

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 32 (1956-1957)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Es liegt nämlich daran, dass... : Kleinigkeiten auf die es bei der Zubereitung ankommt : Antworten auf unsere Rundfrage  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1073079>

#### **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:** 13.01.2026

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

# KUCHEN-SPIEGEL



*Es liegt nämlich daran, daß...*

► KLEINIGKEITEN ◀

→ auf die es bei der Zubereitung ankommt ←

## ANTWORTEN AUF UNSERE RUNDFRAGE

### *Was ich in Frankreich lernte*

Von Ihrer Rundfrage verspreche ich mir viel Anregung und Abwechslung in meiner Küche, und außerdem lockt es mich, Ihnen selbst ein paar Beobachtungen mitzuteilen, die ich als Schweizerin hier in Frankreich im Laufe der Jahre gemacht habe.

Als junge, unerfahrene Hausfrau fand ich es nicht nur sehr nötig, sondern auch kurzweilig, bei jeder Gelegenheit meinen französischen Bekannten und Verwandten in die Kochtöpfe zu gucken, und ich machte dabei die Entdeckung, daß die französische Küche ihren Wohlgeschmack und ihre leichte Verdaulichkeit in weitem Maße der ausgeklügelten Verwendung von frischer Butter verdankt.

So habe ich bei meiner Schwiegermutter gelernt, daß die herrlich saftigen französischen Omletten, die ja bekanntlich nur aus geschlagenen Eiern, wenig Salz und Schnittlauch hergestellt werden, in sparsam verwendetem gewöhnlichem Kochfett gebacken werden können, wenn man – und daran liegt es – den geschlagenen Eiern einige Butterflöckli beimischt, die dann die ganze Omlette köstlich nach Butter schmecken lassen und vollständig das Anbrennen verhindern.

Ebenso können Leberplätzchen und Beefsteaks sehr gut in einem gewöhnlichen Kochfett gebraten werden, aber – und auch hier liegt es daran – kurz vor dem Servieren soll auf

jedes Plätzli oder Beefsteak ein kleines Möckli frische Butter gegeben werden, die auf dem Weg von der Pfanne auf den Tisch schön Zeit finden, sich nach allen Seiten zu verteilen, was einen herrlichen Geschmack nach reiner Butterküche entstehen läßt, weitaus mehr, als wenn zum Braten wirklich Butter verwendet worden wäre. Diese Beefsteaks und Leberplätzli schmecken übrigens ausgezeichnet, wenn sie vor dem Auftragen mit fein gehackter Petersilie bestreut werden.

Diesen Peterligeschmack fand ich mit großem Genuss an vielen Orten auch an den Bohnen, und ich gab mir redlich Mühe, ihn auch in meiner Küche einzuführen, indem ich das feingehackte Grün, in Butter gedämpft, über die Bohnen goß. Es schmeckt gut, aber die Hauptsache, der frappante Geschmack nach frischem Grün und Kräutergarten fehlte, und ich brachte ihn einfach nicht zustande, bis ich einmal meinen schweizerischen Hausfrauenstolz überwand, und kurzerhand eine Französin nach ihrem Geheimnis frug. Und so erfuhr ich, woran es liegt, nämlich daran, daß weder Butter noch Peterli erhitzt werden dürfen. Der feingeschnittene Peterli wird direkt in die Platte gegeben, in der man die Bohnen anrichten will, dazu wenig, sehr fein gehackten Knoblauch und ein Stück frische Butter. Diese zergeht, sobald die in Salzwasser oder Dampf weichgekochten Bohnen heiß darauf kommen, und das Ganze braucht nur noch sorgfältig mit

zwei Gabeln untereinander gemengt zu werden. Ich habe es ausprobiert, und wirklich – daran liegt es. Der Erfolg ist unglaublich, und seither kommen die Bohnen bei uns immer so zubereitet auf den Tisch. Die eigene Familie wird ihrer nie überdrüssig, und schon mancher Besuch hat das Rezept begeistert in die Schweiz mitgenommen.

A. D.

### Käswähe

Ist Ihnen bekannt, daß der Käsekuchen (Käswähe) viel besser schmeckt, wenn der Füllung ein klein wenig gehackter Knoblauch beigegeben wird? Eine temperamentvolle Vaudoise, die sich ausgezeichnet auf Käsespeisen versteht, hat uns diese wichtige Kleinigkeit vor 20 Jahren in der Haushaltungsschule verraten.

