

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 41 (1965-1966)
Heft: 4

Artikel: Italienische Gerichte für meine Schweizer Gäste
Autor: Haab, Xenia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1079439>

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

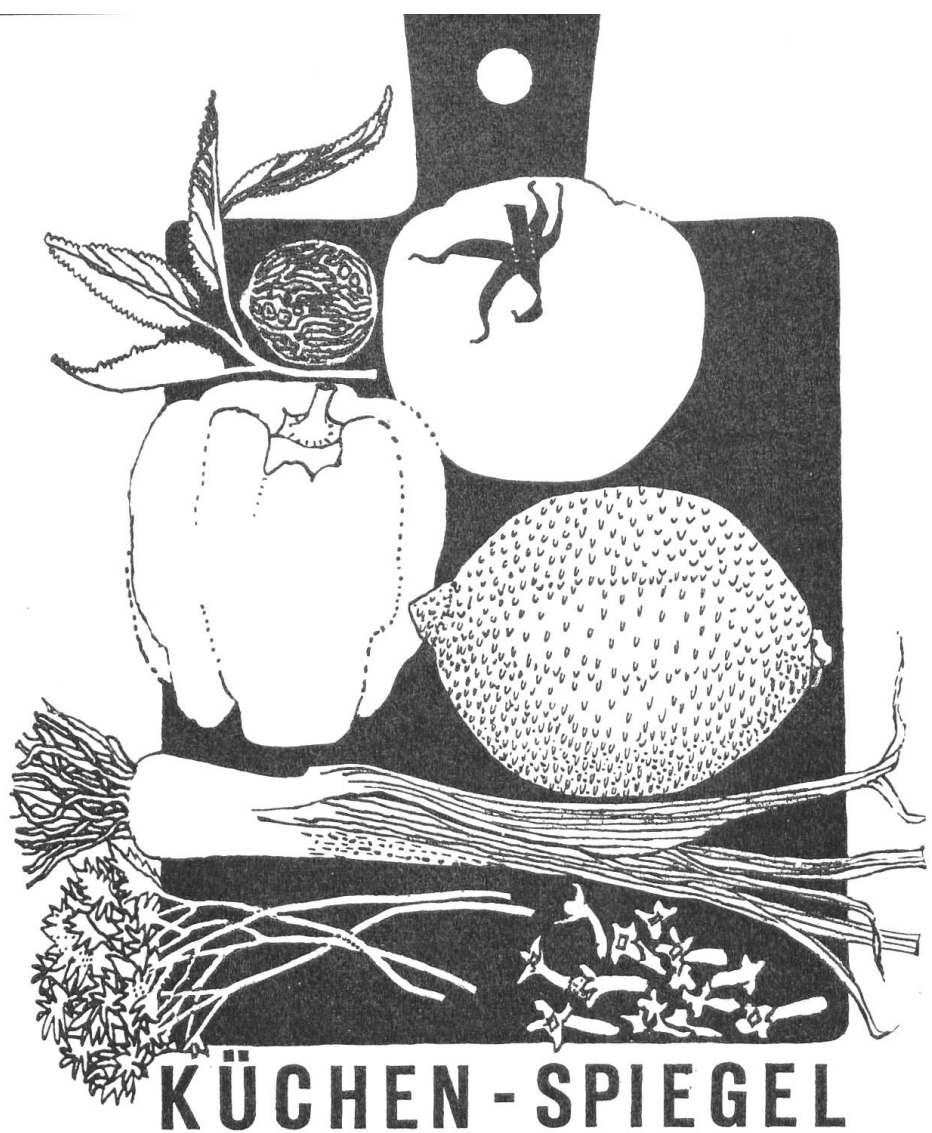
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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

ITALIENISCHE GERICHTE FÜR MEINE SCHWEIZER GÄSTE

Von Xenia Haab

Die Verfasserin lebt mit ihrer Familie seit vielen Jahren in Mailand. Die Rezepte, die sie zusammengestellt hat, sind so ausgewählt, daß alle Zutaten auch in der Schweiz erhältlich sind. Red.

