Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 22 (1946-1947)
Heft: 10

Artikel: Bouillon und Kaffee - jetzt eisgekühlt
Autor: I.S.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1068971

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: 30.09.2025

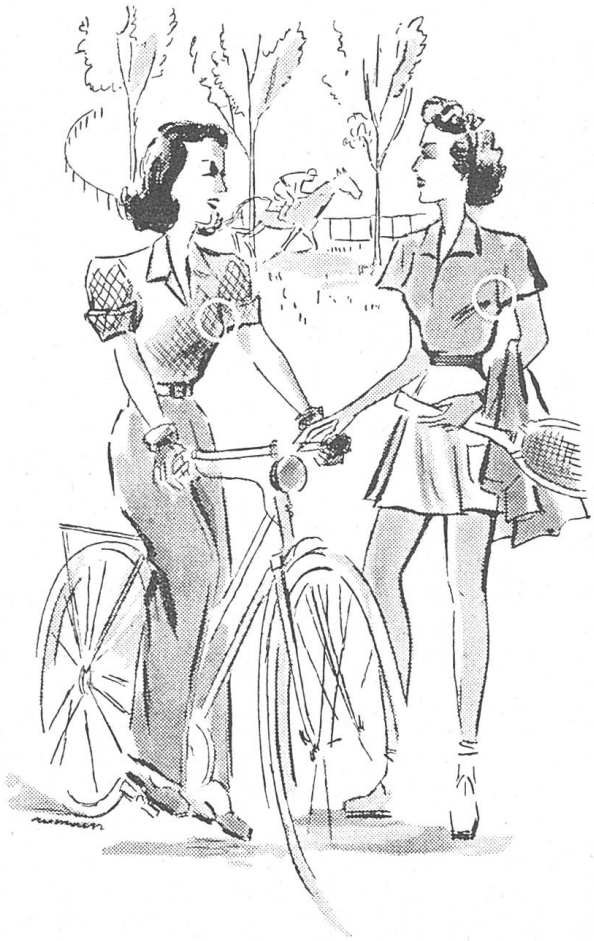
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

BOUILLON UND KAFFEE — JETZT EISGEKÜHLT

Von I. S.

Ich wundere mich immer wieder über Frauen, die jahraus, jahrein am gleichen Speisezettel festhalten. Da kommt an einem schwülen Sommertag dieselbe Erbsensuppe auf den Tisch, der wir im Winter auf kalten Füßen so freudig entgegeneilen. Oder Mann und Kinder, die alle einen Heimweg durch heiße Straßen hinter sich haben, müssen sich zu einem dampfenden Rindsbraten mit Kartoffelstock und Bohnen niederlassen. In gereizter Stimmung stochert eine ganze Familie in den sonst beliebten Spaghetti herum, und die Hausfrau zieht etwas beleidigt mit der nur halbgeleerten Platte ab.

Ich weiß, wie tiefverwurzelt bei uns die Ansicht ist, man müsse mittags unbedingt warme Speisen genießen, «sonst habe man nicht richtig gegessen». Über die Luncheons der angelsächsischen Völker wird verächtlich gelächelt, und viele behaupten rundweg, ihr Magen vertrage kaltes Essen nicht. In vielen Fällen wäre die Frau bereit, den Speisezettel der Jahreszeit gemäß umzustellen und sich den heißen Tagen sinngemäß anzupassen; sie fürchtet aber die in Menufragen so konservative Einstellung ihres Gatten und ihrer heranwachsenden Kinder. Wir wollen ja gar nicht alle unsere lieben Gewohnheiten aufgeben, aber hin und wieder einen Versuch zu wagen, ist anregend und zeitigt oft ungeahnte Ergebnisse.