F. H.

### Spaghetti ohne Tüütschschwyzer Soose

Ja, es kommt beim Kochen tatsächlich auf Kleinigkeiten an, und ganz besonders, wie mir scheint, auf die Verwendung von Küchen-Kräutlein. Zwar hört man selten etwas davon in einer Kochschule, dort kommen nur Zwiebeln, Peterli und Schnittlauch vor, und es ist vielleicht auch gut so, denn worauf es wirklich ankommt, erwirbt man sich, übrigens nicht nur beim Kochen, sondern auch in vielen Lebensfragen, erst im reiferen Alter. Und das ist ja gerade das Reizvolle, diese Entdeckungen, verknüpft mit besonderen Erlebnissen und oft auch mit eigenartigen Persönlichkeiten, die uns dazu verhelfen.

Immer wieder fragen mich Bekannte, wieso mir zum Beispiel die

### Schnitzel und Geschnetzeltes

nie hart auf den Tisch kommen? Und immer wieder betone ich die Kleinigkeit, nämlich daß sie nicht kochen dürfen in der Sauce.

Die vorbereiteten Schnitzel, ebenso das Geschnetzelte (von Hand geschnetzelte mit schärfstem Messer, wobei ich alle Häutchen, Sehnen und Fettränder sorgfältig entferne), werden kurz in rauchheißem Fett beidseitig angebraten. Nachher lege ich sie sofort auf die erwärmte Platte und bereite mit Liebe die Sauce zu. In die fertige Sauce lege ich die Schnitzel,

lässe sie schnell zum Siedepunkt kommen, stelle das Feuer sofort ab und decke die Pfanne zu. So, etwas liegen gelassen, werden sie keinesfalls hart, selbst wenn der Gast verspätet kommt. Im Moment des Anrichtens nochmals das Ganze schnell aufkochen, einen Gutsch Zitronensaft beigegeben und alles auf die heiße Platte anrichten.

Ebenso ist es mit dem Geschnetzelten, nur daß man es zur Saucenzubereitung in der Pfanne läßt. Also einmaliges Aufkochen und hierauf stehen lassen bis serviert wird, aber immer gut zudeckt und nie ganz erkalten lassen. So ist das Gestütt der «à la minute» Gerichte vermeidbar, und das Essen verliert keineswegs an Qualität. Selbstverständlich verstehe ich beim Geschnetzelten unter Stehenlassen nur die Zeit, bis die Suppe, der Salat, oder eine andere Vorspeise gegessen ist.

### Saffran-Reis

schön sämig und doch nicht verkocht und pappig, lehrte mich meine Schwiegermutter zubereiten. Die Hauptsache, die sie immer wieder betonte: «Du mußt ihn mit amore kochen – und nie umrühren!» Dieses con amore und nie umrühren läßt unweigerlich den Reis gelingen. Die beste Sorte Reis ist allerdings dazu gerade gut genug. Viele Leute lieben den Karolinerreis, mir persönlich gelingt es nur mit Vialone.

Zwiebeln, Knoblauch und Reiskörner (ungewaschen, auch darauf kommt es an) werden sorgfältig zusammen geröstet und mit siedender Bouillon con amore abgelöscht, das heißt nicht einen lieblosen Gutsch oder von Anfang an gleich alle Flüssigkeit dranleeren, sondern immer nur wenig aufs Mal, immer gerade soviel als der Reis aufnimmt ohne zu schwimmen. Gerührt wird nur ausnahmsweise um sich zu vergewissern, daß er nirgends ansetzt, was übrigens bei richtigem Dämpfen und Ablöschen nie der Fall ist. Kochen darf der Reis nicht, nur sütterlen.

Nie zudecken ist das zweite Geheimnis. Genau nach 20 Minuten ist er weich; wenn man ihn fast nicht kochen, sondern nur quellen läßt (wobei er wunderbar gelingt) braucht er eine halbe Stunde. Saffran wird schon am Anfang, in Milch gelöst, beigegeben. Im Moment des Anrichtens sorgfältig – und wiederum con amore – den geriebenen Käse darunterziehen und die goldgelbe Platte mit dem sämigen,

# Neu!

# Knorr

*Knorrli  
ergänzt sein  
Saucen-Sortiment  
durch*

## Klare Sauce



KNORR KLARE SAUCE, eine natürliche Sauce von vollendetem Geschmack, mit kraftvollem Braten-Aroma.