Anfangen hat es damit, daß ich eines Tages meine italienische Haushalthilfe kurzerhand selber kochen ließ, und zwar so, wie sie es gewohnt war. Ich hatte es nämlich satt, sie ob der für sie fremden, schweizerischen Kost jedes Mal ein mürrisches, unzufriedenes Gesicht ziehen zu sehen. Wir wohnten damals schon einige Zeit in Mailand, meine Kochkünste hatte ich mir aber noch zu Hause, in der Schweiz, erworben. Nun ist es eine bekannte Tatsache, daß Italiener bei ungewohntem, fremdartigem Essen leicht mißmutig werden. Meine Italienerin strahlte denn auch, als ich ihr die Herrschaft über Pfannen und Töpfe überließ. Und da wir alle die Speisen unserer Köchin vorzüglich fanden, begann ich mich selbst für die italienischen Kochrezepte zu interessieren.

Doch auch ohne auf die Laune meiner Gehilfin Rücksicht zu nehmen, hätte ich auf die Dauer nicht an meinen hergebrachten Kochgewohnheiten festhalten können. Denn, so gering die Distanz von hier

zur Schweiz ist, so unmöglich ist es, manches, was zu den Alltäglichkeiten schweizerischer Kost gehört, hier zu kaufen. Andererseits sind viele Dinge, die man in der Schweiz zu den Delikatessen zählt, in Italien ausgesprochen billig.

Ich führe die Küche schon lange wieder selbst, aber ich bin bei der italienischen geblieben. Ich koche auch dann italienisch, wenn ich Gäste aus der Schweiz zu Tische habe, seien es nun Verwandte oder Freunde. Allerdings bin ich darauf bedacht, ihnen nicht allzu Ungewohntes zuzumuten.

Wenn der Italiener, der am Morgen nur eine Tasse Kaffee trinkt zum Frühstück und somit nur zwei Mahlzeiten pro Tag gewohnt ist, nach einem riesigen Teller Teigwaren oder Reis noch Appetit auf Fleisch, Gemüse, Käse und Obst verspürt, so ist der Schweizer meist nach dem ersten Gang schon satt. Daher serviere ich manchmal etwas weniger Nahrhaftes an erster Stelle, zum Beispiel eine Suppe.

Typisch für die italienische Küche sind Suppen, die über ein Stück geröstetes Brot angerichtet werden. Man nennt sie «zuppa». Ich denke zum Beispiel an die

Zuppa di spinaci (Spinatsuppe)

Ich brauche dazu pro Person 300 Gramm jungen Spinat, eine Tasse leichte Fleischbrühe, eine Scheibe Toast, zehn Gramm Butter, ein frisches Ei (möglichst nicht direkt aus dem Kühlschrank) und Parmesan.

Ich rüste den Spinat so, daß mir nur die zarten Blätter ohne Stiele bleiben, und koche ihn fünf Minuten in der Fleischbrühe weich. In jeden der vorgewärmten Suppenteller gebe ich eine Scheibe getoastetes Brot mit einem Butterflöckchen drauf, hole mit der Schaumkelle den Spinat aus der Brühe und verteile ihn rings um das Brot. Ich öffne sachte ein rohes Ei auf jede Brotscheibe, giesse, wiederum sehr sorgfältig, die siedende Fleischbrühe über die Eier, so daß das Eiweiß gerinnt. Die Suppe wird sofort serviert und bei Tisch mit geriebenem Parmesankäse bestreut.

Teigwaren und Reis sind aus der italienischen Küche nicht wegzudenken. Statt sie nun aber als Vorspeise aufzutragen, serviere ich sie häufig – wie es in der



Der «Grand Prix» gehört Ihnen

Zart und exquisit im Aroma, nennen Gourmets unsere Lorcheln. Was sagen Sie? Probieren Sie einmal: Lorcheln im Stiel und Hut aufgeschnitten, mit gehacktem Fleisch, Eigelb und Gewürz gefüllt, in Speck gebraten und auf geröstetem Brotschnitten serviert. Damit schiessen Sie den Vogel ab. Stofer-Lorcheln kommen für Feinschmecker auf den Markt. Sie sind nur in guten Geschäften erhältlich.

