Zeitschrift: Schweizer Spiegel

Herausgeber: Guggenbühl und Huber

**Band:** 41 (1965-1966)

**Heft:** 12

Rubrik: Hühnchen oder Hähnchen? : Poulet-Rezepte

#### 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: 28.11.2025** 

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



Beinahe eine Scherzfrage, von H. R.-G.:

# HÜHNCHEN ODER HÄHNCHEN?

# POULET-REZEPTE

Von Xenia Haab

Die Zeiten, da ein Poulet am Sonntag gleichsam das Beweisstück für einen gewissen Wohlstand darstellte, sind vorbei. Poulet ist heute billiger als manche Fleischsorte, jedermann ißt Poulet, und schon der kleinste Knirps weiß, was ein Poulet ist.

Was genau ist es denn? Ist es ein Hühnchen? oder ein Hähnchen? – Und was ist ein Güggeli? Ist das dasselbe? Ist jedes Poulet zugleich ein Güggeli und umgekehrt? Oder ist jedes Güggeli zwar ein Poulet, aber nicht jedes Poulet ein Güggeli? – Mir wurde plötzlich klar, daß meine Kenntnisse in Sachen Federvieh nicht weit reichen, obwohl ich sicher schon Dutzende von Poulets – oder Güggeli? – zubereitet habe. – Geht es uns nicht mit manchen alltäglichen Dingen so?

Zum Spaß begann ich unter meinen Bekannten, unter Hausfrauen vor allem, herumzufragen. Hier ein paar von den Antworten, die ich bekommen habe:

Ein Poulet, das weiß ich sicher, ist ein Hühnchen. Ein Güggeli – da wird es schwieriger, das hat zu tun mit Güggeliwirtschaft, Güggelifraß, Güggelifriedhof ... mich dünkt das etwas ausgesprochen Männliches. Ein Güggeli ist gewiß ein Hähnchen. Ein Güggeli ist etwas Wildgewachsenes, ein Poulet etwas Gezüchtetes. Hühnchen oder Hähnchen, es kann beides sein.

Ein Poulet ist auf jeden Fall ein Hähnchen, sonst müßte es ja «la poulette» und nicht «le poulet» heissen. Das «Güggeli» ist dasselbe, es tönt nur etwas weniger vornehm.

Hahn oder Hühnchen, das ist hier die Frage. Sie rasch zu lösen sei mir keine Plage: Ein Güggel reicht für jeden Hühnerstall; zu groß ist darum stets der Hahn-Anfall. Zum Gockeldasein sind die schönsten nur erwählt, der übrigen Hähnchen Tage sind gezählt. Wir braten sie noch möglichst jung an Wochen, damit recht zart das Fleisch und dünn die Knochen, dieweil die Hühner wir wohl hegen, pflegen, auf daß sie bald uns fleißig Eier legen. Und sollte eins am Ende doch im Kochtopf ruhn – dann höchstens noch als altes Suppenhuhn.

\* \* \*

Der Unterschied zwischen Poulet und Güggeli

liegt nicht so sehr darin, was und welche Qualität man in Sachen Federvieh verzehrt, als vielmehr wie, wo und in wessen Gesellschaft man es tut. Ein Güggeli zum Beispiel ißt man von Hand, daheim oder in einer Festhütte, mit der Familie oder mit guten Bekannten. Ein Poulet dagegen verspeist man mit Messer und Gabel, im Hotel oder in einem noblen Restaurant, mit weniger guten oder gar nicht Bekannten. Ob und wieweit eine vornehme Schale mit Wasser und Zitronenschnitz, die immerhin unmißverständlich zur Handarbeit einlädt, ein Poulet in ein Güggeli verwandelt, wage ich nicht zu entscheiden.

Früher hat man genau unterschieden: nur das Poulet war eine Delikatesse, es war schön feiß und man hatte etwas daran. Ein Güggeli dagegen war minderwertig, es war mager und nicht so saftig, in einem Wort: ein «Mistkratzerli».

