

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 42 (1966-1967)
Heft: 6

Artikel: Kleine Pfannenkunde : zuviel Glanz kann schädlich sein
Autor: Tgetgel-Schelling, Claire-Louise
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1079637>

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](#)

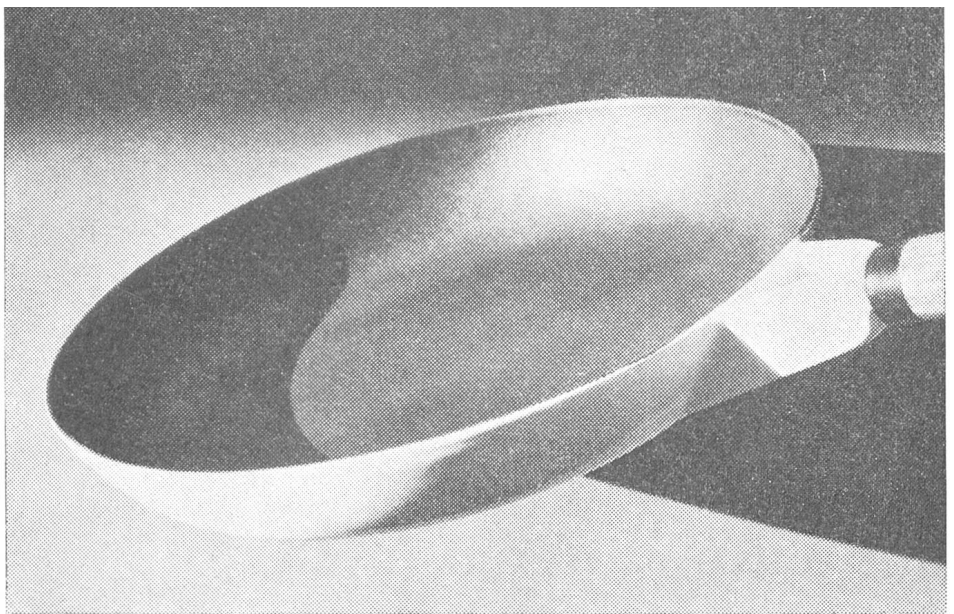
Download PDF: 14.01.2026

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

Kleine Pfannenkunde

Zuviel Glanz kann schädlich sein

Von Dr. sc. nat, ETH
Claire-Louise Tgetgel-Schelling



Ohne Herd zu kochen ist durchaus möglich. Jeder Pfadfinder kennt dafür ganz brauchbare Methoden. Ohne Pfanne jedoch wird die Verpflegung bald monoton. Man kann zwar am Spiess braten und auf flachen Steinen backen, aber weder eine einfache noch eine gutbürgerliche Menufolge läßt sich auf diese Weise zubereiten, von der «feinen» Küche ganz zu schweigen. Bei unserer Lebensweise brauchen wir tagtäglich Pfannen — viele Pfannen sogar.

Man sollte daher meinen, daß über ein derart verbreitetes Gerät praktisch jedes Kind Bescheid wisse und daß man gar einer Hausfrau wirklich nichts Neues darüber berichten könne. Diese Annahme ist falsch. Lediglich die Form der Pfanne ist jedermann geläufig. Doch schon bei der korrekten Anwendung der einzelnen Pfannenarten beginnt es zu hapern, und wenn man beobachtet, was zur Reinigung dieser Geräte manchmal vorgekehrt wird, dann kann man nur den Kopf schütteln.

Chemie-Repetition für Hausfrauen

«Was soll denn an Pfannen kompliziert sein?» wird man fragen. Definitionsgemäß ist eine Pfanne ein waserdichtes, mehr oder weniger hochbordiges Gefäß mit flachem Boden und einem oder mehreren Griffen zum Halten. Dieses Gefäß muß Hitze ertragen können, ohne sich wesentlich zu verändern, und darf an die darin gekochten Speisen keinerlei Fremdstoffe abgeben noch selber solche aufnehmen.