Atemlos kommt sie daher

auf ihrem Velo vom Tennis in der Mittagspause. Trotz brütender Hitze und einem strengen Arbeitstag ist sie gepflegt und frisch. «Wie machst Du das, Vreni? Ich habe mich bloß beeilt, und schon sind meine Achselhöhlen feucht.» «Mach's wie ich, verwende Odorono, dann bleibst Du bei der größten Hitze kühl, trocken und frei!»

Odorono - Creme schnellwirkend
Topf Fr. 1.75 und 3.50
Odorono Normal wirkt 8 Tage
Flasche Fr. 2.75 und 4.—
Odorono Instant wirkt 2-3 Tage
Flasche Fr. 2.75 und 4.—

ODO·RO·DO

En gros: Paul Müller AG. Sumiswald

Suppen — ja, aber kalt

Setzen Sie zum Beispiel Ihren Tischgenossen an einem schwülen Tag eine kalte Bouillon (die kräftige Brühe muß mindestens ein paar Stunden auf Eis oder im Kühlschrank gestanden haben, und dann soll die erstarrte Fettschicht sorgfältig entfernt werden) oder eine nicht zu dickflüssige, mit viel Nidel gemilderte Tomatensuppe vor, die aber wirklich eiskalt und nicht nur abgestanden sein soll. Sie werden erleben, daß der verdutzte Ausdruck der Gesichter sich bald in wohlige Zufriedenheit auflöst. Nach einem solchen Auftakt werden Sie, um nicht allzu revolutionär zu wirken, etwas Warmes servieren, z. B. eine französische Omelette (wobei Sie, solange die Eier nicht billiger werden, die Eiermasse ruhig mit ein wenig Milch und Mehl strecken dürfen), der Sie nach Belieben Schinken, Pilze, Würfeli von Speck und gesottenen Kartoffeln, Tomaten usw. beifügen. Dazu geben Sie Salat oder ein gekochtes Gemüse. Statt dieses Zwischenganges können Sie auch Kartoffeln und eine schöne, sömmerliche Gemüseplatte mit mindestens vier verschiedenen gedämpften Gemüsen auftischen.

Zur Abwechslung können Sie nun den Spieß auch umdrehen und ganz unschuldig mit einer dampfenden Suppenschüssel hereinspazieren, um daraufhin nur kalte Gerichte folgen zu lassen. Wählen Sie aber nach Möglichkeit eine klare Suppe mit einer aparten und schmackhaften, selbstzubereiteten Einlage.

Vogelnestchen und gefüllte Sulz

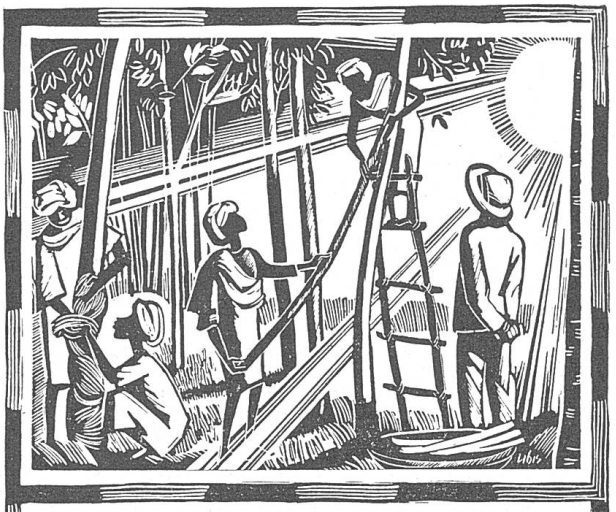
Vielleicht versichert man Sie, daß die Suppe ausgezeichnet wäre, daß es aber eigentlich zu heiß sei, sie richtig zu genießen ... worauf Sie mit triumphierendem Lächeln eine kalte Fleischplatte servieren.