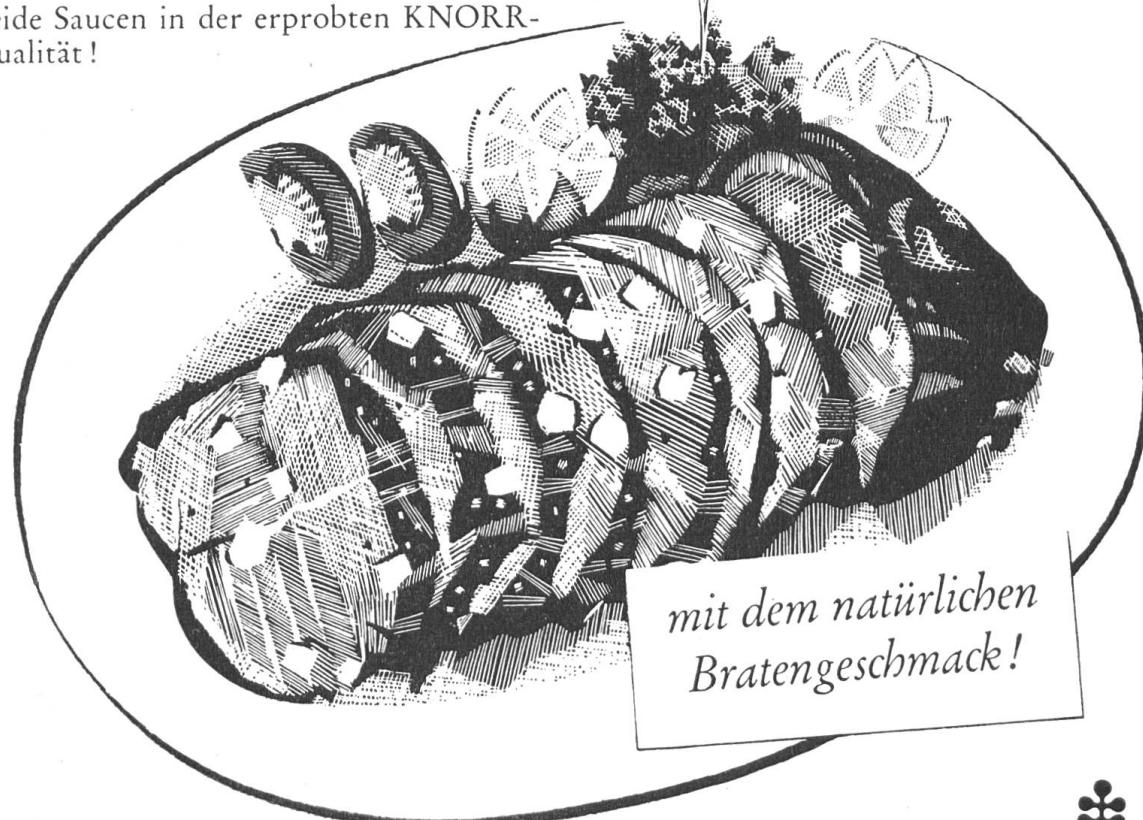
Vielseitig in ihren Verwendungsmöglichkeiten — als Fond, für Saucen zu Braten aller Art, Bratwürsten, Schnitzeln, Koteletten, Entrecôtes, Voressen, zu Tomaten- und Rahmsaucen usw.

Einfachste Zubereitung: 1 Würfel, in heißem Wasser aufgelöst, umgerührt und kurz aufgekocht, ergibt 1 dl Sauce, die Sie begeistert!

Von nun an: KNORR gebundene Braten-sauce

KNORR Klare Sauce, neu

Beide Saucen in der erprobten KNORR-Qualität!



leicht flüssigen Reis wird Ihr Entzücken bilden. Nur – worauf es ankommt – er muß sofort serviert und sofort gegessen werden und läßt also keinesfalls auf sich warten!