Der Laie kann sich kaum vorstellen, wie schwierig die Forderungen, die damit gestellt werden, zu erfüllen

sind. Wer seine Chemiekenntnisse noch einigermaßen präsent hat, wird mir darin beipflichten. Man überlege einmal: welche Materialien sind hitzebeständig? Vor allem Metalle und in gewissem Grade noch Steine und ihre Verwandten, die aber auf abrupte Temperaturschwankungen bereits mit Sprüngen reagieren. Welche Metalle nun gehen keine Reaktionen mit Säuren oder Laugen ein, weder heiß noch kalt? Die Antwort lautet: die Edelmetalle, also Platin, Gold, Silber, in dieser Reihenfolge, wobei bei Silber bereits Einschränkungen zu machen sind. Falls Ihnen die Spannungsreihe der Metalle aus der Schulzeit noch ein Begriff ist — hier ist die Nutzanwendung dieses Wissens: je weniger «edel» ein Metall ist, umso bereitwilliger reagiert es mit anderen Chemikalien.

Natürlich kann man Kochtöpfe nicht aus Edelmetallen herstellen. Weil aber unser Kochgut chemisch gesehen ein Gemisch aller möglichen Substanzen ist, in dem immer wieder auch Säuren auftreten, muß ein Topf aus Nicht-Edelmetall entsprechend behandelt werden, wenn er nicht ständig Metallspuren an die darin gekochten Speisen abgeben soll. Wir dürfen nie vergessen, daß die Oberfläche einer Pfanne aus ganz anderem Material bestehen kann als die Pfanne selbst und daß diese «Haut», die den Topf vor chemischer Zerstörung schützt, hauchdünn und empfindlich sein kann. Durch falsche Behandlung wird sie deshalb sehr leicht zerstört. Wir greifen ja auch nicht zur Schmirgelscheibe, wenn wir einen Rußfleck im Gesicht haben, noch versuchen wir, schmutzige Hände mit einem Sandstrahlgebläse zu reinigen. Was manchmal in übertriebenem Reinlichkeitseifer mit Kochtöpfen angestellt wird,

läßt sich durchaus mit einem derartigen Vorgehen vergleichen.

Kupfer

Vor 50 Jahren noch verwendete man ausschließlich Kupfer- und Eisenpfannen. Kupferpfannen sind heute sehr beliebt, nicht nur solche mit Antiquitätswert, sondern auch neue, die man gerne für Fondue bourguignonne und zum Flambieren braucht. Kupfergefäße müssen aber innen mit einem anderen Metall überzogen sein, weil sich Kupfer in verdünnten Säuren sehr gut löst und giftig wirken kann. Die «Haut» ist in diesem Fall besonders auffällig, weil sie schon in der Farbe absticht.

Alte Kupferpfannen sind innen verzinkt und dürfen nur zum Sieden benutzt werden; Brattemperaturen erträgt Zinn nicht. — Die alten kupfernen Backformen darf man übrigens heute ebenfalls zum Backen brauchen, sofern die Verzinnung in Ordnung ist. Man kann sie auch neu verzinnen lassen; früher mußte in allen Kupferpfannen und -formen von Zeit zu Zeit die Verzinnung erneuert werden.

Die neuen Kupferpfannen dagegen sind innen versilbert. Sie sind sehr teuer, und sie haben deshalb eine große Chance, von der Hausfrau nicht mißhandelt zu werden: man scheut sich, das kostbare Stück mit Scheuersand oder Stahlwatte anzugehen. Hier sind denn auch Spezialmittel durchaus am Platz, über die man sich am besten vom Drogisten beraten läßt.

Eisen, Guß, Email

Eisenpfannen sind auch heute zum Braten allgemein im Gebrauch, und als Rösti- oder Omelettenpfannen sind sie ein fester Begriff.