Aber es muß nicht nur immer Aufschnitt sein ... mag er noch so schön umgeben sein von Eier- und Tomatenschnitzen, von Käsescheiben und Radiesli, es haftet ihm doch irgendwie etwas Un-

persönliches an. Liebevoller wirkt sicher ein kalter Hackbraten, in dessen Mitte Sie hartgekochte Eier gebettet haben, den Sie zum Braten in ein vom Metzger mitgeliefertes Netz banden und dessen Fleischmasse Sie kräftig würzten und mit eingeweichtem Brot und gesottenen, feingeriebenen Kartoffeln vermischten. Auch jene Kalbfleischrouladen, die «Vogelnestchen» genannt werden (um hartgekochte Eier werden eine Tranche Schinken und ein Kalbsplätzli gebunden) schmecken fast allen Leuten kalt weit besser als warm und sehen aufgeschnitten sehr appetitlich aus.

Aber auch ein ganz gewöhnliches Stück Rindfleisch können Sie am Vortag einmal nur im eigenen Saft braten und zum Mittagessen in dünne Scheiben schneiden. Eine große Platte mit allen möglichen belegten und bestrichenen Brötchen wird bestimmt auch am Mittagstisch große Freude auslösen.

Warum wagen Sie sich nicht öfters an eine gefüllte Sulz, eine Sommerspeise par excellence? Die Herstellung ist so einfach, seit die Trockensulzpulver in den Handel gekommen sind und wir diese genau nach Vorschrift, bloß mit Wasser auflösen müssen. Es gilt nur, den richtigen Augenblick abzuwarten, auf daß Sie das abwechselnde Einfüllen der Sulzmasse und der Füllung in einem Arbeitsgang vornehmen können. Die Sulzmasse darf weder vom Löffel tropfen noch zu einer glatten Schicht erstarrt sein; beim zweiten- oder drittenmal erkennen Sie unfehlbar den besten Zeitpunkt; es ist nämlich sehr langweilig, mit dünnflüssiger Sulz zu operieren und immer wieder warten zu müssen, bis die neue Schicht ganz fest geworden ist. Als Form benützen Sie entweder eine Cakeform oder kleine Biskuitförmchen, in die als erstes eine dünne Schicht Sulz kommt. Zur Füllung halten Sie auf $^1/_2$ Liter Sulz ein hartgekochtes Ei und zirka 150 g Fleischware bereit. Sie können aber auch nur Eier und Gemüse (gekochte Erbsli, Bohnen, Karotten, rohe Tomatenscheiben) einfüllen oder alles gemischt, wobei Sie sehr gut Resten von Wurst und



IN DEN CHINA-PLANTAGEN

lösen die Eingeborenen bei der Ernte die Chinarinde in langen Streifen von den Bäumen ab. Damit neue Rinde sich bilde, umwickeln sie die verwundeten Stämme mit Gras.

Nach 15-20 Jahren ist eine solche Pflanzung erschöpft. Dann wird sie gerodet, um auch die Wurzelrinde zu gewinnen, die besonders gehaltreich ist.

Ein Extrakt aus der an heilsamen Kräften reichen Chinarinde ist neben Phosphor in Form der Glycerophosphate und anderen belebenden Substanzen enthalten im Aufbau- und Wiederherstellungsmittel

ELCHINA

nach Dr. med. Scarpatetti u. Dr. A. Hausmann

Elchina stählt und stärkt bei: Übermüdung, allgemeiner Schwäche, Nervenüberreizung und den daraus resultierenden nervösen Erscheinungen, Magen- und Darmstörungen, Schlaffheit nach Grippe, Operationen, Wochenbett.

Originalflaschen zu Fr. 3.89 und 6.50 inkl. Steuer

Die „selbstgemachte" Frau

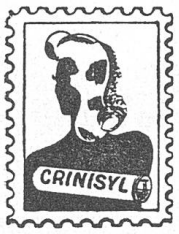
The self-made woman heisst etwas anderes als self-made man.

