Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 41 (1965-1966)
Heft: 10

Artikel: Meine Kinder kochen
Autor: Winzeler-Leu, Heidi
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1079523

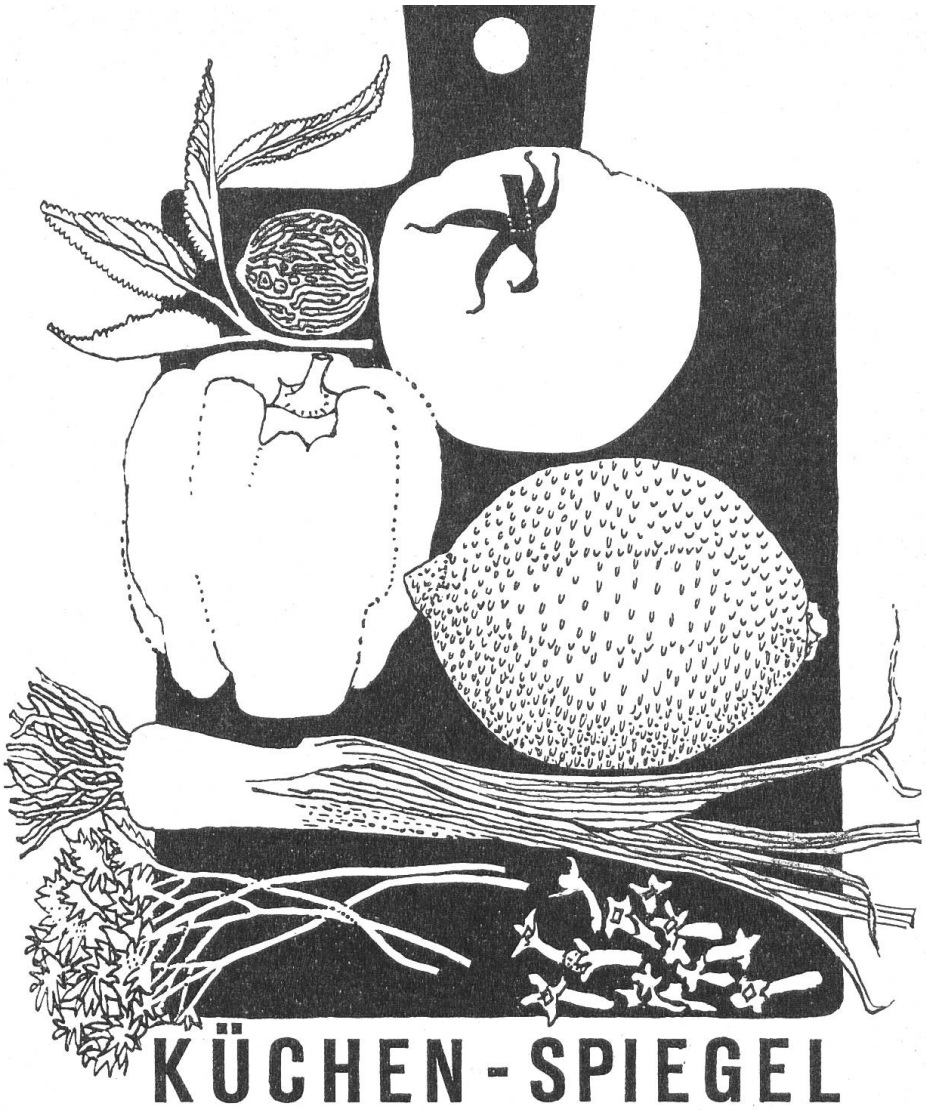
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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: 01.10.2025

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



MEINE KINDER KOCHEN

Von Heidi Winzeler-Leu

Als ich vor zwei Jahren, vor der Geburtstagseinladung von Thomas, unserem damaligen Drittkläßler, zu einigen Müttern der Geladenen äußerte, ich würde die Buben diesmal die belegten Brötchen selber machen lassen, reagierten die meisten sehr skeptisch. «Unser Martin ist doch ein Linkshänder und ganz ungeschickt, der kann das doch nicht!» meinte die eine, und «Räto hat ja überhaupt keine Phantasie!» wandte eine andere ein. Es war nur schade, daß sie die lustigen Brötchen nicht sehen konnten, die in einer vergnüglichen Stunde vor dem Zvieri unter den gar nicht so ungelenken Bubenhänden entstanden.

Immer wieder fällt mir auf, wie wenig die Mütter im allgemeinen ihren Kindern zutrauen. Dabei scheint es mir gerade heute, da die Kinder durch die Wohnverhältnisse vielfach in ihrer Bewegungsfreiheit und in ihrem Tätigkeitsdrang stark eingeengt sind, doppelt wichtig, daß man ihnen im Hause drin Gelegenheit schafft, sich zu betätigen.