Gewöhnliches Eisen ist etwas recht

Pfannenkunde

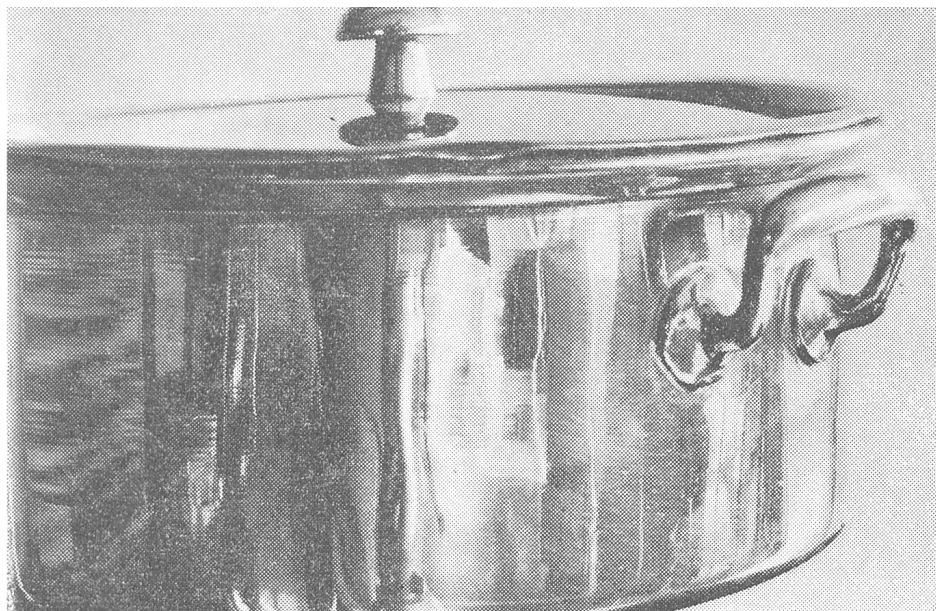
Perfides. Es rostet sehr schnell, wenn es sich selbst überlassen bleibt, und in der Küche, wo die Luft häufig sehr feucht ist, findet es dazu ideale Bedingungen. Es muß deshalb entsprechend geschützt werden. Wenn man Eisenpfannen kauft, so sind sie aus diesem Grund mit einer dünnen, fettähnlichen Schicht bedeckt, die vor dem ersten Gebrauch entfernt wird. Reinigt man die Pfanne jedoch nach Gebrauch mit Abwaschmitteln, so wird das Fett so gründlich entfernt, daß der Rost über Nacht da ist. Die meisten Frauen wissen das und waschen die Röstpfanne nicht ab.

Bei den Gußeisen-Brattöpfen, die im Backofen gebraucht werden, ist, ebenfalls zum Schutz gegen Rost, der gußeiserne Kern mit Email überzogen. Email ist dem Porzellan vergleichbar: scharfes Erhitzen und Abschrecken, Schläge oder Fallenlassen vergilt es mit Scherben. An schlecht behandelten Emailpfannen splittert das Email in mehr oder weniger großen Stücken ab, so daß das Eisen freiliegt und wieder Rostgefahr besteht.

Emailpfannen werden meist bedenkenlos ins Spülwasser gegeben; sind sie jedoch mit einem geschliffenen Boden ausgestattet und deshalb auf dem Elektroherd verwendbar, so ist dieser Boden reines, freiliegendes Eisen, das dringend eines Hauchs von Fett bedarf, ebenso wie etwaige schadhafte Stellen im Emailüberzug.

Spezialfall: Omelettenpfanne

Einen Spezialfall stellt allgemein die Omelettenpfanne dar. Auch heute noch raten die Hersteller der Käuferin, die Pfanne vor dem ersten Gebrauch mit Wasser und Kartoffelschalen auszukochen. Was die Kartoffelschalen bewirken sollen, konnte ich nicht mit Sicherheit eruieren, doch fand ich in einem sehr alten Koch-



Photos Heini Kurtz

buch, es stammt aus dem Jahr 1844, den Hinweis, es seien so lange Kartoffelschalen darin zu kochen, «bis diese nicht mehr schwarz werden». Das könnte heißen, daß oxydierende Stoffe aus der Pfannenoberfläche entfernt werden müssen. In meiner eigenen Pfanne wurden schon die ersten Schalen nicht schwarz, obschon auch da der Fabrikant im beigelegten Prospektchen das Kochen von Kartoffelschalen empfahl. Warum, sagte er allerdings nicht. Vielleicht weiß er es auch nicht, und das ganze Verfahren ist ein heute überholtes Relikt aus früherer Zeit?