Das Essen wird zum Fest mit

Stofer Pilz-Konserven

Pilz-Konserven AG
vorm. Stofer & Söhne,
Pratteln



Schweiz Sitte ist – als Beigabe zum Fleisch, freilich dann nach italienischer Art gekocht. Oder aber ich wähle ein Rezept, bei dem die Teigwaren oder der Reis mit dem Fleisch vermischt als nahrhaftes Hauptgericht auf den Tisch kommen. Ausgezeichnet ist

Risotto mit Hühnerfleisch

Je nach der Gästezahl brauche ich ein halbes oder Viertelpoulet. Mancherorts erhält man die tiefgefrorenen Poulets auch zerteilt. Ich löse das aufgetaute Fleisch sorgfältig von den Knochen, die noch eine gute Suppe für den nächsten Tag abgeben, und schnetzle es. Pro Person sollte man ungefähr 50 Gramm rohes Fleisch haben, ferner einen Eßlöffel grobgehackte Zwiebel, 20 Gramm Butter, etwa drei Eßlöffel Weißwein, 100 Gramm Reis, eine kleine Tasse Hühnerbrühe und Parmesan.

Ich brate das Hühnerfleisch zusammen mit der gehackten Zwiebel in der Butter hellbraun an, lösche mit dem Weißwein ab und rühre um, bis der Wein nahezu verdunstet ist. Nun füge ich den Reis bei und

rühre weiter, bis der Reis alle Flüssigkeit aufgesogen hat und glasig aussieht, gieße die heiße Fleischbrühe dazu und lasse, unter ständigem Rühren, alles aufkochen. Ich gebe das Gericht in den vorgeheizten Backofen und lasse es 20 Minuten darin stehen. Vor dem Servieren rühre ich den Risotto ein letztes Mal kurz um, und bei Tisch wird er mit geriebenem Parmesan bestreut.

Ein knuspriger grüner Salat gehört dazu, und hinterher kommen eine Käseplatte und der Korb mit frischem Obst auf den Tisch.

Neben Reis und Teigwaren spielt auch der Mais eine wichtige Rolle in der italienischen Küche. Ich koche daher meinen Gästen als typisch italienische Beilage zu Fleischgerichten, die mit viel Sauce zubereitet werden, oft Polenta. So zum Beispiel zu

Ossobuco (Kalbshaxen)

Ich kaufe pro Person ein bis zwei Kalbshaxen, je nach Größe. Ferner nehme ich etwas Salz und Pfeffer, eine Knoblauchzehe, eine kleine gehackte Zwiebel,

Das Spezialgeschäft
für feine Pralinés

Bellevueplatz
und Bahnhofstrasse 46
Telefon 271390

Die besten Jahre

mit Granoton verlängern!
 Natürliches Wirkstoff-Konzentrat
 aus Weizenkeim-Vollextrakt
 und Zitrusfrüchten



Granoton
 Erhältlich in Reformhäusern,
 Drogerien und Apotheken
 BIOREX AG EBNAT-KAPPEL



**Ein Begriff
 für Qualität und
 Pünktlichkeit**

HENZI AG, BERN
CLICHES + PHOTOLITHOS
 Tel. 031 / 22 15 71

Butter oder Öl zum Anbraten, ein kleines Glas Weißwein, zwei Tassen Fleischbrühe, einen Eßlöffel Tomatenpurée, eine Handvoll feingeschnittene Pilze (im Winter gedörrte, die ich mindestens eine halbe Stunde vorher in warmem Wasser einweiche) und eine Tasse grüne Erbsen (eventuell eine kleine Büchse).