Gerade die Frau, die zweimal zwanzig und mehr Lenze zählt, kann besonders anziehend und charmant wirken.— denn sie kennt sich und weiss, wie sie sich pflegen muss. Jede Woche im Elizabeth Arden Salon wird ihr Antlitz massiert, die Muskeln gestrafft, das make-up der Persönlichkeit angepasst. Es ist unglaublich, was eine Frau, die es versteht, mit Elizabeth Arden Produkten umzugehen, zustande bringt!

Elizabeth Arden

16, St. Peterstrasse, Zürich
(051) 27 28 35

Auch in Lausannne Tel. 3 68 30 u. Basel Tel. 4 16 48



Wenn Haarausfall sich bemerkbar macht... dann
Crinisyl-Tabletten
eine ganz neuartige Komposition.
Fr. 4.– in den Apotheken

Braten usw. verwenden dürfen. Auf die unterste Schicht Sulz geben Sie am besten Eierscheiben, die erfahrungsgemäß am dekorativsten wirken. Dann fahren Sie ganz sorglos mit den übrigen Zutaten weiter, abwechslungsweise ein paar Löffel Sulz und eine Lage Füllung aufhäufend. Das fertige Gebilde soll möglichst über Nacht kalt und ruhig stehen; vor dem Stürzen tauchen Sie die Form einen ganz kurzen Moment in heißes Wasser. Aus den kleinen Förmchen läßt sich der Inhalt unter Mithilfe eines stumpfen Messers einfach herausklopfen.

Zu all diesen Platten bildet eine große Schüssel mit gemischtem Salat (wobei auch der Kartoffelsalat vertreten ist) die richtige Ergänzung; auch rohe, mit fertig gekauftem italienischem Salat gefüllte Tomaten passen gut dazu.

Zum Dessert Grieß-Creme, Sommer-Kompott und Joghurtspeisen

Als Dessert wählen Sie, je nach Liebhaberei und Appetit Ihrer Angehörigen, zwischen frischem Obst und einer kalten Süßspeise, die mit Vorzug auch irgendwelche Früchte enthält. Eine Vanillecreme ist schnell gemacht, wirkt aber mit gekochten Aprikosen, Pflaumen, Zwetschgen usw. viel erfrischender als für sich allein.

Die üblichen Grieß- und Maizenaköpfchen bereite ich im Hochsommer etwas dünner zu als gewöhnlich, so daß sie nicht mehr sturzfähig wären. Ich gebe die Masse daher in eine große Schüssel, obenauf kommen gekochte Früchte oder, wenn ich gerade am Einkochen bin, das Abgeschäumte einer Konfitüre. Bald können Sie das erste Apfelmus auf diese puddingähnliche Unterlage häufen — wenn Sie dann im letzten Augenblick vor dem Servieren noch eine dicke Schicht Streußel auf das Mus geben, dann wird die ganze Familie sich freuen über die dreischichtige Speise. (Streußel: Einen großen Eßlöffel Fett anlaufen lassen, eine Handvoll geriebene Haselnüsse, wenig Haferflocken, ein paar Löffel Zucker, etwas Zimt dazugeben und

gut durchrühren, dann sofort vom Feuer nehmen, da Gefahr des Anbrennens groß.)

Zur Abwechslung sehr zu empfehlen ist ein gemischtes Kompott: Äpfel- und Birnenschnitze, eine Handvoll Zwetschgen, ein paar Aprikosen und Brombeeren — was Ihnen gerade einfällt oder der Garten Ihnen beschert — kochen Sie bedenkenlos in der gleichen Pfanne und erhalten somit eine kurzweilige Nachspeise. Kochen Sie manchmal auch Birnen mitsamt der Haut und mit ganz wenig Wasser zu einem Mus, das sozusagen keines Zuckers bedarf? Es hält sich auch vorzüglich den ganzen Winter über in Bülacher Flaschen und kann aus vollkommen « teigigen » Birnen hergestellt werden.

