

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 32 (1956-1957)  
**Heft:** 2

## **Titelseiten**

### **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:** 15.01.2026

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







Fondue isch guet  
und git e gueti Luune!



Galerie berühmter Käsespeisen: Das Fondue

Liebes, gemütliches Fondue,  
Wir alle — Papi, Mammi, Hans und  
Heidi — sind heute eine ganz besonders  
vergnügte Familie. Warum? Du darfst  
dreimal raten. Natürlich gibt's heute  
Fondue! Das ist der Grund, warum Papi  
schon beim Heimkommen gleich in be-  
ster Laune in die Küche (ausnahmsweise  
und nur zum Fonduekochen) mar-  
schierte. Für Mami ist der Freitag — Du  
musst wissen, dass wir jeden Freitag  
Fondue essen — ein richtiger *Frei-Tag*.  
Sie findet Zeit für alles Mögliche, denn  
die Vorbereitungen für das Fondue sind  
ja so schnell getroffen.

Du willst noch wissen, was wir dazu  
trinken? Nun, wir trinken Tee und die  
Grossen ein Gläschen Kirsch. So ge-  
niessen wir Dich als Familienfondue, und  
es ist jedesmal ein Heidenspass.

Deine vergnügten  
Papi,  
Mammi,  
Hans  
und Heidi



Ps. Fondue ist auch ein prächtiges Mittag-  
essen. (Das Fondue-Rezept gibt es in  
jedem Käse-Spezialgeschäft)





# Schweizer Spiegel

GUGGENBÜHL & HUBERS SCHWEIZER SPIEGEL

*eine Monatsschrift*

erscheint am Ersten jedes Monats

*Redaktion*

Dr. FORTUNAT HUBER  
Dr. ADOLF GUGGENBÜHL  
Frau HELEN GUGGENBÜHL  
Hirschengraben 20  
Zürich 1  
Telefon 32 34 31

*Sprechstunden der Redaktion* täglich nach vorheriger telefonischer Anmeldung. Die *Einsendung von Manuskripten*, deren Inhalt dem Charakter der Zeitschrift entspricht, ist erwünscht. Die Honorierung erfolgt bei Annahme, Rücksendung erfolgt nur, falls frankierter und adressierter Antwortumschlag beiliegt.

## *Inseratenannahme*

durch den Verlag, Hirschengraben 20, Zürich 1, Telefon 32 34 31.

Preis einer Seite Fr. 600.—, ½ Seite Fr. 300.—, ¼ Seite Fr. 150.—, 1/8 Seite Fr. 75.—, 1/16 Seite Fr. 37.50 + 3 % Papierteuerungszuschlag. Bei Wiederholungen Rabatt! Schluß der Inseratenannahme 18 Tage vor Erscheinen der Nummer.

## *Druck und Expedition*

Buchdruckerei AG. Baden  
Papier der Papierfabrik Biberist

## *Bestellungen*

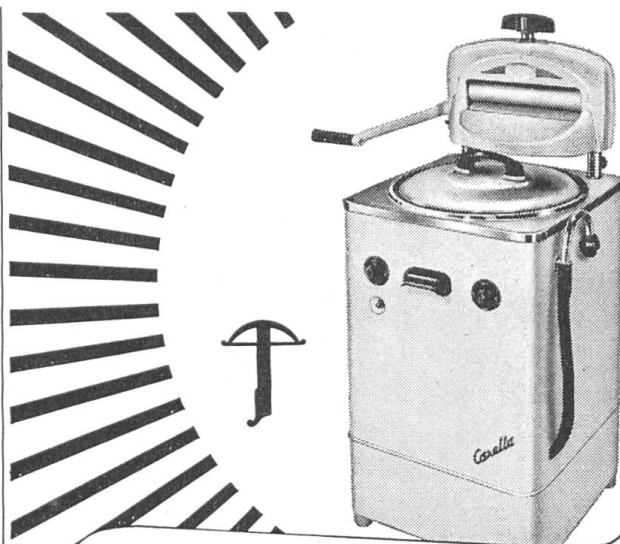
nehmen jederzeit entgegen der Verlag sowie auch alle Buchhandlungen und Postämter.

