

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 26 (1950-1951)
Heft: 2

Artikel: Schweizer Küchenspezialitäten
Autor: Guggenbühl, Helen
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1070449>

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>



Schweizer Küchenspezialitäten

Von Helen Guggenbühl

Man kann für oder gegen die Heimatstil-Restaurants sein, aber eines haben sie auf alle Fälle für sich: Sie haben mit dazu beigetragen, daß die schweizerischen Küchenspezialitäten wieder zu Ehren gezogen wurden.

Vor 20 Jahren war das anders. Die Restaurants nahmen sich alles andere eher als die schweizerische Küche zum Vorbild, und die Frauen strebten ähnlichen Idealen nach. So stand ich denn damals, als ich meine Sammlung «Schweizer Küchenspezialitäten» herausgab, allein auf weiter Flur. Das Büchlein wurde als Kuriosität, zwar mit Sympathie, aber nur von einem kleinen, an schweizerischem Wesen speziell interessierten Kreise aufgenommen. — Nach und nach setzte eine Wandlung ein, und verschiedene ähnliche Publikationen stellten sich meiner Sammlung an die Seite.

Heute ist die ursprüngliche Auflage vergriffen. Schon lange setzt jede Frau ihren Stolz darein, die besten Spezialitäten ihres Kantons nicht nur dem Namen nach zu kennen, sondern sie auch bei passender Gelegenheit selber aufzutischen.

Wie entstand meine Sammlung? Ich habe sie vor 25 Jahren für den «Schweizer Spiegel» zusammengestellt, der in jeder Nummer der ersten zwei Jahrgänge Spezialitäten eines Kantons brachte. Schriftlich und mündlich wandte ich mich an bekannte und unbekannte Frauen aus allen Gegenden der Schweiz und bat sie, mir Originalrezepte aus ihrem Landesteil zu schicken. Bevor ein Rezept in die Sammlung aufgenommen wurde, kochte ich es in meiner eigenen Küche und brachte da und dort kleine Veränderungen an. Die Rezepte wählte ich in erster Linie nach ihrer Originalität, dann nach ihrer praktischen Verwendbarkeit und zuletzt auch ein wenig nach meinem Geschmack aus.

In diesen Tagen erscheint eine Neuauflage der «Schweizer Küchenspezialitäten»; das neue Büch-

lein enthält eine Auswahl der besten Rezepte des früheren. Die folgenden Rezepte sind einige Beispiele daraus.

Busegga

(Kuttelsuppe)



Man zerlasse 100 g Ripplispeck. Wenn er gelb ist, gibt man etwas Butter dazu und dämpft folgende Zutaten darin: 1 fein geschnittene Zwiebel, etwas Knoblauch, Lauch, Sellerie, Petersilie, Rübsli, Bohnenkraut, Kohl, ausgemachte Bohnen, 3—4 Tomaten. Man schütte etwas Wasser dazu und lasse das Gericht 1½ Stunden kochen. 20 Minuten vor dem Anrichten gebe man 500 g feingeschnittene Kutteln hinein, ebenso kleine Kartoffelwürfel. Diese Suppe serviere man mit geriebenem Käse.

Spießli

Kalbs- oder Rindsleber wird in dauernd große Stücke geschnitten. Man umwickelt jedes Stück mit einem Salbeiblatt und einem Stückchen Kalbsnetz und steckt es an einen Holzspieß oder an eine feine Stricknadel. Auf eine Nadel kommen 5—6 Spießli. In der Bratpfanne in Butter mit Zwiebeln schön braun braten, am besten zugedeckt, bis die Leber gar ist. Erst kurz vor dem Anrichten wird gesalzen. Dieses Gericht paßt besonders zu Schmalzbohnen.





Gegen Hautleiden das altbewährte englische Heilmittel D. D. D.