Kaum waren unsere Kinder dem Laufgitter entwachsen, begannen sie mich bei meinen täglichen Arbeiten zu begleiten. Manchmal war das etwas

mühsam. Ich durfte nicht einmal rasch in den Keller gehen ohne Anhängsel am Schürzenzipfel. Heute ernte ich die Früchte meiner damaligen Geduld: schon der Fünfjährige kann mir manchen Gang abnehmen. Er holt Zwiebeln aus dem Keller, Zucker und Reis aus dem Vorratsschrank und füllt mit Vergnügen Pfefferkörner durch die enge Öffnung in die Pfeffermühle ein – eine wahre Geduldsarbeit.

Auch die beiden Größeren haben natürlich ihre kleinen Pflichten. Abtrocknen und Schuheputzen sind freilich nicht schöpferische Arbeiten. Anders steht es mit dem Kochen, und da haben sich uns ungeahnte Möglichkeiten erschlossen. Nicht nur bei der Weihnachtsguetzlerei wirken sie leidenschaftlich gern mit, auch eine Salatsauce nach seinem eigenen Geschmack anzumachen ist für Thomas ein Dürfen und kein Müssen. Und weil es hie und da vorkommt, daß ich gerne vor dem Nachtessen eine Arbeit fertigmachen möchte und dabei in Zeitnot gerate, erlaube ich ihnen jeweils, das Nachtessen ganz allein zuzubereiten.

Selbstverständlich brauchen die Kinder genaue Anleitungen. Ich gebe ihnen nicht nur die exakten Mengen der Zutaten und die Kochzeiten an, sondern auch die Reihenfolge der verschiedenen Arbeiten. Ich sage ihnen, wann sie am besten den Salat waschen, wann den Tisch decken. Und dies nicht nur, wenn sie etwas zum ersten Mal kochen, auch beim zweiten und dritten Mal – sie haben es doch meist wieder vergessen.

■

Die Kochkünste der achtjährigen Salome sind verständlicherweise noch nicht sehr groß. Aber schließlich sind auch geschwellte Kartoffeln mit einer Käseplatte nicht zu verachten, der Makkaroni-Auflauf mit Schinken schmeckt immer wieder gut, und selbst ein einfaches Tee-Complet kann nahrhaft und gut sein. Das alles gehört zu Salomes Repertoire. Und da es ihr besonders Spaß macht, zu schneiden und zu schnetzeln, zu rühren und zu mischen, macht sie, vor allem an heißen Tagen, mit Vorliebe einen

Fruchtsalat mit Yoghurt

Salome rüstet 1 Pfund Erdbeeren, streut 2 Eßlöffel Zucker darüber, fügt 2 in feine Scheiben geschnittene Bananen und ½ Pfund in Schnitzchen geschnittene Aprikosen bei und leert zuletzt 7 Deziliter Yoghurt, mit 2 weiteren Eßlöffel Zucker gut verrührt, über die Früchte. Dazu serviert sie einen Teller dünne, mit Butter bestrichene Walliserbrotschnitten.

■

Ein weiteres Sommerrezept, das die Achtjährige vortrefflich zuzubereiten versteht, ist

Spaghettisalat

Sie schneidet hiezu 100 bis 150 Gramm gekochte, kalte Spaghetti in Stücke von 2 bis 4 Zentimeter Länge; sie schneidet weiter 2 Cervelats in feine Scheibchen und 3 Tomaten, 3 Delikatessgurken oder ½ Schlangengurke und 2 Essigzwiebelchen in kleine Würfelchen.

Für die Sauce verrührt sie ½ Tasse Haushaltrahm oder 2 Eßlöffel Mayonnaise aus der Tube mit 3 Löffel Öl und 1½ Löffel Essig.

Sorgfältig vermischt sie alle Zutaten mit der Sauce. Der Salat sollte vor dem Essen ungefähr eine halbe Stunde stehen.

■

Aus neuen, jedoch nicht allzu kleinen Kartoffeln macht Salome

Gourmet-Kartoffeln

Sie halbiert geschwellte, ungeschälte und noch heiße Kartoffeln, ungefähr 1½ Kilo, der Länge nach, legt die Hälften auf ein gebuttertes Backblech und belegt jede einzeln zuerst mit einem Scheibchen Schinken, dann mit einem Scheibchen Käse. (Sie rechnet dafür ungefähr 250 Gramm Schinken und 150 Gramm Käse.) Das Blech schiebt sie für fünf bis zehn Minuten in den vorgewärmten Backofen, solange, bis der Käse flüssig geworden ist. Die Kartoffeln werden selbstverständlich mitsamt der Schale gegessen.

