

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 33 (1957-1958)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Der Überraschungsbraten  
**Autor:** Fröhlich, Irma  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1073539>

### **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:** 14.01.2026

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

# KÜCHEN-SPIEGEL



## DER ÜBERRASCHUNGS- BRATEN

von Irma Fröhlich



**G**ut, daß die ersten Maientage dieses Jahres so heiß und tüppig waren, da mußte ich mich beizeiten auf die kalte Küche umstellen, die in den letzten paar verregneten Sommern etwas in Vergessenheit geraten war.

«Jetzt wäre es bereits an der Zeit, den Hackbraten kalt zu genießen», sagte mein Mann, als ein solcher anfangs Mai nochmals in der winterlichen Aufmachung auf den Tisch kam. Ach ja, den haben ja alle kalt so gern, und er läßt sich in schöne Scheiben aufschneiden, kommt mir in den Sinn; auch kann er bequem in den kühlen Abendstunden zubereitet werden und anderntags brauche ich nicht just in der schönsten Tageszeit am heißen Herd zu stehen.

«Vor Jahren hast du aber noch etwas hineinverarbeitet», fiel es meinem Sohn ein, «es war immer wieder etwas anderes, wir hatten diese Überraschungen sehr gern.» Richtig! Da fällt mir ein, daß ich in einem besonders heißen Sommer, als der Appetit sämtlicher Tischgenossen lahmgelegt war, mit Überraschungsmanövern die Lust zum Essen erfolgreich gehoben hatte. Sicher haben wir es nie so nötig wie an heißen Sommertagen, daß die Speisen nicht nur in bezug auf ihre äußere Aufmachung besonders ansprechend wirken, sondern daß auch unser Interesse am Gehalt des Gerichtes gereizt wird.

Damals entstand also, was meine Tochter den «Überraschungsbraten» nannte. Die

Grundmasse ist dabei immer die gleiche wie für den winterlichen Hackbraten (bei uns «Netzwurst» genannt). Ich nehme dazu

- 400 g Hackfleisch
- 200 g Wurstbrät
- 100 g Brösmeli
- 2 dl heiße Milch zum Anfeuchten der Brösmeli
- 1 kleines Ei
- 30–50 g gehackten Schinken
- Zwiebeln, Knoblauch, Grünzeug
- Salz und Pfeffer
- 1 große Prise Thymian

Diese Masse knete ich von Hand gut durch und klopfe sie auf dem bemehlten Fleischbrett zu einem Rechteck, in dessen Mitte ich nun die «Überraschung» lege. Dann wird der Fleischteig von beiden Seiten über die Überraschung geschlagen, alles zu einem Laib gerollt und in ein vom Metzger mitgeliefertes Netz gewickelt. Dieses Paket kommt in den warmen Bratofen, entweder in die mit einem Gitter belegte Bratpfanne oder direkt auf den Gitterrost des Backofens, mit untergeschobenem Blech. Eine Fettzugabe erübrigt sich, da das Netz fett genug ist. Jetzt überlasse ich den Braten bei schwacher Wärme ganz sich selber (was im Sommer besonders angenehm ist!) und schaue erst nach etwas mehr als einer Stunde nach, ob er sich ordentlich gebräunt hat. Sobald er etwas ausgekühlt ist, schneide ich allfällige Zipfel und sichtbare Rückstände des Netzes sorgfältig weg. Mit dem Aufschneiden in schöne Tranchen warte ich selbstverständlich, bis der Braten ganz kalt ist.

Welcher Art sind nun die Überraschungen, die dem Braten zu seinem Namen verholfen haben? Es begann mit ein paar hartgekochten, geschälten, ganzen *Eiern*, die ich schön hintereinander in die Mitte des rohen Fleisch-Rechtecks legte; beim Aufschneiden leuchtete das

Weiß und Gelb der Eier sehr appetitlich aus der bräunlichen Bratenmasse. Daraufhin versuchte ich es (einer anderen Farbzusammensetzung zuliebe) mit abgespülten, abgetrockneten *Essiggurken* und möglichst langen und geraden, gekochten *Rüben*.