Ob Sie mit einem noch so hartnäckigen Hautleiden zu kämpfen haben – verlieren Sie den Mut nicht! Sie können jetzt in der nächsten Apotheke das alterpropte englische D.D.D.-Heilmittel erhalten, bekannt für seine Wirkung bei Hautleiden. Wie entstehen eigentlich entzündliche Hautkrankheiten? Staub, Schmutz, Puderrückstände sammeln sich in den Porenöffnungen an und bilden eine Brutstätte für Bakterien, die sich überall einnisteten, sich vermehren und unzählige entstellende Hautleiden verursachen – angefangen bei den milden, jedoch unangenehmen Formen, wie Akne, bis zu den schmerzhaften Krankheiten, wie Furunkeln. Wie können Sie Ihre Haut von allen diesen Übeln befreien? Nehmen Sie einen Wattebausch, tauchen Sie ihn in die D.D.D.-Flüssigkeit und betupfen Sie damit die kranken Stellen. Die klare, nicht fettende, goldgelbe D.D.D.-Flüssigkeit dringt tief in die Haut ein und entfernt Staub, Schmutz, Fett und Puderrückstände. Nachdem die Poren von den angehäuften Unreinigkeiten befreit sind, kann die Haut wieder frei atmen. Außerdem werden durch die antiseptischen Eigenschaften des D.D.D.-Heilmittels die Bakterien vernichtet – die Haut kann wieder gesunden! Das D.D.D.-Präparat ist auch als Vorbeugungsmittel zu empfehlen. Jeden Abend betupfen Sie Gesicht, Hals, Arme und Hände mit einem Wattebausch, getaucht in D.D.D. So reinigen Sie Ihre Haut bis in die Tiefe der Poren, verschaffen ihr eine gute Atmung, bösartige Bazillen können sich gar nicht einnisteten, Hautkrankheiten nicht entstehen. – Eine kleine Flasche D.D.D. kostet Fr. 1.85, eine große Fr. 4.75 (exkl. Wust). Die große Flasche reicht für mehrere Wochen.

D.D.D. ist in allen Apotheken
und Drogerien erhältlich.

GENERALVERTRETER FÜR DIE SCHWEIZ:
DR. HIRZEL PHARMACEUTICA ZÜRICH

Gedörrte Kastanien mit Rauchfleisch



Die über Nacht eingeweichten Kastanien werden in leicht gesalzenem Wasser aufs Feuer gebracht, ein Stück geräuchertes Schweinefleisch wird dazugegeben und alles zusammen längere Zeit gekocht.

Fricandeau à la Genevoise



1 kg Kalbfleisch, 50 g magerer, geräucherter Speck, 40 g fetter Speck, 30 g Fett, 20 g Mehl, Salz, Bratengarnitur, 4 dl Wasser, 1 dl Weißwein.

Den mageren Speck gibt man in das Innere des Fleisches, mit dem fetten Speck spickt man den Braten. Dann wendet man das Fleisch im Mehl und gibt es in heißes Fett, so daß die gespickte Seite oben ist. Nun gibt man die Bratpfanne in den heißen Ofen, bis das Fleisch auf allen Seiten gut gebräunt ist. Nun kommt die Bratengarnitur dazu, dann das Wasser und zuletzt der Wein. Man läßt das Fleisch 2 Stunden im Ofen, indem man es fleißig begießt. Eine Viertelstunde vor dem Servieren salzt man es. Wenn das Fleisch herausgenommen ist, gibt man 2 dl Schlagrahm unter die Sauce und läßt diese nicht mehr zum Sieden kommen.

Schnitz und Erdäpfel



Gedörrte Birnen oder Birnenschnitze werden 1–2 Stunden in lauem Wasser eingeweicht. Unterdessen schält man dreimal soviel Kartoffeln (rohe), wie man Birnen hat, schneidet sie in baumnüßgroße, unregelmäßige Stückli und übergießt sie mit kaltem Wasser. Dann gibt man 1–2 Löffel Fett in die Gemüsepfanne, dünstet darin eine große, grobgeschnittene Zwiebel, zieht die Kartoffeln aus dem Wasser und gibt sie in die Pfanne. Man salzt, fügt die Schnitze mit dem Einlegwasser bei und gießt noch soviel Wasser zu, bis das Gericht fast bedeckt ist, und kocht es in zirka 40 Minuten saftig weich. Es wird zu «Rindfleisch und Schwinigs» gereicht. Eine Beigabe von etwas süßem Most oder 1–2 Löffel Birnenhonig beim Kochen erhöht den Wohlgeschmack. Je nach Jahr und Geschmack können zu dem Gericht auch grüne



Probieren auch Sie
Maggi's Extra-Suppen!

