

<b>Zeitschrift:</b>	Schweizer Spiegel
<b>Herausgeber:</b>	Guggenbühl und Huber
<b>Band:</b>	31 (1955-1956)
<b>Heft:</b>	7
<b>Artikel:</b>	Früh begonnen - halb gewonnen : besonders, wenn Gäste zum Essen erwartet werden
<b>Autor:</b>	Fröhlich, Irma
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-1072321">https://doi.org/10.5169/seals-1072321</a>

### **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:** 23.02.2026

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



## Früh begonnen – halb gewonnen

*Besonders, wenn Gäste zum Essen erwartet werden*

von IRMA FRÖHLICH

ICH treffe nachmittags gegen vier Uhr in der Stadt eine Bekannte, die mit einem Blumenstrauß und einer schweren Einkaufstasche beladen ungeduldig aufs Tram wartet. «Ich muß schleunigst nach Hause», sagt sie, «ich erwarte drei Gäste zum Nachtessen und habe natürlich noch viel zu tun.» Mit sorgenvollem Blick späht sie nach dem Tram und klagt: «Wenn ich nur schon daheim wäre, wie gut könnte ich da jede Minute brauchen! Da wartet ja noch so viel Arbeit auf mich: Tischdecken, Blumen richten, kochen, mich umziehen... In drei Stunden kommen schon die Gäste, und mein Mann kann es nicht leiden, wenn ich einen abgehetzten Eindruck mache.»

Ich pflichte im stillen dem Manne bei, habe aber Mitleid mit der Frau, von der ich weiß, daß sie zwar gerne Besuch hat, sich aber – bis vor kurzem an eine Haushalthilfe gewöhnt – just in diesem Punkte noch nicht richtig umgestellt und den neuen Verhältnissen angepaßt hat.

Da sie jetzt endlich ihr Tram besteigen kann, habe ich keine Gelegenheit mehr, ihr von meiner Freundin Erika zu erzählen, nehme mir aber vor, das demnächst nachzuholen.

Diese Erika ist mir ein leuchtendes Beispiel dafür, daß wir mit gutem Willen und intensiver Vorarbeit alle imstande sein sollten, auch ohne Hilfe die zusätzliche Beanspruchung eines Gäste-Nachtessens gelassen und freudig zu bewältigen. Erika hat zwei Buben und betreut ohne Angestellte ein ganzes Haus und einen Garten. Der Beruf ihres Mannes – er ist Musiker – bringt es mit sich, daß sie häufig Gäste

von nah und fern zum Nachtessen hat. Strahlend und ohne eine Spur von Müdigkeit tritt sie jeweils ihren Gästen entgegen, jedermann fühlt sich sofort wohl und willkommen bei ihr. Schon oft habe ich mich mit ihr darüber unterhalten, wie sie es denn fertig bringe, ohne Hetze alles so hübsch herzurichten (auch ihre eigene Person!) und die Einladung derart entspannt zu genießen, als wäre sie selber Gast.

*«Man kann gar nicht früh genug anfangen mit den Vorbereitungen»,*

lautet ihr oberster Grundsatz. «Kinder, Hauseierer, Telefonanrufe bringen ja immer etwas Unvorhergesehenes mit sich, also darf man sich nie auf den letzten Augenblick verlassen, wenn man seine Gäste ruhig empfangen will.» Schon am Morgen ordnet Erika die Früchte in der grünen Glasschale und richtet das Täbrett mit dem Schwarz-Kaffee-Geschirr, das zwar erst abends spät gebraucht werden wird. Der Salat wird auch schon vormittags gewaschen, gut getrocknet und in einem feuchten Tuch eingeschlagen im Kühlschrank aufgehoben. Möglichst früh, manchmal gleich nach dem Mittagessen, deckt sie sorgfältig den Eßtisch für den Abend.

*«Man sollte die Speisen immer in Einklang bringen mit dem vorhandenen Geschirr»,*

lautet ein anderer ihrer Grundsätze. «Ein scheinbar einfaches Gericht, wie z. B. meine



Eine der meistgekauften Uhren der Welt!  
Rund ist wieder modern.  
Beide Modelle:  
Goldplaquée, 17 Rubis Fr. 85.-

**ROAMER**  
Seit 1888

In der Schweiz in über 400 Fachgeschäften erhältlich

Bezugsquellennachweis:  
ROAMER WATCH CO. S.A.,  
Solothurn

## 1 Flasche Citronenessig

*Citrovin*

reicht so weit wie 2 Flaschen üblichen Essigs. Daher rentabel und zudem fein und bekömmlich.