Das nächste Mal kaufte ich als Füllung in der Länge des fertigen Bratens ungefähr entsprechendes Stück Ballerowurst von zirka fünf Zentimeter Durchmesser, das ich geschält in die Mitte des zukünftigen Bratens legte. Ein hübsch als Geschenk verpacktes, längliches und schmales Stück gekochten *Schinkens* brachte mich auf den Gedanken, dies als nächste Überraschung in den Braten zu schmuggeln, was großen Anklang fand.

Kühner geworden, kaufte ich letzthin ein gekochtes *Schweinszünglein* und ließ vor dem Aufschneiden des Bratens auf dessen Inhalt raten. Niemand fand es heraus, aber allen schmeckte die zarte Überraschung vortrefflich. Vollends hoch aber gingen die Wogen der Begeisterung, als ich schließlich ein gut gewürztes, rohes *Schweinsfilet* in die Bratenmasse hineinpraktiziert hatte und der delikate Inhalt mit der hausbackenen Hülle eine glückliche Verbindung eingegangen war.

Was serviere ich als Zutaten? Wenig, denn ein Hackbraten ist an und für sich schon recht sättigend. Sehr gut eignet sich zum Beispiel ein Rübli Salat mit Haselnüssen: Die feingeraffelten Rübli mit Salz und Citrovin (oder gewöhnlichem Zitronensaft) gründlich mürbe klopfen und zuletzt mit den geriebenen Haselnüssen mischen. Oder zur Abwechslung Sellerie Salat: Die Sellerieknollen rüsten, waschen und an der Rohkostraffel reiben. Nach Belieben, besonders wenn der Sellerie scharf ist, mit

ein oder zwei geriebenen Äpfeln mischen und den Salat mit Salz, Nidel und Citrovin anmachen. Manchmal stelle ich auch verschiedene Salate von Tomaten, Bohnen, Rettich, Blumenkohl oder allenfalls Kartoffeln auf.

Wenn die Mahlzeit etwas reichhaltiger sein soll, kommt noch eine Saucière dazu, die entweder dünnflüssige Mayonnaise (mit oder ohne feingehacktem Grünzeug) oder eine Art Cumberland-Sauce oder einfach Preiselbeeren enthält. (Zur Cumberland-Sauce nehme ich eine große Tasse Johannisbeer-Gelée, rasple ganz fein ein wenig Orangenschale hinein und verdünne mit etwas Rotwein.) Ich habe den kalten Braten auch schon mit Sulz überzogen; zu diesem Zweck lege ich ihn in die große Cakeform und gieße die Sulzmasse darüber, wenn diese schon ziemlich fest, das heißt gallertartig geworden ist.

Vielleicht kommen mit der Zeit noch neue Variationen zum uralten Thema Hackbraten hinzu – auf alle Fälle scheint es mir wichtig, daß wir Hausfrauen uns zum Wohl unserer Tischgenossen, aber auch im eigenen Interesse immer wieder anstrengen, neue Möglichkeiten auszudenken und neue Zusammenstellungen zu probieren. So entgehen wir am ehesten dem Verleider, der gerade in der heißen Jahreszeit auf uns lauert, und finden das Kochen stets von neuem eine anregende und spannende Aufgabe.

Die dritte und letzte Serie der Antwort auf die Rundfrage «Was ich in den letzten fünf Jahren in meiner Haushaltung geändert habe» erscheint in der August-Nummer.



*...auch im  
Badeanzug*

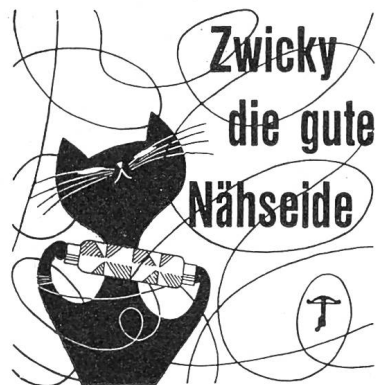
willst du schön sein. Dicke gefallen nicht. Nimm rechtzeitig die bewährten

**Boxbergers Kissinger  
Entfettungs-Tabletten**

50 St. 3.45  
100 St. 5.75



Gratismuster durch La Medicalia GmbH., Casima/Ti.