Jetzt 3 weitere ausgezeichnete
Sorten erhältlich:

Blumenkohl: eine sehr feine
Suppe, zu der blütenweißer
Blumenkohl verwendet wird.

1 Stange (8 Teller) 90 Rp.
2 Würfel (4 Teller) 45 Rp.

Pilz: eine herrliche Crème-
suppe mit aromatischen Pilzen.

Zwiebel: eine milde Crème-
suppe, deren feiner Geschmack
alle Liebhaber begeistern wird.

MAGGI[®] Extra - Suppen

wie selbstgemacht!



Aluminium....
ich weiss warum

Aluminiumgeschirr wird nicht überall in gleicher Weise beansprucht. Die schweizerischen Fabrikanten haben daher vier ALA-Qualitäten geschaffen, die den verschiedenen Beanspruchungen Rechnung tragen. Diese vier Qualitäten werden durch die nachstehenden Formen der ALA-Marke bezeichnet, die Sie sich gut merken können:



EIN-RING: Gangbare Ausführung für mässig beanspruchtes Kochgeschirr.



ZWEI-RING: Die solide Qualität für stark beanspruchtes Geschirr, für Gas- und Holzküche.



DREI-RING: Besondere Ausführung für Hotel und Grossküchen.



Spezialgeschirr mit ca. 9 mm dickem, geebnetem Boden für Elektro- und Vergaserherde.



Achten Sie, wenn Sie Aluminiumgeschirr kaufen, immer auf das eingeprägte Markenzeichen ALA. Es ist das Garantiezeichen für das gute Schweizer Aluminiumgeschirr

Birnen oder Süßäpfel verwendet werden, diese werden dann vor dem Kochen mit einer Prise Zucker überstreut.

Käsesuppe

(Vorspeise oder Nachtessen)

$\frac{1}{2}$ Pfund Emmentaler Käse, $\frac{1}{2}$ Liter kochendes Wasser, $\frac{1}{2}$ Pfund Brot-dünkli, 40 g ausgelassene Butter.



Der Käse wird geraffelt und abwechslungswise mit dem Brot lagenweise in eine Schüssel gelegt. Käse und Brot werden mit kochendem Wasser übergossen und zehn Minuten zugedeckt stehen gelassen. Inzwischen wird Butter in der Pfanne heiß gemacht, Brot und Käse werden mit einem Deckel leicht gepreßt und das Wasser abgeschüttet. Dann wird das feuchte Brot mit dem Käse in die Pfanne gebracht und unter ständigem Rühren gekocht, bis der Brei glänziger wird, das heißt das Fett zum Käse ausscheidet. Hierauf wird möglichst heiß angerichtet.

Eine andere Zubereitungsart: Die Masse in der Pfanne nicht rühren, sondern eine Omelette daraus backen. Allerdings muß viel Butter in der Pfanne sein.

Maluns



2 Teile gesottene, feingeriebene Kartoffeln mit 1 Teil Weißmehl und etwas Salz gut vermengen. Dann wird die Masse in der Bratpfanne in viel heißer Butter gut verarbeitet und bestän-

dig gewendet, bis sich kleine Bröckchen bilden. Sind diese hellbraun geröstet, aber doch noch weich, so ist der Maluns fertig ($\frac{1}{4}$ Stunden). Vor dem Anrichten wird ein Stück süße Butter daruntergemengt. — Maluns schmeckt sehr gut zum Kaffee und wird daher im Bündnerland gern abends gegessen.

