon seine Lektüre bereitet einen gewissen Genuß. Vielleicht kann es aber auch bei einem besondern Anlaß zu Rate gezogen werden:

Man durchzieht den mürbe geklopften Hammelschlägel mit gewürztem Speck wie das Böf à la Mode und legt ihn dann fünf bis sechs Tage in Essig, in den man Lorbeerblätter, Schalotten, Knoblauch, Zwiebeln, Salz, Pfeffer, Nelken und Zitronenschalen gegeben hat. Nach Umlauf dieser Zeit sucht man diese Gewürze mittelst eines Schaumlöffels heraus, tut sie in eine Bratpfanne, legt den Hammelschlägel darauf, übergießt ihn mit heißem Schmalz oder Butter und

dämpft ihn bei öfterem Umwenden in $2^1/_2$—3 Stunden weich. Wenn die Zwiebeln während dieser Zeit eine gelbbraune Farbe bekommen haben, so gieße man etwas Fleischbrühe hinzu, decke die Pfanne wieder zu und lasse den Schlägel langsam fortdämpfen. Beim Anrichten siebt man die Sauce und gibt sauren Nidel dazu. Man nennt dieses Gericht, welches auch kalt gegessen werden kann, einen falschen Rehschlägel. Bloß in Dampf gekochte Kartoffeln, auch große Klöße, geben eine schickliche Beilage. Ein also eingesäuertes Fleisch erhält sich, vornehmlich nach einem kurzdauernden Vorsud, eine längere, unbestimmte Zeit und eignet sich daher zu einer Vorratsspeise in ländlich gastfreien Haushaltungen.

Soweit Großmutters Kochbuch.

Viel einfacher in der Zubereitung als der falsche Rehschlegel und deshalb auch sympathischer, aber leider keineswegs billiger ist der echte

Schafschlegel

Der Schafschlegel wird gesalzen und mit einigen Zinken Knoblauch, die man in das Fleisch einführt, gewürzt. Man reibt das Fleisch mit Öl ein und gibt es in den sehr heißen Bratofen. Sobald der Schlegel auf beiden Seiten angebraten ist, begießt man ihn mit ein wenig Wasser und nachher häufig mit dem Fleischsaft. Die Sauce wird beim Anrichten kräftig gewürzt und wenn möglich mit saurem Nidel feiner gemacht.

Für einen gut gelagerten Schlegel rechnet man 15 Minuten Bratzeit per Pfund Fleisch.

Ein Voressen ist ein prosaisches Gericht. Es gibt aber viele Möglichkeiten, ein Voressen aus Schaffleisch zu variieren. Gar nicht reizlos, wenn gut zubereitet, ist der bekannte

. . . sagt sich die erfahrene Hausfrau und hält sich an die seit über einem halben Jahrhundert bewährten und beliebten Maggi-Produkte, die sich täglich als unentbehrliche Helfer der Hausfrau erweisen.

MAGGI's PRODUKTE

sind nie versagende Qualitäts-Produkte!

Irish stew

1 Pfund Schaffleisch ohne Knochen, 1 kleiner Kabis oder Wirz, 1 Pfund Kartoffeln, in Würfel geschnitten, einige Rüben, Zwiebeln, Salz und Pfeffer. Das in Voressenstücke geschnittene Schaffleisch wird mit etwas gehackter Zwiebel im Fett gedämpft. Dann gibt man den in Streifen geschnittenen Kabis, die Kartoffeln und die Rüben (in Scheiben geschnitten) dazu, vermischt alles und gibt soviel heißes Wasser hinein, daß das Gericht nicht ganz gedeckt ist. Nun schließt man die Pfanne gut und läßt das Fleisch $1^1/_2$—2 Stunden dämpfen.

Der Irish stew hat einen schweizerischen Vetter. Es ist ein Gericht, das an der Chilbi im Kanton Uri auf keinem Tische fehlt und auch sonst in der Innerschweiz verbreitet ist, der

Hafenkabis

Man schneidet Schaffleisch wie zu Voressen, bratet es in heißem Fett an, fügt Zwiebeln und fein geschnittenen Kabis bei, salzt und läßt alles miteinander mit wenig Wasser dämpfen, bis das Fleisch weich und der Kabis gelb geworden ist.