Wichtig ist hingegen, was nach den Kartoffelschalen kommt. Eine neue Omelettenpfanne sollte möglichst oft mit etwas Öl oder Fett so stark erhitzt werden, daß über der Pfanne ein leichter, blauer Dunst zu sehen ist. Man läßt hierauf die Pfanne samt Öl oder Fett abkühlen und fängt dann wieder von vorne an. Auf diese Art entsteht das, was der Fachmann eine «gut eingebrannte» Omelettenpfanne nennt. Man kann sie nicht eingebrannt kaufen, sondern muß das selber machen, sie will auch sorgfältig gepflegt sein, aber sie ist meiner Meinung nach unübertrefflich.

Eine solche eingebrannte Pfanne ist glänzend schwarz, die Bratfläche ist absolut glatt, wenn man mit dem Finger darüber fährt. Die Speisen werden darin weder ansitzen noch kleben. Zur Pflege sind im Notfall auch heißes

Wasser und ein Lappen erlaubt (nachher sofort wärmen!), in der Regel sollte Ausreiben mit Haushaltspapier genügen. Hartnäckige Rückstände können mit feinem Salz und Papier herausgerieben werden. Strikte verboten sind Abwaschmittel und Seife, sowie grob kratzende Mittel. Auf die gleiche Weise sollte man gußeiserne Grillpfannen und Grillplatten behandeln.

Das Erhitzen mit Öl oder Fett erzeugt eine Art Kunstharzschicht home made, der sehr hart und glatt ist und das Eisen der Pfanne schützt. Weil Öl sich wie ein Film auszudehnen pflegt, erstreckt sich diese Schicht über den Rand der Pfanne hinaus und überzieht auch die Seitenwände, oft sogar noch den Boden der Pfanne. Die Hausfrau wehre höchstens dem Übermaß, indem sie die Pfanne nach jedem Gebrauch rundum mit Papier abwische, im übrigen ist hier das Polymerisationsprodukt, das aus Fett- und Oelmolekülen entsteht, durchaus erwünscht, so lästig genau das selbe Produkt in Auflaufformen oder hellen Emailpfannen sein kann. Zwar schadet es auch dort nicht, es sieht höchstens ungepflegt aus.

Silikon, Teflon

In neuester Zeit wird fabrikationsmäßig eine Kunststoffschicht in manchen Bratpfannen angebracht. Allerdings paßt für die Silikon- und Teflonpfannen der Name «Bratpfanne» nur in Anführungszeichen: echtes, scharfes Anbraten ertragen diese Pfannen nicht, höchstens ganz sanftes Anbacken. Um ein Fleischstück richtig anzubraten, ist die erlaubte Temperatur nicht hoch genug, denn dazu sind mindestens 220 Grad nötig, die Kunst-

Les Cèpes à la Bordelaise ...

Le Steak en cocotte au fumet de poivre ...

... immer gluschtige Spezialitäten im

Restaurant zur Saffran, Zürich

Andreas Sulser, Zunftwirt



Sonntagskuchen

stoffschicht darf jedoch nicht über 200 Grad erhitzt werden. Bei zu hoher Temperatur soll aus bestimmten Pfannenüberzügen sogar ein Giftgas entstehen.

Silikon- und Teflonpfannen haben aber den großen Vorteil, daß in ihnen gänzlich ohne Fett gekocht werden kann. Die Kunststoffoberfläche ist so glatt, daß auf ihr trotzdem nichts ansetzt. Heutzutage, da so viele Leute eine fettlose Diät einhalten müssen, kommt diesen Pfannen natürlich eine ganz besondere Bedeutung zu; die Speisen werden allerdings geschmacklich etwas anders, wenn kein Fett dran ist.

Die Kunststoffoberfläche dieser Pfannen ist sehr kratzempfindlich und nützt sich verhältnismäßig rasch ab. Bei der stürmischen Entwicklung der Kunststoffchemie ist es durchaus möglich, daß schon in kurzer Zeit verbesserte Beschichtungen zur Verfügung stehen werden, die diese Nachteile nicht mehr haben. – In der normalen, nicht ausschließlich auf Diät ausgerichteten Küche braucht man neben einer solchen Spezialpfanne die gute alte «Eingebrannte» gleichwohl.