Flugets

Es wird ein guter Knöpfleig gemacht, wie zu Wasserspätzli, und feingehackter, abgekochter Spinat oder auch Mangold daruntergerührt, so daß der Teig recht grün wird. Dann mit dem Messer vom Brett geschabt oder auch durch das Knöpfleisieb in siedendes Wasser getrieben. Beim Anrichten eine Zwiebel- oder Brösmelischweize oder geriebener Käse und süße Butter darüber. Sehr gut schmecken diese Krautknöpfli auch mit daruntergemischtem, gehacktem Fleisch, oder völlig erkaltet in der Fettpfanne als « Tätsch » gebacken.



Türkenribel

(für 4 Personen)

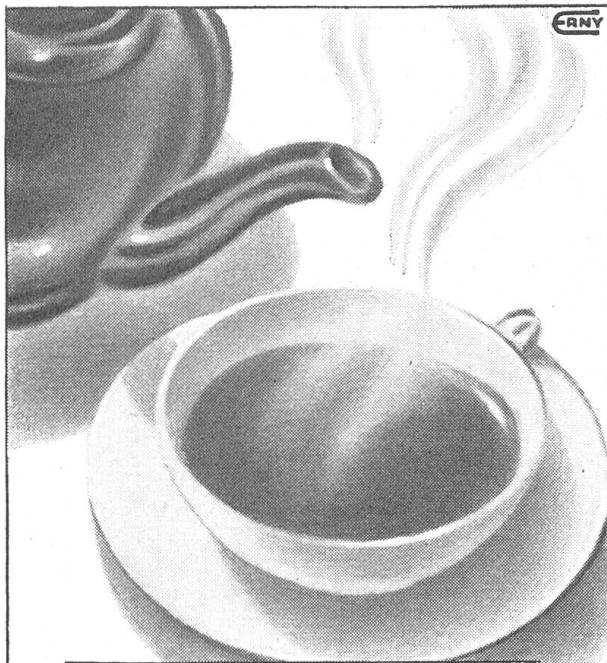


1 Pfund Mais, $\frac{1}{2}$ Pfund Mehl, zusammen mit Salz und kochender Milch anrühren, einige Stunden stehen lassen. Nachher auf gelindem Feuer in Butter rösten. Unter kräftigem Umrühren fügt man nach und nach mehr Butter hinzu, eventuell auch etwas heiße Milch, damit

METTLER FADEN AUS RORSCHACH

UHB

METTLER SIX CORD HELVETIA 50



Der Duft einer heißen Tasse Tee schafft behagliche Stimmung. Im Winter belebt und wärmt er, im Sommer wirkt er anregend - ; als herrliche Erfrischung. Aber - man muß den richtigen auswählen. Wir führen drei gute Sorten :

Maja
bester Ceylontee, kräftiges und
herbes Aroma, anregend

PAGODE
Darjeeling-Mischung, mildes
Aroma mit feinem Bouquet.

Darling-Blau
Ceylon-Java-Mischung,
ausgeglichenes, gutes Aroma



LANDOLT, HAUSER & CO. NÄFELS

er nicht zu trocken wird. Es bilden sich feine, wohlgeschmeckende Klümpchen. Nach etwa $\frac{3}{4}$ Stunden ist das Gericht fertig.

Verworrne Küchli

300 g Mehl, 2 Eier, 60 g Butter, 2 dl Weißwein, einige Tropfen Kirsch. Die Eier werden gut geklopft und mit der ausgelassenen (aber nicht mehr warmen) Butter, Weißwein und dem Kirsch gerührt. Dann wird das Mehl dazugegeben und alles gut gewirkt. Von diesem Teig werden kleine Kugeli geformt, diese werden ganz dünn ausgewalzt und sollen die Größe eines Desserttellers haben. Sie werden im schwimmenden Fett ganz hell gebacken und mit Zucker bestreut.



Brunsli

2 Eiweiß, 2 Eßlöffel Kirschwasser, 200 g Zucker, 250 g geriebene Schokolade, 500 g ungeschälte, geriebene Mandeln, 50 g Kakao, 1 Prise Zimt, 1 Prise Nelkenpulver.