Das Fleisch wird mit Salz und Pfeffer gewürzt. Ich reibe einen feuerfesten, flachen Tontopf innen gut mit Knoblauch ein, dünste darin die Zwiebel in der Butter oder im Öl, brate das Fleisch an, bis es beidseitig schön goldbraun ist, lösche mit dem Weißwein ab, lasse ihn verdunsten und gieße die Fleischbrühe nach, die ich mit dem Tomatenpurée vermischt habe. Auch das Wasser, in dem ich die Pilze eingeweicht habe, füge ich bei, allerdings nicht alles, denn es könnte sich noch ein Sandkorn darin verirrt und auf den Boden gesetzt haben.

Ich lasse das Gericht anderthalb Stunden oder länger köcheln. Wenn nötig gieße ich während des Kochens noch etwas Fleischbrühe nach. Bevor das Fleisch richtig weich ist, gebe ich die Pilze bei und etwas später die Erbsen. Wenn es Büchsenerbsen sind, brauchen sie nicht mehr mitzukochen, dann kommen sie erst vor dem Servieren in die Sauce.

Auf die gleiche Art koche ich braunes Kalbsragoût. – Ein Polentaring, auf einer hübschen Platte angeordnet, in der Mitte ein leckeres Fleisch an einer würzigen, dunklen Sauce – das ist ebenso sehr eine Freude für das Auge wie für den Gaumen!

Die Kartoffeln werden in Italien nicht als etwas für sich betrachtet wie in der Schweiz, sondern sie gelten als Gemüse wie viele andere, und sie kommen ebenso oft oder selten auf den Tisch wie ein beliebiges anderes Gemüse. Damit aber meine Schweizer Gäste die Kartoffeln nicht allzu sehr vermissen, koche ich manchmal Hülsenfrüchte als nahrhafte Beigabe zum Fleisch. Viel Beifall finden jeweils

Bohnen auf Toskanerart

Hiezu eignen sich am besten Bohnen von der Sorte «borlotti». Sie sind, soviel ich weiß, auch in der Schweiz erhältlich. Im Sommer kauft man sie frisch und enthülst sie selbst, im Winter gibt es trockene, die eingeweicht werden müssen. Wichtig ist, daß man eine Sorte nimmt, die nicht zerkocht.

Ich rechne 80 bis 100 Gramm getrocknete Bohnen

pro Person. Weitere Zutaten sind eine feingeschnittene Zwiebel, in kleine Stücke geschnittener, geräucherter Speck, Bouillon, Salbeiblätter, Salz und Pfeffer.

Auch zu diesem Gericht verwende ich einen feuerfesten irdenen Topf, wie er in der italienischen Küche häufig gebraucht wird. Ich lasse zuerst die Zwiebel mit dem Speck schwitzen, gebe die Bohnen drein, rühre um, gieße soviel Bouillon dazu, daß die Bohnen zugedeckt sind, und füge die Salbeiblätter bei. Die Bohnen sollten auf kleinem Feuer sehr lange kochen, das heißt nicht eigentlich siedend, sondern nur simmern, mindestens zwei Stunden lang, aber je länger, desto besser – wenn möglich den ganzen Vormittag! Vor dem Auftragen streue ich wenig Salz und Pfeffer darüber.

Diese Bohnen schmecken besonders gut zu Fleisch vom Grill. Manchmal serviere ich, gleichzeitig mit den Bohnen oder als alleinige Beigabe, das folgende Zwiebelgemüse:

Sauersüsse Zwiebeln

Am besten eignen sich Silberzwiebelchen, doch man kann auch große weiße Zwiebeln in Scheiben schneiden. Pro Person rechne ich zehn Gramm Butter oder Margarine, 100 Gramm Zwiebeln, einen Eßlöffel Zucker, eine kleine Tasse Flüssigkeit, die zu zwei Dritteln aus Marsala oder Porto und zu einem Drittel aus rotem Weinessig besteht.