Tafel-Senf-Aktion! Um den Hausfrauen das **Sparen** und **bessere** **Würzen zu erleichtern** empfiehlt man für Fleisch, Wurst, Salat, Gemüse und Saucen den **Tafel-Senf** **Helvetia**

Berner-Alpenmilch-Chocolat-Crème

als Dessert,
mit oder ohne
Haushaltrahm
zum Frühstück,
auf Touren

Tausende von Hausfrauen halten stets ein paar dieser geschätzten «roten Dosen» im Vorrat.

Schaffleisch mit Bohnen und Rübli

Dieses Gericht wird ähnlich zubereitet wie Hafenkabis, nur werden anstatt Kabis grüne Bohnen und in gleichmäßige Stücke geschnittene Rübli verwendet. Man bratet das in Stücke geschnittene Fleisch im Fett an, gibt lagenweise Zwiebeln, Bohnen und Rübli darauf und dämpft alles zusammen $1^1/_2$ Stunden.

Zu Voressen verwendetes Fleisch ist fettes Fleisch. Das bedingt einerseits besonders kräftiges Würzen; anderseits empfehlen sich als Zugabe Kartoffeln. Statt die Kartoffeln gesondert zuzubereiten, können sie wie beim Gulasch im Fleischsaft gleich mitgekocht werden. Das ist das besondere in dem Bündnerrezept

Schafverdämpf mit Kartoffeln

Kleine Schaffleischstücke, Rippen oder Hohrücken, und eine große geschnittene Zwiebel werden schön gelb geröstet. Dann gießt man warmes Wasser darüber und würzt mit Pfeffer, Salz und einigen Lorbeerblättern. Nach einer Stunde Kochzeit werden in Stücke geschnittene Kartoffeln dazugegeben, wobei man darauf achtet, daß immer reichlich Flüssigkeit vorhanden ist. Sobald die Kartoffeln weich sind (sie dürfen nicht zerfallen) wird angerichtet.

Bevor uns das Schaffleisch in Form eines Voressens verleidet, erinnern wir uns, daß man Schaffleisch zur Abwechslung auch als Braten zubereiten kann. Zu

Schafsbraten

verwendet man Fleisch vom Stotzen, vom Laffen oder auch das Nierstück. Man bereitet den Schafsbraten wie einen andern Braten zu, aber vergißt nicht, ihn mit einigen Knoblauchzinken zu versehen. Sogar leidenschaftliche Knoblauchgegner vertragen dieses Gewürz in Verbindung mit Schaffleisch. Eine Beigabe von Rosmarin ist empfehlenswert.

Einmal gebraucht, unentbehrlich.

Reisen heischt - lehrt die Erfahrung -,
immer konzentrierte Nahrung.
Im Flugzeug, in der Eisenbahn,
selbst auf der See verwendet man:

Isomalt EXTRA

NÄHRMITTEL PRODUKTION AKTIENGESELLSCHAFT ZÜRICH

Ein besonders guter Schafsbraten:

Schafstotzen im Becki

750 g Schafstotzen,
500 g Kartoffeln,
250 g Rübli,
1 kleines Stück Sellerie,
Salz, Pfeffer, Zwiebel, Fett.

Ein gut gelagertes Stück Schafstotzen klopfen, salzen und mit Pfeffer einreiben. Das Fleisch auf allen Seiten gut anbraten, mit etwas Wasser, eventuell Weißwein ablöschen, die grob geschnittenen Gemüse um das Fleisch legen, salzen und $^5/_4$ Stunden im Ofen dämpfen.

Natürlich kennen Sie Curry. Aber vielleicht ist es Ihnen noch nie in den Sinn gekommen, ein Schafsvoressen durch Zugabe von Curry in ein ganz neues und ganz ausgezeichnetes Gericht zu verwandeln.

Schaffleisch mit Curry

Man schneidet ein Pfund mageres Schaffleisch in kleine Stücke und bräunt es zusammen mit einigen Zwiebeln in etwas Butter. Nun gibt man einen Eßlöffel Mehl darauf, löscht mit etwas Wasser ab und läßt das Fleisch 1—$1^1/_2$ Stunden kochen. Eine halbe Stunde vor dem Anrichten werden Kartoffelwürfelchen dazugegeben. Das Gericht wird vor dem Anrichten mit zwei Löffeln Currypulver gewürzt.

Während der vergangenen Jahre machte man aus der Not eine Tugend und befreundete sich mit allerlei Bohnen- und Linsengerichten. Bohnen sind Ihnen heute verleidet? Dann lassen Sie sie in einem neuen Gewand auferstehen. Sie werden nicht enttäuscht sein.