Die Eiweiße werden zu Schnee geschlagen, Kirschwasser und Zucker beigegeben und die übrigen Zutaten damit vermengt. Ist der Teig gut verarbeitet, wird er auf das Wirkbrett gelegt, auf Zucker nicht zu dünn ausgerollt, kleine Förmchen ausgestochen und diese in schwacher Hitze gebacken.

Anmerkung zum Artikel in der Oktober-Nummer,
ABC der Fischzubereitung.

Ein aufmerksamer Leser macht auf einen Fehler aufmerksam, der sich in diesen Artikel eingeschlichen hat.

Fische sollten immer zuerst geschuppt und dann erst ausgeweidet werden und nicht umgekehrt, wie es leider in der Oktobernummer steht.

Da man aber gewöhnlich die Fische fertig vorbereitet ins Haus erhält, hoffe ich, der Fehler habe nirgends zu einem Mißerfolg geführt, und dadurch auch nicht zum Vorsatz, nie wieder Fische zu kaufen, denn « häufiger Fische auf den Tisch zu bringen », schreibt der freundliche Leser, « wäre der Abwechslung im schweizerischen Küchenzettel so zuträglich wie wünschbar ».

H. G.

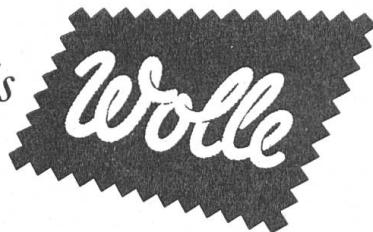


*Wollunterwäsche
macht Sie
hübscher!*

Es ist schon so: Wer warm hat, wer sich wohl fühlt, schaut entspannt und frohgelaunt in die Welt. Und sieht damit auch hübscher aus!

Dabei fällt das Warmhaben leicht, heute, wo die schweizerischen Wollwirkereien solch herrliche Unterwäsche geschaffen haben. Dünn und anschmiegsam — absolut nicht auftragend! — aus feinster weicher Wolle, auch für die empfindliche Haut.

Es gibt nichts Besseres als



GROSSWÄSCHE



Ob Sie so
oder so waschen

**Hunderte von Hausfrauen
schreiben begeistert über das
dynamische PROGRESS**

Abnahme der Reißfestigkeit vorbildlich gering
Verkrustung der Wäsche ausgeschlossen
Gewebegriff nach den 50 Wäschchen noch angenehm weich
Reinheitsgrad der Wäsche sehr hoch
Hervorragendes Bleichvermögen
Weitgehend selbsttätige Entfernung praktisch aller Beschmutzungen
In hohem Masse textilschonend

Aus dem offiziellen
Untersuchungsbericht



Warum so viele Dankschreiben ?

Warum so überzeugende Urteile
durch die Eidgenössische
Materialprüfungs-
und Versuchsanstalt ?

Warum stimmen Wissenschaft
und Praxis so gut überein ?

Die Erklärung liegt im technischen Vorsprung. Weit voraus, vor 12 Jahren, mit dem alkalifreien EXPRESS für die Feinwäsche, weit voraus heute mit PROGRESS, dank den wertvollen Erfahrungen im neuzeitlich dynamischen Waschen.

Bereits in mehr als 2000000 Paketen ist PROGRESS erprobt. Immer mehr Frauen gehen zu der neuen, arbeitssparenden und gewebeschonenden Waschmethode über, und immer aufs neue kommen unaufgefordert begeisterte Dankschreiben.

Die praktischen Erfahrungen der viel tausend Schweizer Frauen sind nun auch offiziell bestätigt durch die eingehenden Untersuchungen der Eidg. Materialprüfungs- und Versuchsanstalt. Deren Prüfatteste Nr. 12798 und 12798 A (Fotokopie wird auf Wunsch kostenlos zugestellt) bestätigten voll und ganz unsere eigene Feststellung :

**Weder inländische
noch ausländische Produkte
können PROGRESS übertreffen.**

**In schonender Wirkung
ist PROGRESS ähnlichen Produkten
nachweisbar überlegen.**

STRÄULI & CIE. WINTERTHUR