Auch diese Zwiebeln geraten sehr gut im Tongeschirr. Ich erhitze das Fett, gebe dann die Zwiebeln hinein, streue den Zucker darüber und mische und brate das Ganze auf ziemlich starkem Feuer. Sobald die Zwiebeln braun sind, lösche ich mit dem Gemisch aus Süßwein und Essig ab, salze schwach, mische und lasse nun auf schwachem Feuer weiterkochen, bis die Zwiebeln gar sind (ungefähr eine Stunde). Falls sie zu sehr eintrocknen, füge ich löffelweise Wasser hinzu. Die Zwiebeln sollen ganz dunkelbraun werden und dürfen sogar ein wenig angebrannt sein.

Um Ideen für feine Desserts ist man hier in Mailand nie verlegen: vom Frühsommer bis in den späten Herbst bietet der Markt eine Fülle von verschiedenen frischen, verlockenden Früchten. Der Winter aber bringt die Orangen.

Großen Anklang bei meinen Gästen findet jeweils mein

Ein gut vertrautes Gesicht aus Ihrer eigenen Kindheit:



stets bewährt und beliebt, wenn es um eine natürliche und zeitgemäße Kinderernährung geht!



Für Ihren kleinen Schatz ist ja wirklich nur das Beste gut genug: PAIDOL, das erprobte Nahrungsmittel für Kinder jeden Alters – vom kleinen Flaschenkind bis zu den Schlingeln, die gerne naschen.

Vitamin-PAIDOL und Gemüse-PAIDOL für die Säuglings- und Kinderernährung. Lacto-PAIDOL, wo frische Kuhmilch nicht vertragen wird. Phosphat-PAIDOL für den täglichen Haushalt, zum kochen und backen.

**PAIDOLFABRIK DÜTSCHLER & CO.
9008 ST. GALLEN**



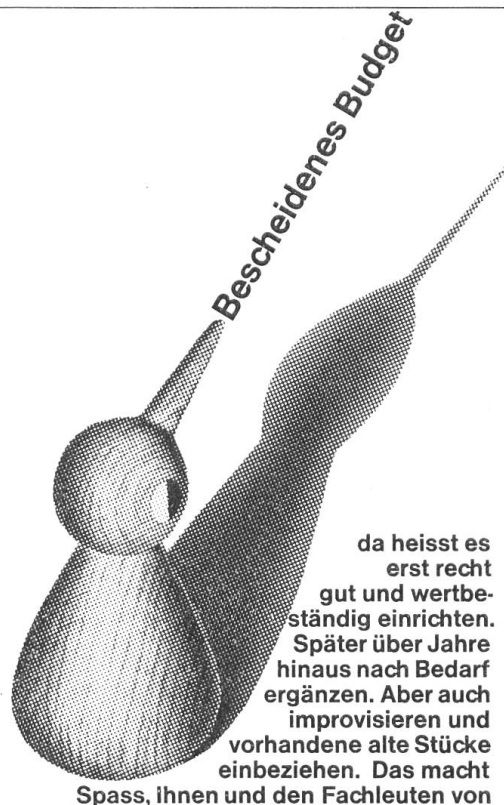
PAIDOL mit dem vollen Gehalt an natürlichen Weizenkeimen und den aktiven Vitaminen und Aufbaustoffen.

An unsere Leser!

Als Abonnent des Schweizer Spiegel haben Sie gewiß gelegentlich die Möglichkeit, uns einen neuen Abonnenten für unsere Zeitschrift zu gewinnen. Sie erweisen damit Ihren Bekannten und uns einen Dienst. Wir entschädigen Sie für Ihre Mühewaltung mit einem Buch oder einem andern wertvollen Geschenk. Wir erteilen Ihnen gerne nähere Auskunft.

Schweizer Spiegel Verlag

Telefon 051 32 34 31



zingg-lamprecht AG
Skandinavisch Wohnen

Orangenkuchen

Für den Teig brauche ich 50 Gramm Mehl, 100 Gramm Zucker, 100 Gramm Butter, ein Ei, eine Prise Salz, das Abgeriebene einer Zitrone, etwas Weißwein. Zur Füllung nehme ich 100 Gramm Mandeln, zwei Eier, etwa 80 Gramm Zucker und etwas Vanillin, und zum Belegen zwei bis drei Orangen, Zuckersirup aus einer großen Tasse Wasser, 300 Gramm Zucker und etwas Vanille, ferner einige Pistazien und einige kandierte Kirschen.