Jedes Poulet ist ein Güggeli im wahren Sinn des Wortes, ein junger Güggel, und umgekehrt. Allerdings – wahrscheinlich gibt es gar nicht so viele Güggeli, wie gegessen werden!

Hefti

Das Spezialgeschäft für feine Pralinés

Bellevueplatz und Bahnhofstrasse 46 Telefon 271390

Die Verschiedenartigkeit der Antworten bewog mich, der Sache weiter nachzugehen. Der Verband schweizerischer Eier- und Geflügelverwertungsgenossenschaften vermochte das Rätsel einigermaßen zu lösen. Er schrieb: «Die Begriffe Poulet und Güggeli sind nicht genau definiert. Meistens wird sowohl der eine wie der andere Ausdruck für das gleiche Produkt verwendet. Wir pflegen jedoch in der Regel einen Unterschied zu machen. Poulets (Brathühnchen) umfassen sowohl junge Hähnchen wie Hühnchen spezieller Mastrassen. Das Güggeli bezieht sich, wie schon der Name sagt, nur auf die Hähnchen, wobei diese von Rassen, die für die Eierproduktion gezüchtet werden, stammen; diese gelangen aber heute praktisch nicht mehr auf den Markt. Der qualitative Unterschied zwischen einem Poulet und einem Güggeli besteht nach der obigen Unterscheidung darin, daß die Tiere der Mastrassen einen besseren Fleischansatz haben und jünger geschlachtet werden. Die heute auf den Markt gelangenden Poulets sind fast ausschließlich Tiere von ausgesprochenen Mastkreuzungen.»

Ob Sie sich in Zukunft an die Namengebung der Fachleute halten wollen oder ob Sie Ihr Poulet als Güggeli essen und umgekehrt – ich wünsche Ihnen beim Ausprobieren der nachfolgenden Rezepte von Xenia Haab gutes Gelingen! H. R.-G.

Seit ich herausgefunden habe, daß mein Portemonnaie den Einkauf von Poulet gut verträgt, habe ich mich nach Poulet-Rezepten umzusehen begonnen. Zwar schmeckt auch ein schlicht und einfach gebratenes Poulet immer gut, aber die verschiedenen anderen Arten der Zubereitung erlauben mir doch, häufiger Poulet auf den Tisch zu bringen.

Als ganz besonders schmackhaft kann ich die beiden folgenden Gerichte empfehlen:

#### Poulet mit Peterli

Zutaten: 1 Poulet, etwas Salz und Mehl, 2 Eßlöffel Butter oder Fett, 1 Zwiebel, 2 Gläser Weißwein, ½ Glas Porto, 1 Lorbeerblatt, Thymian, Majoran, etwas Fleischextrakt, 1 Strauß Peterli, 10–20 g frische Butter.

Ich tranchiere das Poulet und salze und mehle es; hiezu gebe ich Mehl und Pouletstücke in einen soliden Papiersack, halte ihn oben zu und schüttle





## Ein englisches Dessert

Chivers Custard Powder mit Vanille Flavour. Zart, garantiert rein, ausgiebig, gar nicht teuer. Eine herrliche Vanille-Crème. Rasch zubereitet.

Nur in guten Geschäften **Stofer** Pilz-Konserven AG, Pratteln ihn kräftig. Die bemehlten Stücke brate ich ringsum goldbraun an, während ich gleichzeitig in einer zweiten Pfanne in wenig Butter die feingehackte Zwiebel dünste, mit Weißwein und Porto ablösche, Lorbeerblatt, Thymian und Majoran beifüge und zuletzt das Poulet hineingebe. Ich lasse das Ganze knapp 45 Minuten leise köcheln.

Nun lege ich die Pouletstücke in eine gefettete feuerfeste Form, löse mit der Weißweinsauce den Fond in der ersten Pfanne auf, füge etwas Fleischextrakt, den feingehackten Peterli und, während ich kräftig umrühre, hintereinander mehrere Stücklein Butter bei. Diese Sauce gieße ich über das Poulet, lasse das Gericht im Ofen heiß werden und serviere es zu Salzkartoffeln.