Aluminium, Chromstahl

Zum Sieden und Dämpfen, um mit Wasser zu kochen also, benützt man heutzutage Aluminium- oder Chromstahlpfannen. Beide sind sehr dauerhaft und wenig empfindlich. Aluminium hat die Eigenschaft, sehr leicht zu sein und sich von selbst mit einer Oxyd-«Haut» zu umgeben, die das darunterliegende Metall vor weiteren Reaktionen schützt. Leider glänzt Aluminiumoxyd nicht, und so ist die Versuchung groß, die Schutzschicht ständig wieder abzukratzen, um die Pfanne blank zu bekommen. Der Glanz dauert jeweils nur kurze Zeit, und schon hat sich die neue Oxydschicht ausgebildet. Durch dunkles Kochgut, vor allem durch Tee und Kaffee, kann sich das Oxyd unschön verfärben; dann muß man sich entschließen, die Pfanne vorsichtig zu scheuern. Am besten verwendet man dazu einen Pfannenribel aus Kunststoff; man hüte sich dagegen

vor solchen aus Metall, ebenso vor quarzsandhaltigen Scheuerpulvern. Kratzende Behandlungen nützen wenig, tragen aber dazu bei, die Pfannenoberfläche aufzurauen. In rauen Pfannen sitzt das Kochgut viel leichter an, und aus all den Ritzen und Rillen lassen sich die Rückstände immer schlechter entfernen.

Um die unschöne Verfärbung wegzubringen, kann man, statt zu scheuern, in der Aluminiumpfanne auch einmal Essigwasser aufkochen. Zu oft sollte das nicht vorgenommen werden.

Am unverwüstlichsten sind Chromstahlpfannen. Dieses Material ist so hart und glatt, daß nicht so leicht Kratzer entstehen. Außerdem sieht eine Chromstahlpfanne spiegelblank aus, sobald sie sauber abgewaschen ist; etwaiger Kalkansatz läßt sich mit Essigwasser beseitigen. Enttäuscht war ich hingegen von einer Bratpfanne aus Chromstahl, die zu benützen ich einige Male Gelegenheit hatte. Leichtes Kleben ließ sich nie vermeiden, was besonders bei Omeletten sehr

lästig war, und braune Flecken von eingebranntem Fett sind ohne rabiate Maßnahmen nicht zu entfernen. – Aber im allgemeinen ist Chromstahl als Pfannenmaterial herrlich, nur leider auch teuer.

Damit hätten wir die landläufigen Metallkochtöpfe Revue passieren lassen. Daneben wurde gleich am Anfang erwähnt, daß sich als Pfannenmaterial auch Stein oder verwandte Stoffe eignen würden.

Irdenes Kochgeschirr

Tatsächlich gab und gibt es Kochtöpfe aus Stein, gewöhnlich aus specksteinartigen Gesteinen gefertigt. Bei uns sind nur noch Gefäße aus steinähnlichen Stoffen üblich. Dazu zählt der Chemiker neben Glas auch die Erden, uns als «irdene» Töpfe wohlbekannt. Die Vorteile liegen darin, daß diese Stoffe mit dem Kochgut praktisch überhaupt nicht reagieren, also von diesen auch nicht angegriffen werden. Hingegen muß man schroffe Temperaturunterschiede vermeiden. Abschrek-

3

Freude am Nähen mit

Mettler

Qualitäts-Nähfaden



E. Mettler-Müller AG, Rorschach

Pfannenkunde

ken oder kalt Aufsetzen auf eine heiße Kochplatte kann bewirken, daß das Gefäß plötzlich zerspringt. Auch hier können die braunen Flecken von eingebrauntem Fett, wenn sie auch harmlos sind, häßlich aussehen und lassen sich sehr schwer wieder entfernen. Stahlwatte ist in diesem Falle angebracht.

Richtige Orientierung fehlt

Weshalb eigentlich sind die Hausfrauen im Durchschnitt so schlecht über die spezifischen Eigenschaften der Kochgeräte, die sie doch jeden Tag im Gebrauch haben, orientiert? Die Frage läßt sich leicht mit einer Gegenfrage beantworten: Wo sollten sie sich orientieren können? – Beim Suchen nach Unterlagen und Angaben über Pfannen habe ich 36 Kochbücher kontrolliert. Ganze vier enthielten Angaben über Pfannen, und von diesen Angaben waren etliche falsch und einige ganz überholt, obschon die

Bücher neu aufgelegt worden waren. (Für Crêmen braucht man zum Beispiel seit der Erfindung des Hartaluminiumgeschirrs keine Messingpfannen mehr, die Crêmen werden trotzdem nicht grau. Ich habe es extra noch einmal ausprobiert, habe allerdings mit einem Chromstahlschwingbesen darin gerührt.) Brauchbare Hinweise enthielt das älteste all dieser Bücher, das aus dem Jahr 1844, dann das Büchlein eines Hobbykochs männlichen Geschlechts.