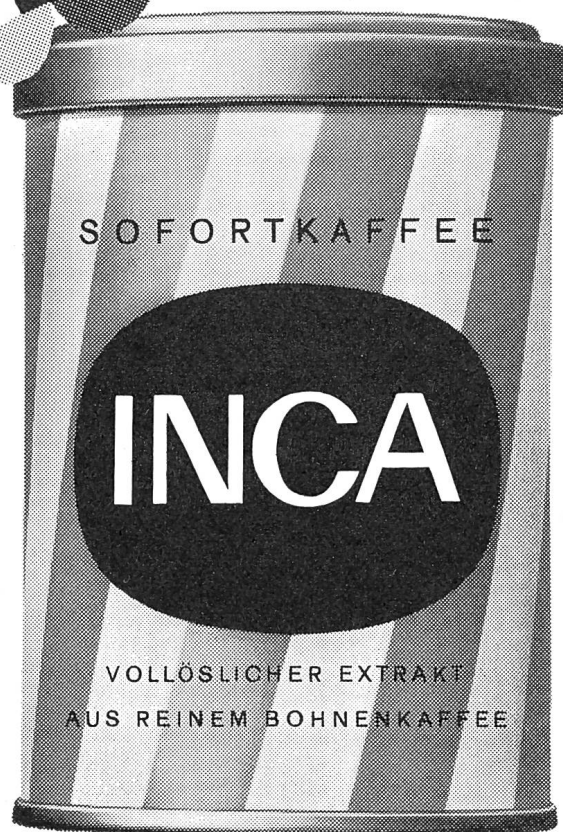
**Zwicky**  
die gute  
**Nähseide**

T

# INCA auch im Sommer!



Wie praktisch und angenehm ist es doch, im Garten, auf dem Balkon, beim Picnic, kurz bei jeder Gelegenheit schnell einen herrlich duftenden Kaffee zu brauen. Im Sommer ist die Zunge auch viel sensibler. Sie werden staunen, wieviel an Kraft, an natürlichem Reichtum, an echtem Kaffeegoût in INCA steckt – wie voll, wie abgerundet sein Bouquet ist.



ein Produkt der Thomi + Franck AG Basel

# INCA

der Sofortkaffee  
mit dem natürlichen Kaffeegoût.



*Hier spricht Kater Moro:*

Ich bin der Kater Moro vom Hause Voro; ich liebe den Mond, Baldrian und den Februar – den Februar vor allem! Ich bin aus altem Perser Geschlecht und neige dazu, mich in Sprichwörtern auszudrücken. Beispielsweise: *Es gibt nichts Neues unter der Sonne!* Dieses Sprichwort zielt direkt auf meine Sache ab. Ich lache mir ins Pfötchen, wenn ich in Gazetten und Magazinen lese, die kosmetische Wissenschaft habe nach jahrelangem Forschen herausgefunden: *Lanolin sei das absolut beste Hautpflegemittel, und es gebe nichts über Lanolin.* Meine Lieben, wenn das neu oder sensationell sein soll, will ich

Vegetarier werden und mich in den Ruhestand zurückziehen!

Tatsache ist, dass das hautfreundliche Lanolin so alt ist wie die Weisheit Salomons und dass es seit eh und je, in immer wieder verbesserter Form, in jeder Dose Voro-Creme in die Welt hinausgeht. Voro-Creme ist feinst emulgiertes Lanolin, darum wirkt sie so wunderbar wohltuend auf die Haut – die Haut der Hausfrau, des frischrasierten Mannes oder des Bébés. Wenn ich sehe, wie die berühmtesten Schönheitsfirmen der Welt zu Lanolin zurückkehren, darf ich da nicht triumphierend schnurren:

*Ich bin der Kater Moro,  
ich pflege mich mit Schpeuz,  
meine Herrin die braucht VORO,  
sie ist sooo schön – mich freut's!*