#### Spaghetti à la ticinese

aber ja nicht mit «Tüütschschwyzer-Soose», belehrt mich mein Sohn, der es nicht verwinden konnte, daß eine Zeitlang seine Mutter im Lande der Teigwaren dieselben, den kleinen Kindern zulieb, mit der phantasielosen üblichen Püreesauce zubereitete.

Zur Beruhigung der Mutter einer großen Familie: ich habe die Erfahrung gemacht, daß alle Teigwaren sehr gut werden, wenn sie sorgfältig gekocht und mit tadellosen Zutaten serviert werden. Die Hauptsache ist, daß sie al dente gekocht werden, also höchstens 20 Minuten in sehr viel sprudelndem Salzwasser, natürlich ungedeckt. Und daß sie entweder nicht, oder nur schnell kalt abgespült werden auf dem Sieb, und nachher sofort in die heiße Platte, womöglich mit einem Buttermödeli (das mit zwei Gabeln unter die Teigwaren vermischt, sofort schmilzt) angerichtet werden. Aber auch auf die «Salsa» oder die Tomatensauce, wie man in der deutschen Schweiz sagt, auch darauf kommt es an!

#### Salsa di spaghetti

Feingehackte Zwiebeln und Knoblauch, ein Rübli, etwas Sellerie und Lauch werden in Butter gedämpft. Ein paar Blätter Basilikum und Salbei dazugeben, entweder ganz, und sie später herausfischen, oder ebenfalls fein zerkleinert. Diese beiden Blättli geben ihm das gewisse Etwas. Dann werden je nach Bedarf 200 g oder auch mehr Hackfleisch z. B. gemischt mit Resten von Schinken oder Speck mitgedämpft. Hierauf eine Spur Mehl (die Italiener nehmen zwar gar kein Mehl) darüber stäuben und etwa ein Kilo zerkleinerte, geschälte Tomaten beifügen, sowie ein Gutsch Milch, damit die Tomaten, bis sie Saft ziehen, nicht ansitzen. Fleischbrühwürfel und Salz nach Belieben, und das Ganze zwei Stunden auf schwachem Feuer sütterlen lassen.

Nachher separat oder über die Spaghetti anrichten und eine Schüssel frisch geriebenen Sbrinz dazu servieren. Worauf es hier im besonderen ankommt: Käse immer frisch reiben!

#### Ein Bohnengericht

ohne Bohnenkraut, ein Gewürz, das in jedem Bauerngarten, aber sonst fast nirgends zu finden ist, ist für mich wie eine Suppe ohne Salz. Ich bin erstaunt, wie sich die Leute abmühen, eine prachtvolle Bernerplatte auf den Tisch zu bringen, aber jener einzige Duft, den nur das Bohnenkraut verleiht, fehlt meistens – leider! Dies sagte mir meine liebe Mutter, die mit Geräuchertem und Speck und Würsten nie aus dem Vollen schöpfen konnte, aber dafür das Geheimnis des Bohnenkrautes kannte.

#### Mayonnaise

ist der Schrecken so vieler Hausfrauen, die gerne etwas Apartes herrichten möchten. Sie gelingt mir immer, seit mir die Diätköchin eines Kinderspitals das große Geheimnis verrät, nämlich, daß alle Zutaten die gleiche Temperatur haben müssen. Also niemals das Ei im Keller holen, die Zitrone im Eisschrank, den Senf in der warmen Stube, das Öl im temperierten Chuchichäschtlis usw.

Immer mindestens zwei Stunden vor dem Zubereiten der Mayonnaise alle Zutaten liebevoll zusammen auf den Küchentisch legen. Dann braucht es keinen Tropfenzähler, keine Angst und keine Aufregung. Je früher der Zitronensaft beigefügt wird, desto eher ist überhaupt alle Gefahr gebannt.

#### Beim Kuchenbacken

kommt es meiner Meinung nach in der Hauptsache darauf an, den Backofen nie oder frühestens nach einer halben Stunde zu öffnen. Da ich in meinem Leben noch nie eine Backanleitung getroffen habe, die zuverlässig gewesen wäre, muß meiner Ansicht nach jede Hausfrau ihren Ofen selber kennenlernen. Ich schreibe mir die Backzeiten der verschiedenen Kuchen nach Erfahrung jeweils auf. Auf diese Art erlebe ich am wenigstens unliebsame Überraschungen.