Sie bereichern Ihre Mahlzeit mit

*Mayonnaise*

Appetitanregende und kalorienreiche Citrovin-Mayonnaise

**Kitchen Aid**

die Küchenmaschine mit dem hervorragenden Rührwerk. — Generalvertretung:  
Paul Winterhalter, St. Gallen  
Rorschacherstr. 48

Spaghetti alla Bolognese, bekommt Gewicht und Würde, wenn ich es in der schön bemalten, gedeckten Schüssel serviere, die ich als wertvolles Einzelstück hüte, und die von meinen Kindern die ‚mütterliche Schüssel‘ genannt wird. — Ich weiß auch, warum Erika ihre Mahlzeiten so gerne mit einer heißen Bouillon einleitet: ihre schönen Kopenhager Tassen kommen dabei zu bester Geltung. Habe ich nicht selber in der Tiefe eines Schrankes eine fast nie benützte, jedoch festlich wirkende Hors d'œuvre-Platte liegen? Ich nehme mir vor, sie wieder häufiger zu Ehren zu ziehen, weiß ich doch aus Erfahrung, daß die Gerichte sich darin sehr appetitlich präsentieren, und sich jeder Gast freut, wenn Auge und Gaumen gleichermaßen auf die Rechnung kommen. Dasselbe gilt für den reich geschnitzten, flachen Holzteller aus Ungarn, dem zuliebe Erika häufig verschiedene Käsesorten serviert.

*«Wenn ich für Besuch kuche, mache ich immer etwas, das ich selber gerne esse»,*

ist Eriks dritter Grundsatz. «Während ich sonst weitgehend den verschiedenen Liebhabereien meiner Familie Rechnung trage, kenne ich ja die kulinarischen Gelüste meiner Gäste meistens nicht. Daß mir aber ein Gericht, das ich gerne mag, besonders gut gerät, weiß ich zum voraus.»

*«Ich setze meinen Gästen nie etwas vor, das ich erst im letzten Augenblick zubereiten muß»,*

lautet Eriks vierter und, wie mir scheint, wichtigster Grundsatz.

Wir durchgehen nun gemeinsam ein paar gute Gerichte, die sich — gerade von diesem Gesichtspunkt aus betrachtet — für ein Gäste-Essen besonders eignen.

## SCHWEINSFILET IM SCHLAFROCK

Ein ganzes Filet salzen und mit Thymian oder Estragon würzen, Speckscheiben darum legen, in Pastetenteig packen, mit Eigelb bestreichen, ca. 40 Minuten auf eher kleinem Feuer im Ofen backen. Bei Verspätung der Gäste Flamme auf ganz klein stellen, Pergamentpapier darüberdecken.

## REHSCHNITZEL IN RAHMSAUCE

Zur Rahmsauce einen Eßlöffel Mehl dunkelbraun rösten, mit Wein und Bouillon ablöschen, eine Tasse Haushaltnidel und wenig Tomatenpurée zugeben. Diese Sauce kann schon am Vormittag gemacht werden. Rehschnitzel – beim Traiteur zu haben – kurz vor Ankunft der Gäste wie Beefsteaks kurz braten und in die wieder heiß gemachte Sauce legen. Nudeln und Preiselbeeren sind gut dazu.

## FISCHFILETS AU GRATIN

Tiefgekühlte oder frische Fischfilets fünf Minuten in möglichst wenig Wasser und Weißwein, gewürzt mit Salz, Lorbeer, Essig, und einem Nügeli ziehen lassen. Über einer Lage gekochter Kartoffeln in Gratinform anrichten, Bananenrädeli und kurz gedünstete Champignons darauf verteilen, eine dickliche, weiße Mehlsauce darüber geben, die mit dem Fischsud, etwas Milch und Bouillon hergestellt wird. Man kann das Gericht ein paar Stunden vor Gebrauch bereitstellen und muß es am Abend nur noch 20 Minuten im Ofen überbacken.

## FEINSCHMECKER-GRATIN

Scheiben von Modelbrot in Butter hellbraun backen, eine flache, viereckige Gratinplatte damit belegen. Darauf legen: gekochten Schinken, Spargelspitzen, gedünstete Champignons, in Scheiben geschnittene, hartgekochte Eier. Ein großes Quantum weißer Sauce, mit Spargelbrühe, Weißwein und etwas Nidel zubereitet, darüber geben und im Backofen nur mit Oberhitze gratinieren.

## OMELETTEN-TORTE

Omeletten backen, flach in eine runde Auflaufform legen, lagenweise einfüllen: a) kräftig gewürztes, fertig gekochtes Hackfleisch mit etwas Sauce, b) gehackter Schnittlauch, c) gedünstete Pilze, frische oder gedörnte, d) geriebener Käse, e) kleingeschnittene, gedünstete Tomaten, f) Hackfleisch usw. Man richtet die Speise am Vormittag her, wenn für das Mittagessen ohnehin Hackfleisch und Tomaten gekocht werden. Die Füllung kann man übrigens nach Belieben variieren. Abends kommt noch eine dünne Béchamelsauce und etwas Reibekäse darüber und das Gericht wird 20 Minuten



*Wenn Sie am liebsten im Erdboden verschwinden möchten...*

weil sich auf Ihrem Gesicht Bibeli, Mitesser, Ekzeme oder gar ein richtiger Ausschlag zeigen, dann gehen Sie in die nächste Apotheke oder Drogerie und kaufen sich ein Fläschchen D.D.D. Dieses alterpropte – und oft nachgeahmte! – englische Heilmittel hat schon vielen Tausenden geholfen – auch in hartnäckigen Fällen! Wie geht die Behandlung vor sich? Wattebausch mit D.D.D. tränken und kranke Stellen damit betupfen: die goldgelbe Flüssigkeit dringt tief in die Poren ein, reinigt sie, vernichtet die da hausenden Mikroben ... und die Haut gesundet. Preis der Flasche: Fr. 1.90 und 4.95.