#### Poulet an Käsesauce

Zutaten: 1 Poulet, 2 Eßlöffel Butter oder Fett, 2 Eigelb, 1 dl Rahm, 1 Teelöffel Kartoffelmehl, 1 Glas Weißwein, Saft einer halben Zitrone, Salz, Pfeffer, 50 g geriebener Emmentaler, 50 g Brösmeli, etwas Peterli, 10 g Butter.

In einer tiefen Pfanne brate ich das ganze Poulet während etwa einer halben Stunde ringsum an, nehme es heraus, schneide es in Stücke und schichte diese in eine gut gebutterte Auflaufform.

Inzwischen habe ich Eigelb, Rahm und Kartoffelmehl zusammen verrührt. Ich lasse Weißwein und Zitronensaft aufkochen, streue Salz und Pfeffer darein, nehme die Pfanne vom Feuer und gieße unter Rühren die Rahm-Eigelb-Mischung dazu. Nun verrühre ich den Käse in der Sauce, gieße sie über das Poulet, streue Peterli, Brösmeli und einige Butterflöcklein darüber und gratiniere das Poulet während einer knappen halben Stunde im vorgeheizten Backofen.

Eine Hühnerpastete gehört zu den Gerichten, die immer gleich eine festliche Atmosphäre schaffen. Die meisten Hausfrauen aber scheuen die Umtriebe oder wagen sich sonst nicht recht an eine Pastete heran. Daß die Zubereitung gar nicht so kompliziert ist, soll das folgende Rezept beweisen:

#### Hühnerpastete, einfache Art

Zutaten zum Teig: 300 g Mehl, 150 g Butter oder

Margarine, 1 Ei, 1 Prise Salz, etwas Wasser, 1 Eigelb zum Bestreichen.

Füllung: 1 Poulet, 1 große Zwiebel, 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, Peterli, 100 g geräucherter Speck, 1 Eßlöffel Öl, 1 Eßlöffel Mehl, 100 g Oliven (schwarze und grüne gemischt), 3 Tomaten, Salz und Pfeffer.

Aus Mehl, Butter, Ei, Salz und Wasser knete ich rasch einen Mürbeteig, den ich an die Kühle stelle.

Zwiebel, Schalotte, Knoblauch und Peterli werden gewiegt und zusammen mit dem feingeschnittenen Speck in Öl gedünstet, bis der Speck glasig ist. Ich gebe das in Stücke geschnittene Poulet dazu, brate es an, stäube das Mehl darüber, füge die entsteinten Oliven und die in Stücke geschnittenen Tomaten bei, schmecke mit Salz und Pfeffer ab und lasse alles leise kochen, bis das Poulet gar ist.

Ich halbiere den Teig, walle aus der einen Hälfte einen Boden, mit dem ich eine gefettete, feuerfeste Form auslege, verteile das Poulet mitsamt der Sauce darauf und bedecke es mit der zum Deckel ausgewallten anderen Teighälfte. Die beiden Ränder presse ich gut aufeinander, forme dann den Rand zu Zacken und schneide den Teigdeckel in der Mitte kreuzweise ein, damit der Dampf entweichen kann. Ich bestreiche die Pastete mit dem Eigelb und backe sie während einer halben Stunde im Ofen.

Wer bei dieser einfachen Pastete Mut geschöpft hat, oder wer gerne ein etwas außergewöhnliches Rezept ausprobiert, der nehme sich ruhig die kompliziertere Pastete vor. Es sei allerdings vorweggenommen, daß sie ungefähr drei Stunden zu tun gibt. Zugegeben, das ist viel Zeit, aber mich dünkt, der Aufwand lohne sich, denn das Gericht ist exquisit!

#### Hühnerpastete, komplizierte Art

Zutaten zum Teig: 300 g Mehl, 1 Teelöffel Zimt, 100 g Butter oder Margarine, etwas Weißwein.