## *Abonnementspreise:*

Schweiz:	für 12 Monate	Fr. 22.40
	für 6 Monate	Fr. 11.90
	für 3 Monate	Fr. 6.35
Ausland:	für 12 Monate	Fr. 25.—
Preis der Einzelnummer		Fr. 2.40

Postcheckkonto VIII 7061 Zürich  
Schweizer Spiegel Verlag

**GUGGENBÜHL & HUBER**  
SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG AG. ZÜRICH



## CARELLA-

heute eine der meistbegehrten Haushalt-Waschmaschinen. Vom Schweiz. Institut für Hauswirtschaft (SIH) geprüft. Durch Fachgeschäfte, Prospekte und Bezugsquellennachweis durch die Waschmaschinenfabrik VERWO AG. Pfäffikon/Sz. Tel. (055) 2 72 08

## An einem Flex-Sil hat Ihre Familie mehr!



Zeit- und Geldersparnis durch fünfmal schnelleres Kochen, anhand des mitgelieferten nützlichen

► Flex-Sil-Kochbuches —

Voller Aroma- und Vitaminreichtum, dank dem

► Entlüftungsprozess vor Kochbeginn —

Der leichte, flexible Deckel macht den Flex-Sil

► besonders handlich —

► Die Flex-Sil-Sperrautomatik verunmöglicht unbeachtetes Öffnen des unter Dampfdruck stehenden Topfes —

► Kein Gummiring!

## Flex-Sil — der König der Dampfkochtöpfe

Erhältlich in den Grossenbacher-Ladengeschäften

**Basel**, Petersgasse 4, **Zürich**, Löwenstrasse 17,

**St. Gallen**, Neugasse 25, oder per Postversand direkt ab  
Grossenbacher Handels AG., St. Gallen 8, Tel. (071) 24 23 23

# WELEDA

## SANDDORN-TONIKUM

# HIPPOPHAN

Müdigkeit und Schwäche bedrücken. Man braucht sich aber von ihnen nicht überwältigen zu lassen; denn oft ist die Ursache nur der Mangel an Vitamin C, wie er nach überstandener Krankheit oder Schwangerschaft oder durch ständige Ueberanstrengung eintreten kann. Gleichen Sie das Vitamin C Defizit aus! Lassen Sie sich von der Natur helfen! Sie bringt Wildpflanzen hervor, die einen Ueberschuss an Vitamin C haben. An der Spitze solcher Pflanzen steht die Sanddornbeere, aus der die Weleda ihr bewährtes Sanddorn-Tonikum «Hippophan» herstellt. Ausserdem ist die Sanddornbeere



eine jener seltenen Früchte, deren Saft fettes Öl enthält, in das noch andere, die Gesundheit fördernde Substanzen, darunter Provitamin A, eingebettet sind. Dadurch ist die Sanddornbeere ein hervorragender Kräftespender bei Müdigkeit und Schwäche. Wir finden den Sanddorn in den sonnigen Tälern der Kantone Wallis, Graubünden und Tessin, wo er am besten auf der schmalen, periodisch überschwemmten Zone an

### Hippophan-Mandelmilch-Getränk

Man drücke aus einer Nuxosa Mandelcrème-Tube einen Strang von etwa 5 bis 6 cm in eine Glasschale oder einen Mixer und rühre langsam 1 bis 1½ Deziliter kaltes Wasser hinein. In die hierbei entstehende Milch mische man 2 Kaffeelöfel Weleda Sanddorn-Tonikum «Hippophan» und giesse das fertige Getränk in ein Glas. Dieses Getränk schmeckt vorzüglich und ist nicht nur erfrischend sondern auch belebend.

### Vitamin-Cocktail am Mittag

Ein Teelöfel «Hippophan» in jedes Gläschen Rüebli-saft mischen, das wir als Vitamin-Cocktail neben den Salaten unseren Tischgästen servieren. Schmeckt ausgezeichnet und passt sehr gut zusammen. (aus Nellys Kalender)

den Ufern der Gebirgsflüsse gedeiht. Dort kann er leben, weil ungehemmtes Sonnenlicht in Fülle auf den mineralischen Grund fällt. Auch Ihnen wird eine Kur mit dem Weleda Sanddorn-Tonikum «Hippophan» helfen, sich von der Müdigkeit und Schwäche zu befreien. «Hippophan» besteht aus dem reinen Saft der Sanddornbeeren, der mit echtem Rohrzucker gesüsst ist. Man braucht nur 1 bis 2 Kaffeelöfel täglich in Wasser verdünnt zu nehmen, um die aufhellende Wirkung dieses guten Weleda-Präparates erstaunlich schnell zu merken.

200 ccm Fr. 5.50 500 ccm Fr. 11.—

Verlangen Sie die kostenlose  
Zusendung der Weleda Nachrichten

# WELEDA

ARLESHEIM