■

Der elfjährige Thomas steht seiner Schwester in seinem Kocheifer nicht nach. Hier sein erklärtes Lieblingsmenu:

Käseschnitten aus Frischbackweggli

Thomas halbiert die vorgebackenen Weggli, 2 pro Person, der Länge nach und belegt sie mit dünnen Scheiben von 200 Gramm Emmentaler oder Gruyère. In der Tomatensaison kommt zudem eine Tomatenscheibe oben drauf, sonst ein Tupfen Purée. Die Schnitten werden im heißen Ofen gebacken, bis

der Käse geschmolzen ist. Die Weggli sind dann gerade richtig durchgebacken, aber noch schön weich, was wir, da wir alle keine Liebhaber von hartgeröstetem Brot sind, besonders schätzen.

Zu diesen Schnitten stellt Thomas alles an Gewürzen auf den Tisch, was er nur findet: Origano, Paprika, Kümmel, Pfeffer, Estragon, dazu Peterli und Schnittlauch. Jedes darf sich am Tisch seine Schnitten nach eigenem Geschmack würzen. Auch den Kopfsalat und den Tee, den er dazu serviert, hat Thomas selbst gemacht.

▪

Da er bereits mit komplizierteren Kochvorgängen, wie etwa Anbraten oder Ablöschen, vertraut ist, bringt er ohne weiteres eine Rösti oder einen Risotto zustande. Dazu kocht Thomas

Tomateneier

Er schneidet 4 bis 5 Tomaten in zentimeterdicke Scheiben, erhitzt in der Bratpfanne einen Eßlöffel Öl, brät die Tomaten darin gut an, wendet und salzt sie und schlägt dann pro Person je 1 Ei darüber auf. Die Eier würzt er, und er brät sie so lange, bis das Eiweiß fest geworden ist.

▪

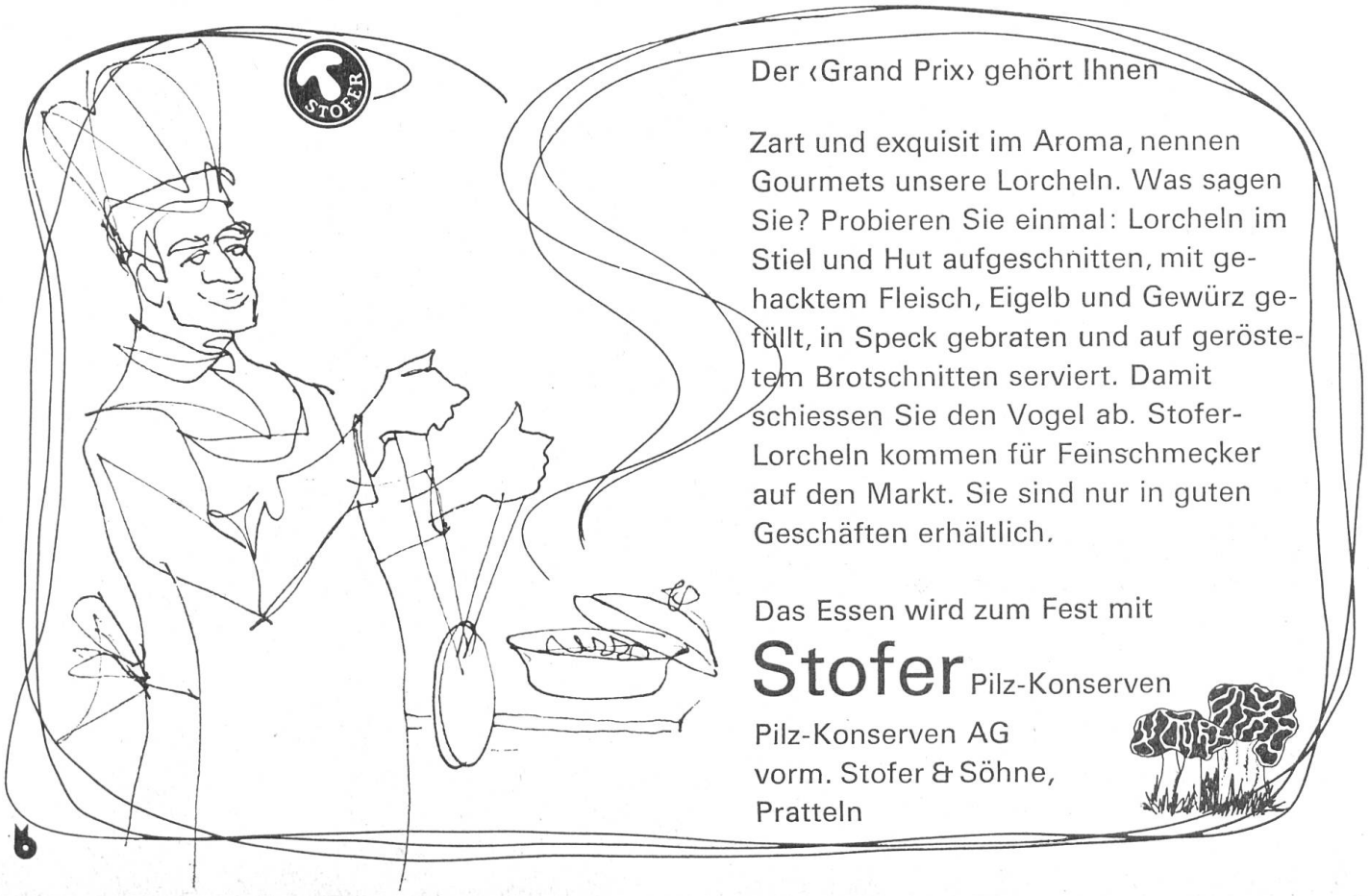
Eine große Vorliebe hat Thomas – welcher Bub teilte sie nicht! – für gebratene Cervelats, wohl weil ihr Duft ein wenig an die Romantik von Waldpicknicks und Lagerfeuer erinnert. Die auf eine etwas spezielle Art zubereiteten Cervelats tragen bei uns auch einen speziellen Namen (woher er kommt, weiß ich nicht):