**D.D.D.**

*Bei zarter Haut oder an besonders empfindlichen Körperstellen ist D.D.D.-Balsam zu empfehlen. Verwenden Sie zur täglichen Gesichts- und Körperpflege D.D.D.-Puder: er ist hautfarben, antiseptisch, stillt den Juckreiz, desodorisiert und fördert die Heilung.*

*Generalvertreter f.d. Schweiz: Dr. Hirzel Pharmaceutica Zürich*

## Heute etwas Feines mit „SAIS 10%“

### Kalbs-Curry mit Reis

(Rezept für 4 Personen)

1 feingeschnittene Zwiebel in «SAIS 10 %» hellgelb rösten. 500 g geschnetzeltes Kalbfleisch beigeben und anziehen lassen. Etwa Mehl und Curry-Pulver darüber streuen, kurz wenden und mit 1 1/2 dl heißer Bouillon ablöschen. 1 dl Rahm beifügen, salzen, kurz aufkochen und anrichten. Mit in «SAIS 10 %» gebratenen Tomaten sowie mit Petersilie garnieren und zu körnig gekochtem Reis und mit SAIS-Oel angemachtem Grünsalat servieren.

Hôtel de la Gare, Bern  
A. Roth, Küchenchef

Jede Hausfrau weiss:  
wenn Oel und Fett – dann

SA 9/56



*Maruba Schaumbäder  
im Dienste Ihrer Schönheit*

**Ein Geschenk für die ganze Familie:**

**Der Frau** bringen sie Jugend, Schlankheit und Schönheit —

**Dem Manne** gute Laune und Wohlbefinden —

**Den Kindern** Sauberkeit und Vergnügen.

Verlangen Sie ausdrücklich MARUBA, das Schaumbad mit den feinsten ätherischen Ölen!

Nur in Glasflacons zu Fr. —.70, 3.45, 6.30, 14.40, 17.15, 24.75 in allen Apotheken, Drogerien, Parfümerien und beim guten Coiffeur.

in den heißen Ofen geschoben. Wird wie eine Lagertorte in Stücke geschnitten, und man bedient sich mit einer Tortenschaufel.

### BRATWURSTKRANZ

Er ist aus vielen langen, dünnen Bratwurststrängen kunstvoll geflochten, und muß natürlich in St.Gallen bestellt werden. Benötigt eine genügend große Bratpfanne, kleines Feuer und eine Stunde Bratzeit. Jeder Gast darf sich seine Portion selber herunterschneiden.

### FLEISCHPUDDING

100 g Brotbrösmeli mit 2 1/2 dl heißer Milch übergießen, eine Weile stehen lassen. 1 Pfund rohes Hackfleisch, etwas gehackten Schinken, 2 gut zerklöpfte Eier beigeben. Salzen und kräftig würzen mit Muskat, Thymian, Pfeffer. In gebutterte, mit Brösmeli ausgestreute Puddingform geben, gut verschließen und im Wasserbad eine Stunde leise kochen lassen. Dann Form herausheben, auf kaltes, nasses Tuch stellen, Deckel entfernen, eine Weile stehen lassen, Saft vorsichtig abgießen in bereitstehende, dickliche Béchamelsauce, die dazu serviert wird. Pudding sorgfältig auf runde Platte stürzen.

\*

«Ich finde es einfach schön, hin und wieder für mehr Leute zu kochen», erklärt Erika und übergibt mir bereitwillig ihre erprobten Rezepte. «Es ist für uns Hausfrauen geradezu notwendig, daß auch wir gelegentlich Publikum haben und etwas mehr ins Rampenlicht treten», fügt sie mit einem schalkhaften Seitenblick auf ihren Mann bei, «eine wohlgelegene Einladung im eigenen Heim bedeutet mir ebenso viel wie meinem Mann ein erfolgreiches Konzert.»

Auf dem Heimweg denke ich über Eriks Worte nach. Kann man zwei derart verschiedene Dinge im gleichen Atemzug nennen? Darf eine Angelegenheit, die sich auf den Haushalt bezieht, auf dieselbe Ebene gestellt werden wie ein künstlerisches Ereignis im Konzertsaal? Jawohl, Erika hat recht: mögen die Ziele auch auf ganz verschiedenen Gebieten liegen, so ist doch jedes in seiner Art den vollen Einsatz der Persönlichkeit wert, dieser allein führt hier wie dort zu beglückendem Erfolg.