Wenn Sie eine Rhabarberspeise machen können, dann empfehle ich Ihnen, die paar Löffel Zucker, die Sie für ein Kompott von einem Pfund Rhabarber aufwenden wollen, braun zu rösten, mit ganz wenig Wasser abzulöschen, den sehr fein geschnittenen Rhabarber darin zu kochen und zuletzt ein Teigli einzurühren, das aus vier Eßlöffeln Maizenamehl und drei Dezilitern Milch besteht. Als Zugabe bei Tisch ist eine Vanillesauce oder einfach rohe Milch wünschenswert.

Sehr erfrischend wirkt ein Gelatinepudding, wobei Sie einen Liter Milch mit einem Vanillestengel und sechs Eßlöffeln Zucker aufkochen, die kochende Masse an zwei verklopfte Eier gießen und tüchtig schwingen, dann sofort 25 Gramm aufgelöste Gelatine beifügen und wieder mit dem Schneebesen energisch rühren. Während Sie andere Küchenarbeiten verrichten, rühren Sie in der Puddingmasse von Zeit zu Zeit und gießen sie erst, wenn sie ganz erkaltet ist, in die ausgespülte Form. Mit Kompott oder Sirup serviert, ist diese nahrhafte Speise außerordentlich kühlend. Der gleichen Masse können Sie einmal Kaffee und ein andermal Schokolade beifügen und dazu eine Vanillesauce geben.

Wer über einen Kühlschrank verfügt, kann alle möglichen Cremen zu Glace verwandeln. Aber auch rohe, durch

Haushaltarbeit beansprucht die Hände auf vielerlei Art. Wirksame Hautpflege, ohne grosse Prozeduren, treibt man mit Voro-Creme.

Voro

Voro-Creme wird von der Haut völlig aufgenommen — darum die einzigartige Wirkung.
Dosen zu Fr. -.60, 1.20, 3.-. Tuben Fr. 1.35.

VOIGT & CO. AG. ROMANSHORN

den Passe-vite getriebene Himbeeren oder Brombeeren, denen etwas Zucker und Haushaltrahm oder auch nur rohe Milch beigefügt wurde, ergeben ein aromatisches Eis.

Wer keinen Kühlschrank besitzt und dafür gerne Joghurt ißt, rührt ein solches Früchtepurée oder auch gekochtes Obst mit Joghurt zusammen und fühlt sich dadurch erfrischt und zugleich wohl genährt.

Was gibt es zum Trinken?

Sie werden sehen, daß bei Genuß von kalten Speisen das Bedürfnis nach kühlem Trunk weniger groß ist, doch tun Sie gut daran, immer irgendein frisches Getränk bereit zu halten. Kaltem Lindentee viel Orangensaft beizufügen, scheint mir eine viel glücklichere Idee, als ihn mit Zitronensaft zu vermengen. Entsetzen Sie sich nicht über den Vorschlag, einen leichten Rotwein und Süßmost zu kombinieren; ich war beim Gedanken daran auch empört, wurde aber umgestimmt, als mein Mann mir einmal diese Mischung vorsetzte. Kalten Kaffee brauchen Sie nicht nur auf einer Bergtour aus einer Feldflasche zu genehmigen, auch daheim können Sie ihn dankbar genießen, aber er muß eiskalt und nicht nur erkaltet sein.

Wenn Ihnen meine Vorschläge für sommerliche Mittagessen etwas kompliziert und zeitraubend erscheinen, so bedenken Sie, daß Sie die meisten dieser Speisen am frühen Morgen oder in den kühlen Abendstunden vorbereiten können und daß Sie dafür zwischen 10 und 12 Uhr im Garten sitzen oder baden gehen dürfen. Statt erhitzt und übelgelaunt am häuslichen Herd zu stehen, sammeln Sie Ihre Kräfte und treten Mann und Kindern zur Essenszeit heiter und unbelastet entgegen.

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