Füllung: 1 Poulet, 1 Eßlöffel Mehl, 3 Zwiebeln, 100 g magerer Speck, 50 g Butter oder Margarine, 2 Eßlöffel Öl, 1 Lorbeerblatt, 1 Muskatnuß, Salz, Pfeffer, 1 Glas Weißwein, etwas Wasser, 1 Messerspitze Safran, 2 Weggli, das Abgeriebene einer Orange und einer Zitrone, Saft einer halben Orange, 1 Gläschen Cognac, 1 Ei, 1 Eigelb.

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



BETTINA TRUNINGER

## Nastja und das ABC

Die Geschichte eines ungewöhnlichen Pferdes. Ein Bilderbuch für schulpflichtige Kinder und für erwachsene Freunde guter Zeichnung. 36 Seiten. 20 schwarz-weisse Tuschzeichnungen. Fr. 7.80.

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG ZÜRICH

Kräuterarznei Zirkulan bei erhöhtem Blutdruck und Blutandrang nach dem Kopf, Schwindelgefühl, häufigem Herzklopfen, Arterienverkalkung, Zirkulationsstörungen während der Wechseljahre, Durchblutungs-Störungen in den Gliedmassen.

Zirkulan
in Apoth. u. Drog.
Origfl. Fr. 4.95
1/2 Lt. Fr. 11.25
Literfl. Fr. 20.55

Kreislauf
Tägl. 2 x

Zirkulan

Tägl. 2 x

Ich vermische das Mehl mit dem Zimt und verarbeite es mit den übrigen Zutaten rasch zu einem Mürbeteig, den ich kühlstelle.

Das Poulet schneide ich in Stücke, die ich bemehle. Die Zwiebeln werden in Scheiben, der Speck wird in Würfelchen geschnitten, beides dünste ich kurz in Butter und Öl, füge Poulet, Lorbeerblatt und Muskatnuß hinzu, streue Salz und Pfeffer darüber, lösche mit Wein und Wasser ab und lasse auf kleinem Feuer kochen. Kurz bevor das Hühnchen gar ist, gebe ich den in etwas heißem Wasser aufgelösten Safran bei.

Nun hebe ich die Pouletstücke aus der Pfanne und löse alles Fleisch von den Knochen. Das weiße Fleisch schneide ich in kleine Stücke und stelle es vorerst beiseite; das dunkle Fleisch und die Haut gebe ich in die Pfanne zurück und lasse es mit den zerbröckelten Weggli zusammen nochmals etwa 10 Minuten kochen. Dann nehme ich Lorbeerblatt und Muskatnuß aus der Pfanne, drehe den übrigen Pfanneninhalt durch das Passevite und vermische ihn mit dem Abgeriebenen der Orangenund Zitronenschale, mit Orangensaft, Cognac, Ei und Eigelb (ein Restchen vom Eigelb spare ich zum Bestreichen auf). Zuletzt mische ich das weiße Hühnerfleisch darunter und lasse die Füllung erkalten.

Die Pastete wird nun auf gleiche Weise fertiggestellt wie die der ersten Art. – Die Gewürze, die zu diesem Rezept verwendet werden, Zimt und Safran, muten etwas exotisch an, aber ich finde, daß gerade dadurch die Pastete ein sehr feines Aroma gewinnt.

Auch kaltes Poulet schmeckt den meisten Leuten, und an heißen Tagen serviere ich manchmal zum Nachtessen eine

#### Salatplatte mit Poulet

Zutaten: 4 Hühnerbrustfilets, ½ Tasse Mayonnaise, knapp ½ Tasse geschlagener Rahm, Salz, Pfeffer, ½ Tasse geraffelter Sellerie, 1 Kopfsalat, ½ Tasse Salatsauce, 400 g feine grüne Bohnen (im Salzwasser gekocht oder aus der Büchse), 2 Tomaten, 2 hartgesottene Eier, Oliven, Kapern.