Alle Zutaten zum Teig werden rasch zusammengeknetet, wobei man den Weißwein zum Anfeuchten braucht. Dann walze ich den Teig aus, lege eine Kuchenform von 24 Zentimeter Durchmesser damit aus und forme einen Teigrand.

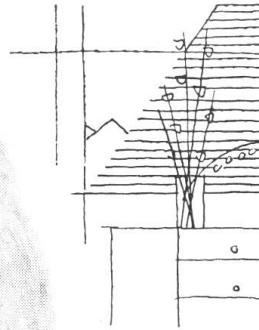
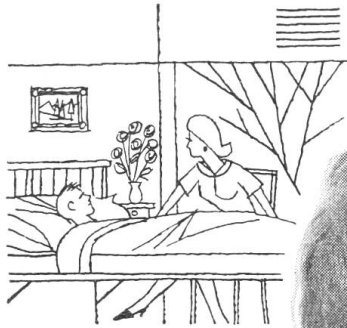
Die Mandeln werden geschält, getrocknet, aber nicht etwa geröstet, und, sobald sie etwas abgekühlt sind, mit ein wenig Zucker zu feinem Pulver zerstoßen. Ich gebe die Mandeln hiezu in eine dicke, tiefe Tasse und traktiere sie mit einem Messerrücken. Ein Mörser würde natürlich den gleichen Zweck erfüllen. Man kann die Mandeln auch mahlen; mich dünkt jedoch, das Pulver werde feiner durch Zerstoßen.

Ich verklopfe Eier, Zucker und Vanillin zusammen, vermische die zerstoßenen Mandeln damit, fülle die Masse in den Kuchen ein und backe ihn bei guter Hitze ungefähr 40 Minuten. Bevor ich ihn aus der Form hebe, lasse ich ihn etwas erkalten.

In der Zwischenzeit schneide ich die Orangen ungeschält in dünne Scheiben, die ich ungefähr zehn Minuten im Zuckersirup sieden und dann abkühlen lasse. Der gebackene Kuchen wird auf eine Platte angerichtet, mit dem Sirup benetzt, schuppenförmig mit den Orangenscheiben belegt, nochmals mit Sirup beträufelt und mit den geschälten Pistazien garniert. Die Pistazien schäle ich auf gleiche Weise wie die Mandeln, indem ich sie mit heißem Wasser abbrühe. Der Kuchen wird bis zum Essen kühl gestellt und vor dem Servieren mit dem restlichen Sirup begossen.

Nach dem Dessert serviere ich einen starken Espresso. Denn ein schwarzer Kaffee gehört in Italien ebenso sehr zu jedem feinen Essen wie in der Schweiz!

Die neue Krankenversicherung



der Winterthur-Unfall

Auch «Kranksein» ist teurer geworden. Die Kosten für ärztliche Behandlung, Spitalaufenthalte, Kuren usw. haben zugenommen. Hinzu kommt der Verdienstausfall bei vorübergehender oder dauernder Erwerbsunfähigkeit. Gegen alle diese Risiken bietet unsere neue Krankenversicherung einen ausgezeichneten materiellen Schutz. Wer bei uns eine solche Versicherung abschliesst, kann sich im Krankheitsfall ohne Rücksicht auf die Kosten das leisten, was zu seiner Genesung nötig ist. Bei dauernder Erwerbsunfähigkeit infolge Krankheit verfügt er ausserdem über ein sicheres Ersatz Einkommen in Rentenform. Und selbstverständlich hat er Anspruch auf Vergütung der Kosten für die Behandlung als Privatpatient – beim Arzt und im Spital.