A. S.

#### Beitrag eines Mannes

Es liegt nämlich daran, daß man Versuchskaninchen finden kann, Nach Möglichkeit mit Straußmagen, Die Experimente gut vertragen.

Am besten sich, warum gelegnet,  
Hiefür der eigne Gatte eignet.

A. J.

*Mein Sonntags-Eierzopf*

Früher war ich immer der Meinung, einen Eierzopf zuzubereiten sei eine sehr umständliche Sache. Nun habe ich von meiner Cousine gelernt, daß diese Zubereitung sehr schnell vor sich geht, wenn man es nach folgendem Rezept macht:

1 kg Mehl in eine große Teigschüssel geben. In die Vertiefung in der Mitte kommen: Salz und zwei Eier. Ich zerbröckle 20 g (bei jedem Bäcker erhältliche) Hefe über das Mehl und streue einen Eßlöffel Zucker über die Hefe. Einen halben Liter Milch wärmen, 100 g Butter dazu geben und in der warmen Milch vergehen lassen; zum Teig beigeben und alles zusammen kneten, bis sich der Teig von der Schüssel löst. Eine Stunde an die Wärme stellen. Nun den Teig etwa 20mal möglichst kräftig auf den Tisch schlagen; wie man das genau macht, findet jede Frau am besten in der eigenen Praxis heraus! Hierauf den Teig in zwei Hälften teilen und davon zwei je 60 cm lange Stücke bilden. Die beiden Stücke übers Kreuz auf den Tisch legen und gegen oben zu einem Zopf formen. Diesen kann man auch flach gelegt auf der Tischplatte bilden. Den Zopf mit Eigelb bestreichen und in dem nicht vorgewärmt Backofen backen. Zuerst 10 Minuten auf O 4:U 4, nachher 50 bis 60 Minuten O 1:U 3.

Mein Eierzopf ist in der ganzen Familie sehr beliebt und ich backe ihn deshalb fast jeden Samstag.

\*

Und nun noch zwei Anregungen: Zum Risotto

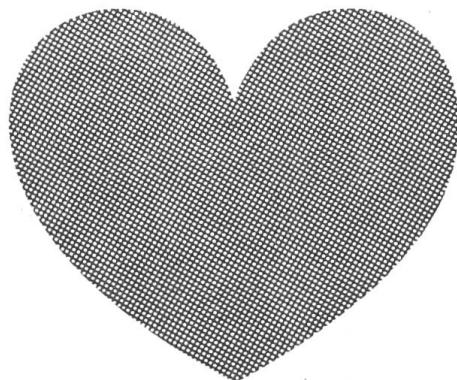
verwendet man in gewissen Gebieten des Tessins statt Wasser Weißwein. Seitdem ich das weiß, lösche ich den Reis mit etwa zwei Deziliter Wein und der nötigen Quantität heißen Wassers ab. Nach meiner Erfahrung bleibt der feine Geschmack des Weines auf diese Weise besser erhalten, als wenn man ihn erst kurz vor dem Servieren beifügt.

Schweinsbraten, Kastanien und Rotkraut

ist bei uns ein geschätztes Wintermenu. Damit das Rotkraut wirklich kräftig wird, gebe ich eine Messerspitze Zimt, zwei Eßlöffel Johannisbeergelée und immer auch einen sauren geschälten Apfel bei. Statt des Apfels kann auch Süßmost verwendet werden.

A. G.-H.

(Fortsetzung in der nächsten Nummer)



## **Ans Gute gewöhnt man sich gern**

so auch an

## **KAFFEE HAG**

denn KAFFEE HAG, der coffeinfreie echte Bohnenkaffee, ist ganz ausgezeichnet im Geschmack. Er hat Duft und Fülle. Viele trinken ihn, weil er so gut schmeckt, und verspüren dann bald, wie wohltuend er für Herz und Nerven ist und wie gut sie danach schlafen können.

Für alle, die es eilig haben oder es sich bequem machen wollen, gibt es jetzt HAG-EXTRAKT in Pulverform. Probieren Sie ihn. Er ist etwas Besonderes. Man erkennt ihn am feinen, reinen Geschmack.

## **HAG EXTRAKT**

AUS 100% KAFFEE HAG