In den Haushaltungsschulen wird, soweit ich beobachten konnte, dem Thema «Pfannen» selten wirklich Beachtung geschenkt, und auch da machen sich teilweise überholte Vorstellungen breit. Es schiene mir deshalb wünschenswert, wenn man im Chemieunterricht der Schulen zwei Stunden im Jahr auf «Kochgeschirr und seine Eigenschaften» verwenden würde. Da die meisten Chemielehrer Männer sind, kommen sie allerdings wohl kaum von selbst auf die Idee,

daß sich hier eine Nutzenanwendung des Lehrstoffes aufdrängt, welche den Mädchen den oft viel zu theoretisch wirkenden Stoff vertrauter machen könnte. — Unerfahrene angehende Hausfrauen aber tun gut daran, soviel als möglich bei guten Köchinnen nicht nur in, sondern auch auf die Töpfe zu gucken. Mit ungeeignetem oder falsch gepflegtem Geschirr wird man schwerlich Meisterköchin.



Erleben Sie die
Wirkung der
Helena
Rubinstein
Kosmetik im
Salon de
Beauté
Maria
Schweizer

Zürich 1, Talstr. 42
Lift, Tel. 051 27 47 58



Mühsamer Stuhl, Hämorrhoiden • Blähungen • mühsame Verdauung, belegte Zunge, schlechter Atem • Migräne, Neuralgien • blasser Teint, welke Haut • Hautausschläge



LUVAX

Befreien Sie sich von der **VERSTOPFUNG** ohne sich an Medikamente zu gewöhnen

Dank dieser medizinisch kontrollierten* Methode, die Ihren Darm dazu erzieht, sich ohne Abführmittel jeden Morgen zu befreien

Zur Bekämpfung der Darmträgheit existiert ein bewährtes Präparat, das Darm-Stimulativ Luvax, das mehr als ein Abführmittel ist, weil es Ihren Darm daran gewöhnt, sich jeden Morgen mit der Pünktlichkeit einer Uhr zu entleeren. Tatsächlich hat man in mehreren Schweizer Kliniken feststellen können, dass Verstopfte in den allermeisten Fällen durch Luvax nicht nur Linderung erhielten, sondern von ihrer Darmträgheit endgültig befreit wurden.*

Die kleinen «Heilperlen» des Luvax, von denen jede einen wertvollen, von Pflanzenschleim umgebenen natürlichen Samen enthält, quellen im Darm bis zum 25-fachen Volumen auf. Dank dieser natürlichen und progressiven Wirkung stimuliert Luvax auch den trägsten Darm, bis dieser schliesslich die Fähigkeit erlangt, wieder von selbst zu arbeiten und regelmässig zu funktionieren ohne Abführmittel.

Beginnen Sie noch heute Ihre Luvax-Kur. Schon am ersten Tag, gleich nach dem Aufstehen, befreit sich der Darm. Ein Gefühl wohliger Erleichterung erfüllt Sie, der Atem ist wieder rein, die Zunge sauber, die durch Verstopfung verursachte Migräne wie weggeblasen. Besorgen Sie sich noch heute eine Packung Luvax und sagen Sie Ihrer Verstopfung Adieu!

Generalvertreter für die Schweiz: Max Zeller Söhne AG, Romanshorn. Normalpackung: Fr. 3.90, 2½-fache Kurpackung: Fr. 7.80. In Apotheken und Drogerien.

*** Resultate der medizinischen Versuche:**
«Wertvolles, sinnvoll kombiniertes Laxativum, das die Ursachen der Verstopfung anzugehen erlaubt und so manchen Patienten von seiner Abführmittel-Abhängigkeit zu befreien vermag.» Dr. J. W., (Praxis Nr. 6, 10.2.55)