Die Hühnerbrustfilets werden gesotten, dann schneide ich von jedem oben eine flache Scheibe ab. Den Rest des Fleisches löse ich von den Knochen und schneide ihn in Würfel. Ich vermische Mayonnaise und Schlagrahm, füge etwas Salz und Pfeffer bei und ziehe die Hühnerfleischwürfelchen und den geraffelten Sellerie darunter. Ich mache den gewaschenen Kopfsalat mit etwas Salatsauce an, verteile ihn auf einer flachen Platte, gebe den Hühnerfleischsalat in vier Haufen darauf und lege auf jeden Haufen eine der vorher abgeschnittenen Hühnerfleischscheiben. Rundherum verteile ich die mit der restlichen Salatsauce vermischten Bohnen, garniere mit Ei- und Tomatenscheiben und mit den Kapern und Oliven.

Mit ein wenig Phantasie lassen sich aus kaltem Pouletfleisch unzählige köstliche Salate zubereiten. Eine wenig bekannte Variante ist mein

#### Mailänder Geflügelsalat

Zutaten: Resten von gekochtem Poulet, einige Scheiben Mailänder Salami, 1 Salzgurke oder einige Cornichons, Peterli, ½ Tasse Mayonnaise, etwas geschlagener Rahm.

Ich löse das Pouletfleisch von den Knochen und schneide es klein, ebenso schneide ich die Salamischeiben in kleine Stücke. Salzgurke und Peterli werden gehackt, und zuletzt wird alles an die mit Rahm vermischte Mayonnaise gegeben.

Statt Salami mische ich im Sommer vielfach rohes Gemüse bei, Tomaten, Gurken oder Peperoni. Sie vertragen sich alle ausgezeichnet mit dem kalten Hühnerfleisch.

Resten von Poulet eignen sich aber nicht nur zu Salat, sondern auch zu warmen Gerichten. Vorzüglich munden sie zum Beispiel, wenn wir eine mit etwas Tomatenmark vermischte Béchamelsauce darüberleeren und sie, mit reichlich Käse bestreut, im Ofen gratinieren. Eine andere Version ist

#### Polenta mit Hühnerfleisch

Zutaten: Polenta für 4 Personen, Pouletresten, 100–200 g Schinken, 3–4 Tomaten, Parmesan.

Ich koche eine nicht zu dicke Polenta und streiche sie in einer flachen, feuerfesten Platte aus. Die von den Knochen gelösten, in Scheibchen geschnittenen Hühnerfleischrestchen und den feingeschnittenen Schinken verteile ich gleichmäßig oben drauf, gebe die in Scheiben geschnittenen Tomaten und den Parmesan darüber und schiebe die Platte für eine halbe Stunde in den heißen Backofen.



Der richtige Nuggi fördert die gesunde Entwicklung!

Die BiBiNuk-Spitze ist dem Mündchen und seiner Funktion anatomisch richtig angepasst – breit und flach. Zunge und Kiefer machen damit ganz automatisch die richtigen Bewegungen, die so wichtig sind, damit sich die Gesichtspartie gesund entwickelt.

Verwenden Sie deshalb gleich von Anfang an BiBiNuk – den Sauger, damit Ihr Kindlein langsam und richtig trinkt, wie an der Brust. Den Nüggel, damit es zufrieden ist und zugleich Zunge und Kiefer auch zwischen den Mahlzeiten richtig turnen, sich stärken und gesund wachsen. BiBiNuk schafft Platz für alle Zähne.

Die ideale BiBi-Kombination: Nuk-Sauger mit der hygienischen Schoppenflasche und dem praktischen Schraubverschluss

Der praktische bruchsichere Wärmehalter Fr. 2.95 Nuk-Nuggi und Nuk-Sauger Fr. 1.35 BiBiNuk Dental nach Dr. med. A. Müller in Apotheken, Drogerien, Spezialgeschäften



Lamprecht AG 8050 Zürich

Schön sein? Trinken Sie Grapillon!