Was wird Ihre Frau dazu sagen? – Ihre Frau wäre sicher froh über eine Vorsorge, die der Familie auch bei langer Krankheit des Gatten und Vaters finanzielle Sorgen erspart. Und wenn sie die Vorteile unserer Krankenversicherung näher kennt, wird sie Ihnen vielleicht sogar vorschlagen, diesen ausgezeichneten Versicherungsschutz auf sie und die Kinder auszudehnen, wofür unsere Familienpolice günstige Möglichkeiten bietet.

Winterthur UNFALL

Schweizerische Unfallversicherungs-Gesellschaft in Winterthur, Stadthausstr. 2
8401 Winterthur

COUPON

Bitte orientieren Sie mich näher über Ihre neue Krankenversicherung

SP

Name _____ Vorname _____

Strasse _____ Alter _____

Ort _____

Anregende Unterhaltung

VIER BÜCHER VON RUDOLF GRABER

Das Mädchen aus den Weiden und andere Geschichten

Illustriert von Hans Ruedi Bitterli
3. Auflage. Gebunden Fr. 9.80

Der allzu früh verstorbene Rudolf Graber, durch seine spritzig-witzigen «Basler Fährgeschichten» zu einem unserer beliebtesten Erzähler geworden, hat sich in diesem ernst-beiteren Buch selbst übertroffen.

Basler Fährgeschichten

Mit Zeichnungen von Hans Ruedi Bitterli
10.–12. Tausend. Gebunden Fr. 10.80

Neue Basler Fährgeschichten

Mit Zeichnungen von Hans Ruedi Bitterli
4.–7. Tausend. Gebunden Fr. 10.80

Die letzten Basler Fährgeschichten

Illustriert von Hans Ruedi Bitterli
4.–7. Tausend. Gebunden Fr. 10.80

Ob, wie in der «Geschichte von der Degustation», eine junge Kindergärtnerin während der Mustermesse einen Sekuritaswächter aus den Fängen wenig empfehlenswerter Damen zu retten versucht und dabei selbst ihr Herz verliert, oder ob der Verfasser, wie in der «Geschichte von dem weinroten Pull-over», einem zärtlichen Betrug nachgeht, immer schwingt jenes nur Rudolf Graber eigene Lächeln mit, das so ansteckend wirkt. Ein letztes Geschenk des Autors an seine Freunde und eine beglückende Entdeckung für jene, welche die «Basler Fährgeschichten» noch nicht kennen.

JOHN ERSKINE

Das Privatleben der schönen Helena

Roman
6. Tausend. Gebunden Fr. 15.30

Die faszinierende Gestalt der schönen Helena gibt dem Dichter Anlaß, die weibliche Psyche scharfsinnig und zugleich amüsanter zu analysieren. Ein Bestseller seit 20 Jahren und trotzdem ein literarisches Meisterwerk. Ein begeisternder Fund für alle, die das Werk noch nicht kennen.

HANS STAUFFER

St. Petersinsel

Heitere und kritische Lebensschau eines Arztes,
Fischers und Naturfreundes
Mit Zeichnungen von Fred Stauffer. Fr. 13.80
4.–7. Tausend

Diese fesselnd dargestellten Erlebnisse, Gedanken und Betrachtungen vermitteln die kraftvolle Fülle eines ungekünstelten Lebens im Trubel unserer Zeit.

AUGUST KERN

50 Jahre Weltenbummler

Mit vielen Illustrationen. Leinen Fr. 13.60

August Kern hat in jungen Jahren den Drang verspürt, in die weite Welt zu ziehen. Er begann als junger kaufmännischer Angestellter gleich mit Moskau, wo er den Ausbruch des Ersten Weltkrieges miterlebte. Spanien, Amerika, England, Deutschland waren nur die Hauptstationen in der Laufbahn dieses originellen Globetrotters, der uns nun im Rückblick die köstlichsten Episoden seines Lebens erzählt. Seine interessanten Erzählungen haben den Vorzug, von A bis Z wahre Erlebnisse und Eindrücke aus dem Alltag zu vermitteln.