Beppi-Chlepfer

Thomas schneidet pro Person 1 Cervelat der Länge nach so auf, daß dieser gerade noch zusammenhält, steckt dann ein Scheibchen Emmentaler zwischen die Hälften und umwickelt Wurst und Käse mit einer dünnen Speckscheibe. Auf der heißen Grillpfanne brät er die Cervelats während ungefähr 10 Minuten, bis der Speck rundherum schön knusprig ist. – Mit Mais und Tomatensalat zusammen gibt das ein herrliches Nachtessen.

▪

Während für Salome ein Wallholz noch ein recht



Ein Birchermüesli wie noch nie!

Die ganze Familie freut sich auf das neue

Matzinger Bircher müesli

So fein im Geschmack, so wertvoll
und so praktisch.
Als bekömmliche Abendmahlzeit,
als Zwischenmahlzeit und als
Dessert mit Früchten.

GETREIDEFLOCKEN AG LENZBURG

tückisches Werkzeug ist, versteht Thomas einen Teig ordentlich gleichmäßig auszuwallen. Ein Rezept, das ihn eine gute Weile in der Küche festhält, das er aber «bäumig» findet, ist dasjenige für

Schinkenrollen

Thomas braucht dazu 250 Gramm Emmentaler, 200 Gramm Schinken und einen Blätterteig. Er schneidet den Käse in etwa 6 Zentimeter lange Stengelchen von der Dicke eines Lineals und wikkelt diese einzeln in kleine Schinkentranchen ein. Der Teig wird zu einem großen, dünnen Rechteck ausgewallt und in Streifchen von 2 Zentimeter Breite und ungefähr 40 Zentimeter Länge geschnitten.

Die Teigstreifchen wickelt Thomas spiralförmig um die Stengelchen, wobei jede Umwicklung die vordere zur Hälfte decken sollte. Die Enden werden beidseitig gut in die Rolle hineingeschoben, so daß nichts mehr vom Käse sichtbar ist und er im Ofen nicht aus der Rolle auslaufen kann. Die fertigen Rollen setzt Thomas auf ein Blech, bepinselt sie sorgfältig mit Eigelb und backt sie bei guter Hitze 15 bis 20 Minuten. Sie müssen heiß serviert werden, und Thomas macht uns dazu einen Gurkensalat, an pikanter Sauce, wie es sich gehört.

■

Ich gebe zu, es fällt einem nicht immer leicht, die Kinder in der Küche gewähren zu lassen. Für eine geübte Hausfrau ist es fast nicht zum Dabeisein, wenn ein Kind zum ersten Mal Kartoffeln rüstet: selber hätte man es in der halben Zeit getan, es lägen nachher keine Schalen auf dem Fußboden herum und die Kartoffeln sähen ihrer Form nach noch nach Kartoffeln aus und bestünden nicht aus unzähligen Kanten und Ecken und tiefen Löchern. Und weil man da nicht zuschauen kann, schaut man wirklich besser gar nicht zu! Ich habe mir angewöhnt, die Küche, wenn die Kinder kochen, nur auf Hilferufe hin zu betreten. Wie man etwas macht, wissen sie genau, oft genug haben sie zugeschaut; Geübtheit und Handfertigkeit müssen sie sich erst erwerben, und ich glaube, das gelingt ihnen besser, wenn sie sich unbeobachtet wissen.

Natürlich gebührt ihnen nach einer solchen immerhin beachtlichen Leistung mein Dank. Erst recht zu strahlen vor Stolz beginnen sie, wenn der Vater lobende Worte für ihre Kochkünste findet; das Essen schmeckt ihnen dann noch einmal so gut.