Säubert den Organismus, reinigt den Teint und schenkt lächelnde Laune





# 2700 Millionen Kilo Kaffee, um die ganze Welt zu erfreuen!

So viel der köstlichen braunen Bohnen braucht es heute, um den Jahresbedarf an Kaffee der ganzen Welt zu decken! Eine riesige Industrie ist mit dem Kaffeegenuß verbunden, eine Industrie, die bedeutende Länder wie Brasilien, Bolivien usw. im wirtschaftlichen Gleichgewicht hält.

Heute wird fast auf der ganzen Welt Kaffee getrunken. Jede Gegend, ja fast jede Familie hat dabei ihre eigenen kleinen Gewohnheiten, ihre Vorliebe für eine Kaffeemischung, eine Zubereitungsart. Denn Kaffee kann – weit mehr als andere Pflanzenprodukte – enorme Aroma-Unterschiede haben.

Diese Unterschiede sind kaum durch die Art der Pflanze bedingt. Denn der große Teil des Kaffees wird vom arabischen Kaffeebäumchen (coffea arabica) gewonnen, dessen Heimat man, wie schon der Name sagt, in Arabien vermutete, bis die Botaniker vor kurzem den Ursprung des coffea arabica in Äthiopien, dem heutigen Abessinien, nachwiesen.

Das Aroma des Kaffees wird «geformt» vom Boden und vom Klima, von der Pflege, von der Behandlung der gepflückten Früchte und nicht zuletzt vom Rösten.

Kaffee wächst nur in den Tropen, denn er braucht Sonne und Feuchtigkeit. In der Blütezeit, die nur wenige Tage dauert, sind die Kaffeebäumchen und -stauden übervoll mit weißen, jasminähnlichen Blüten, die wundervoll duften. Neun Monate braucht die Kaffeefrucht, um sich zu bilden: wie eine Kirsche in Form und Größe, dunkelrot, wenn sie reif ist, und in ihrem Innern behütet sie zwei Samen, die Kaffeebohnen.

Die Kaffeefrüchte werden von Hand gepflückt, die Samen geschält, gewaschen und getrocknet.

Dann kommt der Kaffee zu uns, und je nach Land und der Plantage, wo er gewachsen ist, schmeckt er anders. Wenn deshalb eine Kaffeemischung immer gleich sein soll, über Jahre, das heißt über viele Ernten hinaus, so ist ständiges Kontrollieren und Ändern des Mischverhältnisses nötig.

Für die Thomi + Franck AG wird eine solch besonders edle Kaffeemischung immer wieder neu zusammengestellt. Denn das Aroma von Inca Café, Inca koffeinfrei und Incarom muß immer gleich köstlich sein. Es wurde in langer Arbeit ermittelt und auf den verwöhnten Geschmack der Schweizerin, des Schweizers abgestimmt.

Diese spezielle Kaffeemischung wird bei der Thomi + Franck AG täglich frisch geröstet und gemahlen, und in riesigen Behältern entsteht nach dem vertrauten Filter-Verfahren ein höchst konzentrierter Kaffee-Aufguß. Nur das Allerbeste wird aus dem Kaffeepulver herausgelöst. Dieser extra-starke Kaffee wird in einem hohen Turm versprüht, und durch heiße Luft wird das Wasser entzogen.

So schonend gewinnt man bei der Thomi + Franck AG die vortrefflichen Inca Cafés, ohne chemische Zusätze, auf ganz natürlichem Weg.

Hermetisch, also aromaschützend verschlossen, kommen der köstliche Inca Café, der sanfte Inca koffeinfrei und Incarom (mit dem feinen Franck-Aroma abgerundet) zu Ihnen, um Ihnen Zeit zu sparen, um Ihnen zu jeder Tageszeit zu einem entspannenden Täßchen Kaffee zu verhelfen.

## THOMI + FRANCK AG BASEL

Seit über hundert Jahren im Dienste der Tischkultur