Schaffleisch mit weißen Bohnen

Ein Pfund in kleine Stücke geschnittenes Schaffleisch mit einigen Speckwürfeln und Zwiebeln gut anbraten, mit Mehl bestreuen, wenig Wasser dazugeben und

$1^1/_2$ Stunden dünsten lassen. Dann kommen 2—3 Eßlöffel Tomatenpurée und ein Pfund vorher weichgekochte weiße Bohnen dazu. Nun das Gericht nochmals zehn Minuten auf ganz kleinem Feuer kochen.

Und zum Schluß noch ein Nationalgericht aus der Provence, ein Eintopfgericht par excellence, das außerordentlich schmackhaft ist.

Cassoulet provençale

(Schaffleisch mit Bohnen, Speck und Wurst)

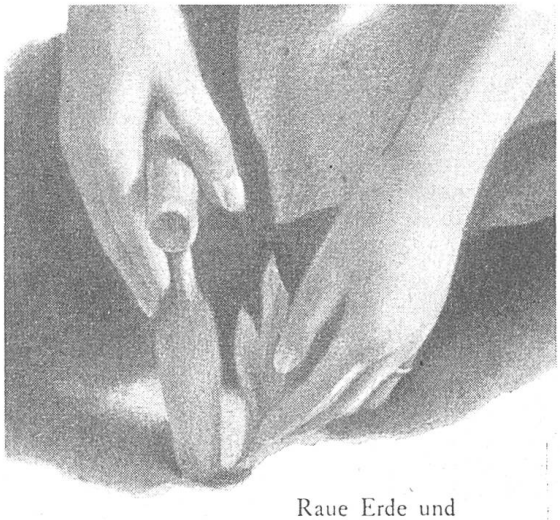
Ein Pfund weiße Böhnli, ein Pfund Schaffleisch ohne Knochen, 300 g Speck, eine geräucherte Wurst, Suppengrün, Tomatenpurée, zwei Zwiebeln. Die Böhnli über Nacht einweichen und mit dem Einweichwasser, etwas Suppengrün und dem Speck zwei Stunden kochen. Das in kleine Stücke geschnittene Fleisch mit den gehackten Zwiebeln im Fett anbraten, mit etwas Einweichwasser ablöschen und Tomatenpurée und Suppengrün beifügen. Auf kleinem Feuer eine Stunde kochen.

Nun gibt man in eine eingefettete Auflaufform eine Lage Böhnli, darauf eine Lage Fleisch mit dem in den Bohnen gekochten Speck und Wurstscheiben, dann wieder Böhnli usw. Man gießt die Sauce hinzu, die fast so hoch stehen muß wie das Eingefüllte, und bedeckt das Ganze mit in Butter gerösteten Brösmeli. Dann wird die Speise eine halbe Stunde im Ofen gratiniert.

Lösung von Seite 34
«Kennen wir unsere Heimat?»

1. *Steinbock.*
2. *Stengelloser Enzian, «Steiglogge», «Fingerhuet».*
3. *Wasserläufer.*

Manuskripte, welche an die Redaktion des «Schweizer-Spiegels» gesandt werden, können nur retourniert werden, falls Rückporto beiliegt.



Raue Erde und zarte Haut vertragen sich nicht gut zusammen. Nach Gartenarbeit pflegt man die Hände am besten mit Voro-Creme.

Voro

Voro-Creme macht die Haut wieder geschmeidig. Sie bleibt nicht nur an der Oberfläche, sondern dringt tief in die Haut ein.
Dosen zu Fr. –.60, 1.20 3.–. Tuben Fr. 1.35
VOIGT & CO. AG. ROMANSHORN

Biro

der erste Kugelschreiber der Welt, ist unermüdlich in der Schaffung neuer Modelle.

Biro bringt seine letzte Schöpfung: elegante, schnittige Stromlinienform, schlank und leicht in der Hand.

Kappe abziehen — ohne Drehen!
Kappe aufstecken — ohne Schrauben!

In allen Papeterien

Biro-„Standard“. . . . . Fr. 46.—
Biro-„Automatic“. . . . . Fr. 58.—

Das freudig erwartete Geschenk
zu Ostern 1947

Patente erteilt oder angemeldet
Quickly A.G., Zürich